ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЮРИСПРУДЕНЦІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ

Матеріали
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
м. Дніпро, 24 грудня 2025 року

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЮРИСПРУДЕНЦІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ

Матеріали
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції

24 грудня 2025 року

Дніпро
2026

УДК 340.143, 159.9
А- 43

Рекомендовано до друку Науково-методичною радою ВНПЗ «Дніпровського гуманітарного університету» від 19.02.2026 (протокол № 6).

А-43 Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 24 грудня 2025 р.). Дніпро: ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2026. 311 с.

Збірник конференції містить матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми юриспруденції та психології» (24.12.2025), у роботі якої взяли участь здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти закладів вищої освіти України.

Матеріали науково-практичної конференції надруковані в авторській редакції.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

докт. юрид. наук, проф. **Олег КИРИЧЕНКО** (*голова);* канд. юрид. наук, доц. **Тетяна ЛЕЖНЄВА** (*заст. голови);* **Андрій МІРОШНИК** *(секретар);* канд. юрид. наук **Сергій ДУБОВ,** докт. юрид. наук, проф. **Вадим НЕГОДЧЕНКО,** докт. юрид. наук, доц. **Сергій ПЕНЬКОВ,** канд. псих. наук, доц. **Людмила ПРІСНЯКОВА,** докт. псих. наук, доц. **Олександр САМОЙЛОВ**

© ВНПЗ ДГУ, 2026
© Автори, 2026

ЗМІСТ
Секція І
Актуальні проблеми юриспруденції

Годун О.Р.
ПРИНЦИПИ ГОСПОДАРСЬКОГО СУДОЧИНСТВА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ..... 10

Дробишевська В.В.
ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО: ЗЛОЧИН БЕЗ ПОКАРАННЯ..... 13

Лапитан А.А.
КЛАСИФІКАЦІЯ ГОСПОДАРСЬКИХ ДОГОВОРІВ У СУЧАСНОМУ ЗАКОНОДАВСТВІ УКРАЇНИ..... 19

Момот К.С.
МІЖНАРОДНІ СТАНДАРТИ БОРОТЬБИ З ВІДМИВАННЯМ КОШТІВ ВИЗНАЧЕНІ FATF..... 23

Нікітіна В.М.
ОБМЕЖЕННЯ ПРАВА НА СВОБОДУ ПЕРЕСУВАННЯ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ: ПРАВОВІ ПІДСТАВИ, ПРОПОРЦІЙНІСТЬ І ГАРАНТІЇ ВІД ЗЛОВЖИВАНЬ..... 26

Годованюк К.О.
ВИЗНАЧЕННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ЗА ПОМИЛКИ СПРИЧИНЕННІ ПРИ ВИКОРИСТАННІ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮРИДИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ..... 28

Головко Л.І.
РОЛЬ КОМУНІКАТИВНИХ УСТАНОВОК ЩОДО ЗАДОВОЛЕНОСТІ РОБОТОЮ ПРАЦІВНИКІВ..... 33

Дурманенко І.В.
ПРАВОВІ МЕХАНІЗМИ ЗАХИСТУ ЕКОЛОГІЧНИХ ПРАВ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ: ПРОБЛЕМИ КВАЛІФІКАЦІЇ ТА ФІКСАЦІЇ ШКОДИ..... 36

Захарова К.О.
ЦИВІЛЬНО-ПРАВОВИЙ АСПЕКТ ЗАХИСТУ ПРАВ СПОЖИВАЧІВ..... 39

Кінг Вікторія
РОЛЬ КОНФІДЕНЦІЙНОСТІ У ВЗАЄМИНАХ ПСИХОЛОГ-КЛІЄНТ: ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ..... 42

Лісунова М.В.
ВІДШКОДУВАННЯ МОРАЛЬНОЇ ШКОДИ..... 45

Матейко А.Д.
РОЛЬ КОНСТИТУЦІЙНОГО СУДУ УКРАЇНИ..... 49

Сапун В.О.
ОСОБЛИВОСТІ КРИПТОГРАФІЧНОГО ЗАХИСТУ СЕКРЕТНОЇ ІНФОРМАЦІЇ..... 52

Сірик В.В.
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ АДВОКАТІВ: ПОРІВНЯННЯ ПРАКТИКИ УКРАЇНИ ТА США (НА ПРИКЛАДІ ШТАТУ ВАШИНГТОН)..... 57

Солом'янюк Б.О.
ПІДГОТОВЧЕ ПРОВАДЖЕННЯ У ЦИВІЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ: ПРОБЛЕМИ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ..... 60

Танких Д.В.
ПЕРЕВАНТАЖЕНІСТЬ СУДОВОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНИ..... 64

Штогріна А.І.
ЕТИЧНІ ТА БЕЗПЕКОВІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ VR У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО..... 70

Вікарчук О.О.
ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД У СФЕРІ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ..... 73

Варвус С.М.
ВПЛИВ РЕЖИМУ ТАЄМНОСТІ ТА СЛУЖБОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАВООХОРОНЦІВ: ПСИХОЛОГО-ПРАВОВИЙ АНАЛІЗ..... 76

Касимова А.Р.
ПРАВОВА ПРИРОДА ПОЗБАВЛЕННЯ ДЕРЖАВНОЇ НАГОРОДИ УКРАЇНИ ТА ЙОГО МІСЦЕ У СИСТЕМІ КРИМІНАЛЬНИХ ПОКАРАНЬ..... 80

Орєщенко К.В.
ПОВНОВАЖЕННЯ ДЕРЖАВНИХ ОРГАНІВ У СФЕРІ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ..... 84

Шаповал П.І.
ПОВНОВАЖЕННЯ СБУ У СФЕРІ ЗАХИСТУ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ..... 89

Набільська К.Г.
ПРАВОВЕ ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «ВРАЗЛИВІ ГРУПИ НАСЕЛЕННЯ»..... 94

Сіітов Р.М.
ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ ЯК КЛЮЧОВА ЦІЛЬ СТАЛОГО РОЗВИТКУ УКРАЇНИ..... 99

Лисюк А.М.
ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ БЕЗОПЛАТНОЇ ПРАВНИЧОЇ ДОПОМОГИ У КОНТЕКСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРАВА НА ЗАХИСТ У КРИМІНАЛЬНОМУ ПРОВАДЖЕННІ..... 102

Романюк Д.І.
ПРОФЕСІЙНА МОТИВАЦІЯ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ПІДВИЩЕННЯ СЕРЕД МОЛОДИХ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ..... 105

Алшевський О.А.
ВПЛИВ DEEPFAKE-КОНТЕНТУ НА ПРАВО НА ПРИВАТНІСТЬ, ЧЕСТЬ І ГІДНІСТЬ..... 108

Дятленко М.О.
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ПІДХОДУ ДО УДОСКОНАЛЕННЯ ЗАКОНОДАВСТВА УКРАЇНИ..... 112

Лісунова М.В.
СТАТЕВА СВОБОДА ТА СТАТЕВА НЕДОТОРКАНІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТ КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВОПОРУШЕННЯ..... 115

Чайко С.В.
СТАН НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ КРИМІНАЛЬНО-ПРАВОВИХ ТА КРИМІНОЛОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОТИДІЇ РОЗГОЛОШЕННЮ ДАНИХ ОПЕРАТИВНО-РОЗШУКОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ АБО ДОСУДОВОГО РОЗСЛІДУВАННЯ..... 118

Романюк А.Р.
ЗАХОДИ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ..... 121

Переляк О.О.
АНАЛІЗ МІЖДЕРЖАВНИХ УГОД У СФЕРІ ОБМІНУ ІНФОРМАЦІЇ З ОБМЕЖЕНИМ ДОСТУПОМ..... 124

Секція ІІ
Актуальні проблеми психології

Арланов Д.О.
ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ТА САМООЦІНКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ..... 128

Безпалько В.В.
САМОКОНТРОЛЬ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ..... 132

Гук М.В.
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ..... 135

Доценко А.О.
ПОТРЕБА В ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕАЛЬНА СПРОМОЖНІСТЬ УКРАЇНСЬКОЇ СИСТЕМИ..... 140

Жарій О.В.
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМАТИКИ САМОТНОСТІ ТА ДЕПРЕСІЇ У ДОРОСЛОМУ ВІЦІ..... 145

Іщенко А.А.
РОЛЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА У ПРОФІЛАКТИЦІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ..... 148

Ковель Т.В.
ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СИМПТОМІВ..... 151

Лубенець І.Г.
САМОРЕГУЛЯЦІЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОГО ОНЛАЙН-КОРИСТУВАННЯ..... 155

Луніна-Вершняк К.С.
СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ НА РОЗВИТОК ТА ФУНКЦІОНУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ..... 159

Мережко А.Д.
ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОСТІ У ЖІНОК..... 164

Мініченко І.О.
ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ НА ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ..... 168

Савченко А.Я.
ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ХАРАКТЕР МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЖІНОК..... 171

Самохвал Д.М.
ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ..... 175

Дунайцева Г.І.
БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧІ ВІДНОСИНИ В СІМ'ЯХ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ (ВПО) В УКРАЇНІ..... 179

Мала С.В.
ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОСПІВЧУТТЯ, ОБРАЗУ ТІЛА ТА САМООЦІНКИ У ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ..... 182

Багач Р.В.
КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ НА БЕЗПЕКУ СИСТЕМИ ВАДС..... 186

Багач Р.В.
ЕМОЦІЙНА РЕГУЛЯЦІЯ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ УЧНІВ АВТОШКІЛ..... 190

Агапєєва Д.В.
ОСОБЛИВОСТІ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВІДНОСИН В СУЧАСНИХ УМОВАХ..... 194

Беляєва Ю.С.
ПРОСВІТНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ У ШКОЛІ: МЕТОДИ ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПЕДАГОГІВ, БАТЬКІВ ТА УЧНІВ..... 198

Борзова Л.В.
ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ПОДОЛАННЯ ВНУТРІШНІХ БАР'ЄРІВ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ..... 201

Вербицька Є.Д.
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПЕРЕЖИВАННІ ЖИТТЄВИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ..... 203

Веселовська О.А.
ОСВІТНЯ ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ..... 206

Гетьман Д.В.
ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ ПСИХОЛОГІВ: ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ ВИСНАЖЕННЯ..... 209

Долотій Н.І.
ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ БАТЬКІВ ЯК ФАКТОР МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ..... 212

Доровських Н.О.
ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ..... 217

Зотова А.С.
ПСИХОЛОГО-ПРАВОВІ АСПЕКТИ МЕДІАЦІЇ ТА КІБЕРБЕЗПЕКИ У МІЖКУЛЬТУРНИХ КОМАНДАХ..... 219

Зотова А.С.
УНІВЕРСАЛЬНИЙ КОРПОРАТИВНИЙ КОДЕКС ВЗАЄМОДІЇ ЯК ПСИХОЛОГО-ПРАВОВИЙ ІНСТРУМЕНТ ПОПЕРЕДЖЕННЯ МІЖКУЛЬТУРНИХ КОНФЛІКТІВ..... 222

Коваленко Т.Ю.
ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК РЕСУРСНИЙ ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ ПРОФЕСІЙНОМУ ВИГОРАННЮ ПЕРСОНАЛУ МЕДИКО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРІВ..... 226

Колесник В.А.
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ПІД ЧАС РЕАГУВАННЯ НА НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ..... 229

Краснощок А.В.
ПСИХОПРОФІЛАКТИЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК БАЗОВИЙ НАПРЯМ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ..... 233

Лисенко О.І.
ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ЗОВНІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ... 237

Малигіна Н.І.
ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЖІНОК З ДОСВІДОМ ВІЙСЬКОВОЇ ВТРАТИ..... 239

Мартинішина Р.Ю.
ТРАНСФОРМАЦІЯ АГРЕСИВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД ВІЙНИ..... 244

Мірошник О.Д.
СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ..... 247

Недвига Є.В.
ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ СІМ'Ї ЯК ЧИННИК ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ..... 250

Подакін М.Ю.
ВЗАЄМОЗВ’ЯЗОК САМООЦІНКИ ТА РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ З ПРОЯВАМИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У СТУДЕНТІВ..... 253

Сливинська А.О.
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРЕДИКТОРИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ В УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ..... 256

Чеснохревська З.М.
ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... 260

Курдаєва В.О.
ВПЛИВ ПОРУШЕНОЇ ДИТЯЧОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ ДЕСТРУКТИВНИХ ЖИТТЄВИХ СТРАТЕГІЙ..... 263

Багач Р.В.
ЕЛЕКТРОМОБІЛІ ТА ПСИХОЛОГІЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ.. 269

Єршова Н.М.
ЗНАЧЕННЯ САМООЦІНКИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ..... 273

Романченко А.Ю.
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ..... 276

Федоренко Ю.А.
СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ «СИНДРОМ ПРОВИНИ ВЦІЛІЛОГО» В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ..... 279

Хлібородова К.В.
ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З РАС, ЗАТРИМКОЮ МОВЛЕННЯ ТА ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ..... 284

Цехович А.М.
ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДОМУ ВІЦІ..... 286

Ханіна Є.О.
САМООЦІНКА ТА САМОСТАВЛЕННЯ У СТРУКТУРІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ..... 290

Літошко В.В.
ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ..... 295

Чайковська Л.В.
СІМЕЙНА ВЗАЄМОДІЯ ЯК РЕСУРС СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ: РОЛЬ СТИЛЮ БАТЬКІВСЬКОЇ ПОВЕДІНКИ..... 300

Покуса Л.Ю.
СОЦІАЛЬНА ДОВІРА Й ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ПРЕДИКТОРИ ВІДНОВЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ..... 305

Петров А.С.
АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРЕВЕНТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ..... 308

Секція І
Актуальні проблеми юриспруденції

Годун Оксана Романівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Національного університету
«Чернігівська політехніка»
Науковий керівник:
Шпомер Алла Іванівна
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри публічного та приватного права
Національного університету
«Чернігівська політехніка»

ПРИНЦИПИ ГОСПОДАРСЬКОГО СУДОЧИНСТВА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Актуальність теми. Принципи господарського судочинства в умовах воєнного стану набули особливої актуальності, у зв'язку з необхідністю забезпечення безперервності здійснення правосуддя, збереження процесуальної справедливості та реалізації права на судовий захист суб'єктами господарювання навіть за надзвичайних обставин. Воєнний стан, введений в Україні з 24 лютого 2022 року відповідно до Указу Президента № 64/2022, зумовив появу нових підходів до тлумачення і застосування як матеріальних, так і процесуальних норм, що регулюють діяльність господарських судів.

Стан дослідження. Питання впливу воєнного стану на принципи судочинства детально вивчали багато вітчизняних науковців, зокрема, Сєрєбряк С.В, Дришлюк В.І., Кострицький І.Л. та інші, які аналізують зміни у реалізації принципу змагальності та гласності в умовах обмежень. Основна увага приділяється аналізу практики Верховного Суду, що формує підходи до застосування принципу рівності сторін і диспозитивності в умовах зупинення перебігу процесуальних строків та зміни у правилах належності доказів. Дослідження теми переважно зосереджене на адаптації класичних засад до нових реалій, особливо у контексті забезпечення доступу до правосуддя та дотримання процесуальних строків.

Мета дослідження полягає у комплексному аналізі трансформації та адаптації ключових принципів господарського процесу в умовах воєнного стану, а також систематизації судової практики Верховного Суду щодо застосування цих принципів, визначення меж їх обмеження та обґрунтування шляхів оптимізації господарського процесу для забезпечення справедливого, оперативного і пропорційного захисту прав суб'єктів господарювання та національних інтересів.

Виклад основного матеріалу. Одним із ключових принципів господарського судочинства, що зберігає свою дію навіть у період воєнного стану, є принцип верховенства права, який передбачає пріоритет прав людини та справедливості над формальним застосуванням правових норм. Верховний Суд неодноразово наголошував, що в умовах війни саме цей принцип забезпечує баланс між державними інтересами, безпекою та правами суб'єктів господарювання.

Зокрема, у постановах Касаційного господарського суду (КГС ВС) від 15.06.2023 у справі № 904/5697/20, від 15.06.2023 у справі № 904/5698/20, підкреслюється необхідність врахування особливостей воєнного часу при тлумаченні норм щодо строків, виконання договірних зобов'язань, застосування мораторіїв і санкцій [3].

У науковій літературі, зокрема у праці В.І. Дришлюка та І.Л. Кострицького, зазначається, що оптимізація господарського процесу під час війни має ґрунтуватися на поєднанні стабільності та гнучкості процесуальних процедур [1, с. 44-45]. Важко не погодитись із пропозицією авторів розширити можливості спрощеного позовного провадження, застосовувати альтернативні способи вирішення спорів (арбітраж, медіація), а також активніше використовувати цифрові платформи судочинства, що, справді, сприятиме зменшенню навантаження на суди й забезпеченню оперативності розгляду справ.

Базовим принципом є змагальність сторін і рівність усіх учасників процесу перед законом і судом, який залишається невід'ємною гарантією справедливого розгляду. Водночас у період воєнного стану цей принцип зазнав певних змін — зокрема, активізовано використання електронних засобів комунікації, дистанційних засідань і електронного документообігу через Єдину судову інформаційно-комунікаційну систему (ЄСІТС), що дає можливість забезпечити реалізацію прав сторін навіть за умов переміщення чи евакуації [4, с. 309].

Суттєві зміни відбулися у застосуванні принципу розумності строків судового розгляду. Господарський процесуальний кодекс України передбачає можливість зупинення процесуальних строків у разі обставин непереборної сили, до яких безперечно відноситься воєнний стан [2]. Як зазначено у практиці Верховного Суду, а саме у постанові КГС ВС від 18.10.2022 у справі № 904/10083/15, перебіг строків давності та інших процесуальних термінів у господарських спорах зупиняється на період воєнного стану відповідно до ст. 102 Податкового кодексу та змін, внесених Законом № 2120-IX, що дозволяє уникнути порушення права на справедливий розгляд [3].

В умовах воєнних дій особливого значення набуває принцип диспозитивності, який забезпечує сторонам право самостійно розпоряджатися своїми матеріальними та процесуальними правами. Разом із тим, судова практика демонструє, що реалізація цього принципу не може бути безумовною, якщо йдеться про захист національних інтересів. Так, Верховний Суд у низці постанов (зокрема у справі № 910/1418/23) вказав, що

застосування постанови Кабінету Міністрів № 187 від 03.03.2022, якою запроваджено мораторій на виконання зобов'язань перед особами, пов'язаними з державою-агресором, є допустимим обмеженням диспозитивності сторін задля захисту державних інтересів [3].

Крім того, у господарському судочинстві під час воєнного стану зберігається принцип законності, який вимагає суворого дотримання норм права при здійсненні правосуддя. Разом із тим, суди застосовують його з урахуванням принципу пропорційності, оцінюючи співвідношення між обмеженням прав суб'єктів господарювання та досягненням мети — захисту безпеки держави.

Прикладом є рішення КГС ВС від 28.09.2023 у справі № 904/3057/22 та від 14.03.2024 у справі № 910/1418/23, де розглядалися питання щодо заборони виконання зобов'язань на користь компаній з російським капіталом, навіть якщо формально правочини були укладені до початку війни [3].

Крім того, Верховний Суд у своїх оглядах судової практики звернув увагу на принцип пропорційності та добросовісності, які мають враховуватись при оцінці можливості застосування санкцій, штрафів чи інфляційних втрат. Так, КГС ВС у низці постанов (наприклад, у справах № 904/1725/22 та № 916/628/22) визнав, що в умовах війни штрафні санкції можуть бути зменшені, якщо їх застосування ставить під загрозу економічну стійкість підприємства, яке виконує стратегічні або оборонні завдання [3].

Висновки. Таким чином, принципи господарського судочинства в умовах воєнного стану не припинили своєї дії, однак були адаптації до надзвичайних умов. Вони спрямовані на забезпечення балансу між потребою в стабільності правопорядку та необхідністю оперативного реагування судової системи на виклики війни. Нині господарські суди реалізують свій мандат не лише як арбітри економічних спорів, але і як гарант правової безпеки держави, зберігаючи при цьому ключові процесуальні гарантії сторін.

Список використаних джерел та літератури:

1. Dryshliuk V.I., Kostritsky I.L. Optimization of economic procedural law in the conditions of war in Ukraine. *South Ukrainian Law Journal*. 2023. №. 4. P. 43–47. URL: https://doi.org/10.32850/sulj.2023.4.8 (date of access: 18.10.2025).
2. Господарський процесуальний кодекс України: Закон України від 06.12.2017 № 2147-VIII. *Верховна Рада України.* URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2147-19#Text (дата звернення: 23.10.2025).
3. Огляд судової практики Верховного Суду з вирішення господарських спорів в умовах воєнного стану. *Верховний Суд*. URL: https://supreme.court.gov.ua/userfiles/media/new_folder_for_uploads/supreme/ogliady/Oglyad_KGS_gosp_spori_voen_stan.pdf (дата звернення: 19.10.2025).

4. Сєрєбряк С.В. Реформування господарського законодавства в умовах воєнного стану. *Актуальні проблеми права: теорія і практика*. 2024. № 47. С. 305–321. URL: https://doi.org/10.33216/2218-5461/2024-47-1-305-321 (дата звернення: 20.10.2025).
5. Шпомер А.І., Шевченко В.С. Правове регулювання господарського судочинства в умовах воєнного стану. Аналітично-порівняльне правознавство. 2024. № 1. С. 282-287. URL: https://app-journal.in.ua/wp-content/uploads/2024/03/APP_01_2024-1.pdf (дата звернення: 20.10.2025).

Дробишевська Вікторія Володимирівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Одеського державного
університету внутрішніх справ

Науковий керівник:
Матієнко Тетяна Василівна
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Одеського державного університету
внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО: ЗЛОЧИН БЕЗ ПОКАРАННЯ

В Україні, попри ратифікацію Стамбульської конвенції (ст. 33, 34), психологічне насильство залишається «злочином без покарання». Відсутність загального визначення цього явища в Кримінальному кодексі України та Кодексі України про адміністративні правопорушення, а також спеціальних складів злочину, що охоплюють сучасні форми психологічного тиску – газлайтінг, аутинг, доксінг, масовий хейтинг, віктімблеймінг, шантаж вірою, соціальну ізоляцію, систематичне використання травматичного минулого – призводить до систематичного порушення права на психологічну безпеку та гідність, гарантованих статтями 3, 21, 28 Конституції України [1].

У свою чергу варто відзначити той факт, що в сучасному українському законодавстві поняття психологічного насильства втілене в кількох статтях Кодексу України про адміністративні правопорушення, зокрема, в статтях **173-2, 173-4 та 173-5.** Ці статті спрямовані на регулювання певних форм психологічного насильства, але мають певні обмеження та проблемні аспекти, які варто розглянути [2].

Стаття 173-2 регламентує відповідальність за вчинення домашнього насильства та насильства за ознакою статі. Її ключовою особливістю є те, що вона застосовується до осіб, які зазвичай пов’язані з потерпілою стороною

сімейними або близькими відносинами. Йдеться про родичів, колишнє або теперішнє подружжя, а також інших осіб, які спільно проживали чи проживають однією сім'єю без перебування у родинних відносинах або шлюбі.

Стаття 173-4: Булінг (цькування) учасника освітнього процесу. Суб'єктом дана адміністративного правопорушення може бути лише учасник освітнього процесу.

Стаття 173-5: Мобінг (цькування) працівника охоплює лише ситуації, пов'язані з трудовими відносинами, що не дозволяє забезпечити правовий захист у випадках психологічного насильства в інших сферах життя.

Також вказані статті охоплюють лише частину проявів психологічного насильства. Існують інші форми, які не відображені в чинному законодавстві:

Атакуючі коментарі або пости в Інтернеті, які можуть мати серйозні наслідки для психічного здоров'я особи. «Хейтерінг» – процес, який включає дії, спрямовані на вираження негативних емоцій по відношенню до безпосередньо людини, її публікацій у віртуальному просторі. «Шеймінг» (від англійського shame – «ганьба») – практика цілеспрямованого публічного приниження особи з будь-якої причини, продиктованої прийнятими у суспільстві нормами та стереотипами [3, с. 303]. Шеймінг базується на уявленні, що особа зобов'язана слідувати встановленим нормам, а будь-яка невідповідність підлягає осуду або виправленню.

Як зазначає Скакунова К.В., Кальна Н.М., хейт є небезпечною формою прояву агресії, він містить реальну загрозу для власника акаунту та часто набуває характеру організованого, свідомого цькування. За таких умов особливо вразливі користувачі можуть зазнавати вираженого емоційного напруження, зіткнутися з формуванням фобічних реакцій, а в окремих випадках — стикатися з виникненням суїцидальних думок і намірів [4, с.55].

Публікація особистих даних людини без її згоди з метою залякування або нанесення шкоди. Доксинг активно застосовують для цькування, переслідування людей за будь-які протилежні по-гляди. Доксинг (іноді можна зустріти як «доксінг») (від англ. «doxing» або «doxxing») – це практика збору, публікації та розповсюдження приватної, ідентифікуючої інформації про людину без її згоди, з метою завдання шкоди, залякування або завдання репутаційних втрат [5, с.259].

Науковці також виділяють наступне явище — аутинг, яке розглядається як форма онлайн-насильства, що полягає у публічному розголошенні шкідливої для репутації інформації про особу. Такі дії нерідко стають тригером для подальшого цькування, соціального осуду або психологічного тиску з боку оточення. Водночас навіть за умов відносно нейтральної чи толерантної реакції суспільства на оприлюднену інформацію особа опиняється в психологічно небезпечній і некомфортній ситуації. Це може супроводжуватися переживанням сорому, тривоги, втрати контролю над власним приватним простором, а також потребою постійно виправдовуватися, пояснювати обставини або захищати свою позицію [6, с.99].

З погляду психології доксинг порушує базові потреби особистості, описані у теорії самодетермінації Е. Десі та Р. Раяна - автономію, компетентність і пов'язаність, що є необхідними для інтерналізації та формування внутрішньої мотивації. Публікація приватних даних позбавляє людину відчуття контролю, спричиняє безсилля й підсилює страх соціального осуду [7, с.7]. У таких умовах мотивація зводиться до зовнішньої регуляції, орієнтованої на уникнення негативних наслідків, що сприяє формуванню гіперпильності та ризику посттравматичних реакцій.

Робін Стерн розглядає газлайтинг як повторювану модель емоційної маніпуляції, що призводить до втрати впевненості у собі, залежності від партнера та зниження самооцінки. Результати емпіричного дослідження підтвердили, що газлайтинг як форма психологічного насильства у подружжі має стійкий травматичний вплив на особистість, погіршує психоемоційний стан жертви, знижує рівень самооцінки, викликає тривожність, депресивні симптоми, а також порушення когнітивного самосприйняття [8, с.146-153].

Ці форми психологічного насильства також потребують уваги та правового регулювання, оскільки вони можуть мати серйозні наслідки для психологічного і емоційного стану осіб. Включення їх у правовий контекст могло б допомогти забезпечити більш комплексний захист жертв психологічного насильства.

Крім цього у Кодексі України про адміністративні правопорушення не містить визначення поняття «психологічного насильства». Водночас його нормативне розуміння сформульоване в Законі України «Про запобігання та протидію домашньому насильству», який фактично виконує роль базового джерела для тлумачення цього явища. У законі психологічне насильство розглядається як форма насильницької поведінки, що реалізується через вербальний тиск, погрози, приниження, переслідування, залякування та інші дії або бездіяльність, спрямовані на обмеження свободи волевиявлення особи та здійснення контролю над нею [9].

У свою чергу Кримінальний кодекс України нічим не відрізняється від Кодексу України про адміністративні правопорушення. Хоча деякі статті Кримінального кодексу України знову ж таки можуть бути застосовані до випадків психологічного насильства наприклад:

Стаття 120 Кримінального кодексу України передбачає відповідальність за доведення особи до самогубства або до замаху на самогубство внаслідок жорстокого поводження, шантажу, систематичного приниження людської гідності, систематичного протиправного примусу до дій, що суперечать волі особи, схиляння до самогубства, а також інших дій, які сприяли його вчиненню. Водночас застосування цієї норми можливе лише за умови настання суїцидальних наслідків — факту самогубства або реального замаху на нього. Інші прояви психологічного насильства, навіть за наявності тяжких психотравмуючих наслідків, не підпадають під дію зазначеної статті.

Стаття 126-1 Кримінального кодексу України встановлює кримінальну відповідальність за домашнє насильство, яке визначається як умисне та

систематичне застосування фізичного, психологічного або економічного насильства щодо подружжя, колишнього подружжя чи іншої особи, з якою правопорушник перебуває або перебував у сімейних чи близьких відносинах. Наслідками таких дій є завдання фізичних або психологічних страждань, виникнення розладів здоров'я, втрата працездатності, формування емоційної залежності або загальне погіршення якості життя потерпілої особи. Ключові проблемні аспекти застосування цієї норми були розглянуті у попередніх положеннях дослідження.

Стаття 129. Погроза вбивством, якщо були реальні підстави побоюватися здійснення цієї погрози. Погроза вбивством може створювати постійний стан страху і тривоги, навіть якщо фактично насильство не відбулося. Це психологічний тиск може призвести до серйозних наслідків для психічного здоров'я потерпілого. Людина, що перебуває під загрозою, може відчувати стійкий страх за своє життя, що в свою чергу може викликати тривожні розлади, панічні атаки або депресію. Страх перед можливим насильством часто супроводжується фізичними симптомами, такими як головні болі, проблеми з серцево-судинною системою, порушення сну і апетиту, що погіршує загальний стан здоров'я [10].

Отже, Кримінальний кодекс України переважно зосереджується на фізичних формах насильства або конкретних ситуаціях, таких як погроза вбивством, яка може включати психологічний аспект, але не визначає цілий спектр психологічного насильства. Наприклад, стаття 129 охоплює погрози вбивством, що може бути частиною психологічного насильства, проте не надає визначення або комплексного підходу до інших форм психологічного тиску.

Додатково, такі форми психологічного насильства, як газлайтинг, хейтинг, доксинг, аутинг не мають чіткої правової регуляції в Кримінальному кодексі. Це обмежує можливість правового захисту для жертв цих форм насильства.

Оскільки ці види психологічного насильства можуть мати серйозні наслідки для психічного здоров'я осіб, важливо мати в законодавстві чіткі визначення і відповідні норми, які б охоплювали всі форми психологічного насильства. Включення таких норм у законодавство могло б забезпечити більш комплексний захист жертв і дозволити ефективніше реагувати на різні види психологічного тиску.

Якщо в українському Кримінальному кодексі будуть включені норми, що регулюють різні форми психологічного насильства, необхідно враховувати кілька ключових аспектів для забезпечення справедливого і ефективного правосуддя.

Необхідно розрізняти випадки одноразових актів психологічного насильства від систематичного і тривалого. Тривале насильство може мати більш серйозні наслідки для психічного здоров'я жертви і вимагати суворіших покарань. Врахування тривалості може допомогти краще оцінити шкоду, завдану потерпілому, і відповідно визначити міру покарання.

Визначення, чи вчинене насильство мало особливо важкі або жорстокі форми. Потворні та особливо травматичні акти психологічного насильства повинні розглядатися як обтяжуючі обставини при визначенні покарання.

Коли психологічне насильство здійснюється групою осіб, це може підвищити рівень серйозності правопорушення. Групове насильство може мати більш глибокий і тривалий вплив на жертву. Необхідно враховувати роль кожного учасника групи і їхній внесок у вчинення правопорушення.

Важливо враховувати, як психологічне насильство вплинуло на психічне здоров'я жертви, і чи є наслідки постійними або тимчасовими. Визначення, наскільки важкі наслідки і чи можлива реабілітація жертви. Якщо наслідки є серйозними і довготривалими, це може вплинути на визначення міри покарання.

З психологічної точки зору важливо враховувати особистість жертви як обтяжуючу обставину, оскільки її вразливість або специфічні життєві обставини можуть посилювати наслідки насильства.

Однією з ключових причин для впровадження норм, що регулюють психологічне насильство, у Кримінальний кодекс України є те, що, фізичне насильство традиційно отримує пріоритетну увагу в кримінальному праві через його очевидність і безпосередній вплив на фізичне здоров’я жертви. Однак психологічне насильство має здатність завдавати не менше, а іноді й більш серйозної шкоди, оскільки його наслідки можуть бути прихованими і тривалими. Психологічне насильство включає систематичний тиск, маніпуляції, приниження та інші форми психічного тортурювання, що можуть мати руйнівний вплив на психічне здоров’я жертви.

Таким чином, інтеграція норм, що регулюють психологічне насильство, в Кримінальний кодекс є необхідною для забезпечення комплексного підходу до захисту прав постраждалої особи. Це дозволить не лише розширити правовий захист і гарантії для постраждалих, але й забезпечити адекватне реагування на всі форми насильства, враховуючи їхній глибинний і часто тривалий вплив на психічне і емоційне здоров'я особи.

Список використаних джерел та літератури:

1. Конституція України (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1996, № 30, ст. 141). URL: https://surl.li/jilohb
2. Кодекс України про адміністративні правопорушення (Відомості Верховної Ради Української РСР (ВВР) 1984, додаток до № 51, ст.1122) URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text (дата звернення 02.12.2025).
3. Федоренко О.О. Психологічні особливості сучасної поведінки особистості в інтернет-просторі. *Вчені записки Харківського гуманітарного університету «Народна українська академія»* Том XXIX. Харків. Видавництво НУА. 2023. URL: https://surl.li/nxanmh
4. Скакунова К.В., Кальна Н.М. Психологічна характеристика особистості хейтера. *Науковий вісник Львівського державного університету*

внутрішніх справ. Львів: ЛьвДУВС, 2022. Вип. 2. 72 с URL: http://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/issue/view/23

5. Ковальчук А.Ю., Чернявська Б.В. Міжнародно-правовий аспект протидії доксингу в цифрову епоху. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право.* Том 4. № 85. 2024. URL: http://visnyk-pravo.uzhnu.edu.ua/issue/view/18580
6. Сахарова К.О., Чередніченко О.М., Липовська Н.А. Форми психологічнаго насильства в організаційному середовищі. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права.* No 6, 2021. URL: https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/151/135
7. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості : монографія / за ред. Л.З. Сердюк. К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/712878/
8. Астремська І.В.. Підвисоцька І.С. Газлайтинг як форма психологічного насильства у подружніх стосунках: прояви та наслідки. The 1st International scientific and practical conference «Science, technology and global challenges» (September 11-13, 2025) CPN Publishing Group, Tokyo, Japan. 2025. 275 p URL: https://surl.lu/shmqgn
9. Закон України про запобігання та протидію домашньому насильству (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2018, № 5, ст.35) URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-19#Text (дата звернення 02.12.2025).
10. Кримінальний Кодекс України (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2001, № 25-26, ст.131) URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text (дата звернення 02.12.2025).

Лапитан Анастасія Анатоліївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Національного університету
«Чернігівська політехніка»

Науковий керівник:
Шпомер Алла Іванівна
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри публічного та приватного права
Національного університету
«Чернігівська політехніка»

КЛАСИФІКАЦІЯ ГОСПОДАРСЬКИХ ДОГОВОРІВ У СУЧАСНОМУ ЗАКОНОДАВСТВІ УКРАЇНИ

Актуальність теми. Господарський договір виступає одним із ключових інструментів правового регулювання господарських відносин у сучасній економіці України. Його значення полягає не лише у забезпеченні стабільності правових зв’язків між суб’єктами господарювання, але й у формуванні ефективного механізму ринкової взаємодії. За своєю природою господарський договір є юридичним фактом, що породжує права та обов’язки у сфері підприємницької діяльності, а його систематизація — необхідною передумовою впорядкування договірного обігу та вдосконалення законодавчого регулювання.

Стан дослідження. Сучасний стан дослідження класифікації господарських договорів характеризується перехідним етапом, спричиненим ухваленням Закону № 4196-IX, який скасовує Господарський кодекс України з 28 серпня 2025 року та передбачає трирічний перехідний період для інтеграції його норм. Наукові праці таких вчених, як Л.В. Мелех, В. Маньгора, М. Вітвіцький, Т.Б. Прийдак та інших, зосереджують увагу на критеріях поділу договорів, таких як суб'єктний склад, мета укладення та термін дії, а також на відмежуванні їх від цивільно-правових. Сучасні науковці прагнуть систематизувати господарські договори за новими підходами, що забезпечує адекватне правове регулювання та розвиток договірної роботи суб'єктів господарювання.

Мета дослідження полягає у комплексній систематизації та критичному переосмисленні існуючих класифікаційних підходів до господарських договорів, а також розробка науково обґрунтованих критеріїв для класифікації новітніх (зокрема електронних) форм угод, що забезпечить правову визначеність та єдність правозастосування у сфері господарського обороту.

Виклад основного матеріалу. Проблематика визначення та класифікації господарських договорів у сучасній науці пов’язана насамперед із тим, що господарські договори укладаються за правилами Цивільного

кодексу з урахуванням особливостей, передбачених господарським законодавством. Така формула створює певну невизначеність, адже не конкретизує критерії розмежування цивільно-правових і господарських договорів. Як наслідок, виникають складнощі при їх практичній кваліфікації, що знижує рівень правової визначеності у сфері господарських відносин [1, p. 82].

Науковці наголошують, що класифікація господарських договорів має вирішальне значення для систематизації договірного права. Вона дозволяє встановити внутрішні зв'язки між окремими видами договорів, чітко окреслити їх правову природу та забезпечити ефективне застосування норм законодавства.

Як зазначають В. Маньгора та М. Вітвіцький, класифікація господарських договорів виконує методичну, теоретичну та практичну функції. Вона сприяє визначенню місця кожного договору у загальній системі, забезпечує його адекватну правову регламентацію і дозволяє суб'єктам господарювання легше орієнтуватися у договірних відносинах [2, с. 133].

Сучасна наука господарського права пропонує низку критеріїв для класифікації господарських договорів. Один із найпоширеніших критеріїв — характер розподілу прав та обов'язків між сторонами. За цим підходом розрізняють односторонні договори, де обов'язок покладається лише на одну сторону (наприклад, договір дарування), і двосторонні, у яких права та обов'язки є взаємними. Важливим є також поділ договорів за моментом їх укладення: консенсуальні, що вважаються укладеними з моменту досягнення згоди, і реальні, які набувають чинності після фактичного виконання певної дії, наприклад, передачі майна [3].

Інший критерій поділу — характер юридичних наслідків, який дозволяє розмежовувати попередні та остаточні договори. Попередній договір визначає намір сторін укласти основний договір у майбутньому, тоді як остаточний безпосередньо породжує права й обов'язки сторін. За підставами укладення господарські договори поділяють на вільні, які укладаються за взаємною згодою сторін, і обов'язкові, укладання яких прямо передбачене законом чи державним замовленням [4].

Важливим аспектом є класифікація за специфікою участі сторін у погодженні умов. У господарській практиці це проявляється у розмежуванні взаємопогоджуваних договорів, де всі умови визначаються сторонами, і договорів приєднання, у яких одна зі сторін встановлює умови заздалегідь у типових формах, а інша лише приєднується до них. До останніх належать, зокрема, договори з банками чи великими постачальниками послуг.

Залежно від взаємного становища сторін, господарські договори можуть бути вертикальними — укладеними між підпорядкованими суб'єктами (наприклад, державними підприємствами та органами управління), або горизонтальними, які укладаються між рівноправними сторонами, що мають однаковий правовий статус. Крім того, за тривалістю дії договори поділяють

на короткострокові, середньострокові, довгострокові та разові — залежно від строку виконання зобов'язань.

Значного поширення у сучасному господарському обігу набуває також класифікація за економічним змістом і юридичними ознаками. У межах цього підходу виокремлюють договори на реалізацію майна (купівля-продаж, постачання, міна), передачу майна у користування (оренда, лізинг), підрядні, транспортні, банківські, договори про спільну діяльність та засновницькі договори [3]. Подібна класифікація дозволяє охопити практично всі види економічної взаємодії у сфері підприємництва.

Науковці також пропонують розмежовувати договори за ступенем складності — на прості, що охоплюють одну правову конструкцію, і комплексні, які поєднують елементи кількох договорів (наприклад, договір факторингу або концесійний договір). Окремо виділяють генеральні (рамкові) договори, що визначають основні параметри подальших правовідносин, і субдоговори, які конкретизують положення генеральних угод [2, с. 139].

У контексті розвитку інформаційного суспільства все більшої актуальності набуває питання електронних господарських договорів. Вони укладаються шляхом обміну електронними повідомленнями або приєднанням до публічної оферти через мережу Інтернет. Закон України «Про електронну комерцію» визначає електронний договір як домовленість сторін, оформлену в електронній формі. Поширення таких договорів зумовлює появу нових підвидів у сфері інформаційних послуг — наприклад, договорів про надання доступу до Інтернету, передачу даних чи телерадіотрансляцію.

Водночас, дослідники звертають увагу на потребу оновлення підходів до класифікації господарських договорів з урахуванням інституційних і суб'єктних ознак. Так, В. Мілаш пропонує поділ господарських договорів за суб'єктним складом: підприємницькі (комерційні) двостороннього чи одностороннього інституційного характеру, некомерційні, а також нормативно-обов'язкові господарські договори, стороною яких може виступати орган державної влади [2, с. 140]. Такий підхід дозволяє врахувати як змістовні, так і функціональні особливості господарського договору в сучасних умовах ринку.

Висновки. Таким чином, у системі сучасного українського господарського права класифікація договорів не є статичною, а постійно розвивається. Вона відображає зміни у господарському обігу, появу нових економічних форм і технологічних інструментів. Розмаїття критеріїв класифікації засвідчує складність самої категорії господарського договору, який поєднує економічний зміст і правову форму, майнові та організаційні елементи.

Слід зазначити, що ефективна класифікація господарських договорів є важливою умовою формування стабільного правового середовища для бізнесу. Вона сприяє удосконаленню законодавства, узгодженню норм Цивільного кодексу та господарського законодавства, підвищенню рівня правової визначеності та забезпеченню єдності судової практики. Подальший

розвиток класифікаційних підходів має враховувати як традиційні правові конструкції, так і новітні виклики цифрової економіки, де електронні форми угод стають невід'ємною частиною господарського обороту.

Список використаних джерел та літератури:

1. Melekh L.V., Andrukhiv Y.M. Problems of understanding the meaning of the concept of contract in economic relations in the modern legal field. *Law Bulletin*. 2021. №. 23. P. 80–88. URL: https://doi.org/10.32850/lb241-4-4207.2021.23.10 (date of access: 19.10.2025).
2. Маньгора В., Вітвіцький М. Сучасні підходи до класифікації господарських договорів. *Наука і техніка сьогодні*. 2023. № 12(26). URL: https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-12(26)-129-143 (дата звернення: 20.10.2025).
3. Мокієнко Т.В., Прийдак Т.Б., Ліпський Р.В. Господарські договори: сутність, значення, види та порядок укладання. Ефективна економіка. 2019. № 4. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=7007.
4. Проблеми правового регулювання договірних відносин суб'єктів господарювання: монографія / В.М. Адам та ін.; за заг. ред. М.С. Долинської. Львів: ТОВ «Галицька видавнича спілка», 2019. 247 с.
5. Шпомер А.І., Музика В.В. Актуальні питання визначення правових основ, поняття та особливих ознак господарського договору // Перспективні шляхи розвитку наукової думки: матеріали міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 27-28 січня 2018 р. у 2-х частинах. Київ: МЦНД, 2018. Ч. 1. С. 71–72.

Момот Катерина Сергіївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Хмельницького університету управління та
права імені Леоніда Юзькова

Науковий керівник:
Романюк Віталія Анатоліївна,
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри європейського та
міжнародного права,
юрисконсульт І категорії юридичної клініки
«Громадська юридична приймальня»
Хмельницького університету управління та
права імені Леоніда Юзькова

МІЖНАРОДНІ СТАНДАРТИ БОРОТЬБИ З ВІДМИВАННЯМ КОШТІВ ВИЗНАЧЕНІ FATF

Ефективна система протидії відмиванню коштів і фінансуванню тероризму є фундаментом для збереження цілісності та стабільності як національних економік, так і глобальної фінансової системи, адже відмивання грошей, предикативні злочини, фінансування тероризму та розповсюдження зброї масового знищення створюють значні економічні загрози, підривають стійкість фінансового сектору, спричиняють банківські кризи і послаблюють державне управління. У сучасних умовах ці ризики лише посилюються через глобалізацію фінансових потоків, розвиток цифрових технологій і зростання транснаціональної злочинності, що розширює можливості для здійснення фінансових злочинів. Саме тому зміцнення систем ПВК/ФТ (запобігання та протидія легалізації (відмиванню) доходів, одержаних злочинним шляхом, та фінансуванню тероризму) і неухильне дотримання міжнародних стандартів, зокрема FATF, стає пріоритетним завданням для забезпечення стійкості та безпеки світової фінансової системи.

Варто зазначити, що група з розробки фінансових заходів боротьби з відмиванням грошей (далі -- FATF) – це міжурядовий орган, заснований у 1989 році міністрами країн-членів із метою формування глобальних стандартів у сфері протидії відмиванню коштів, фінансуванню тероризму та іншим загрозам для міжнародної фінансової безпеки [2]. FATF визначає базові принципи й вимоги, сприяє впровадженню ефективних правових, нормативних та інституційних механізмів у державах світу, фактично виступає своєрідним «політичним рушієм» для проведення необхідних реформ. У 1990 році FATF вперше запропонувала державам пакет із 40

рекомендацій щодо вдосконалення їхнього законодавства і фінансової системи [3].

Первинні Сорок Рекомендацій FATF були націлені лише на запобігання відмиванню коштів, пов'язаному з торгівлею наркотиками, однак уже у 1996 році їх розширили. Після терактів 11 вересня 2001 року мандат FATF був офіційно збільшеним, включивши питання фінансування тероризму, що призвело до ухвалення 8 (згодом 9) Спеціальних Рекомендацій. У 2003 році FATF провела другий масштабний перегляд, об'єднавши вимоги з ПВК та ПФТ у єдину систему стандартів, які були підтримані понад 180 країнами [3]. Подальший розвиток міжнародного фінансового середовища та результати третього раунду взаємних оцінок обумовили чергову модернізацію Рекомендацій: у співпраці з МВФ, Світовим банком, регіональними групами FSRB((регіональні органи, створені за типом FATF / FATF-Style Regional Bodies) та іншими міжнародними інституціями FATF оновила свої стандарти, посиливши вимоги для сфер із підвищеним ризиком. Цей підхід зобов'язав держави визначати, оцінювати та розуміти ризики ВК/ФТ (відмивання коштів та фінансування тероризму) і відповідно до них адаптувати превентивні заходи. Після 2008 року стандарти FATF були додатково розширені, включивши вимоги щодо протидії фінансуванню розповсюдження ЗМЗ (зброї масового знищення). Це вилилося у впровадження нової Рекомендації 7, яка встановлює механізми імплементації цільових фінансових санкцій, накладених Радою Безпеки ООН» [4,6].

У результаті сучасна система FATF охоплює весь цикл боротьби з фінансовими злочинами: від криміналізації діянь та наділення компетентних органів повноваженнями - до забезпечення прозорості бенефіціарної власності, нагляду за фінансовими й нефінансовими установами, міжнародного співробітництва та виконання санкцій ООН. Імплементація стандартів FATF обов'язкова для всіх членів FATF і регіональних органів FSRB та оцінюється через систему взаємних оцінок, а також у рамках оцінок МВФ і Світового банку за спільною методологією FATF. Рекомендації супроводжуються Пояснювальними записками та глосарієм, які тлумачать зміст вимог і наводять приклади практичного застосування, а також додатковими керівництвами та найкращими практиками, що допомагають країнам ефективніше впроваджувати стандарти[4,7].

10 липня 2025 року FATF оголосила про запровадження нової процедури, спрямованої на запобігання неправомірному обмеженню діяльності неприбуткових організацій унаслідок неправильного застосування Стандартів FATF. Хоча ці стандарти покликані захищати НПО (неприбуткові організації) від ризику використання їх у схемах фінансування тероризму, на практиці надмірні або неправильно інтерпретовані заходи інколи призводять до необґрунтованого тиску на легальні організації. Нова процедура дозволяє виявляти та оцінювати такі випадки і вимагати від держав їх усунення, забезпечуючи, щоб заходи ПВК/ФТ залишалися пропорційними та ґрунтувалися на ризик-орієнтованому підході. До процесу можуть долучатися

країни-учасниці FATF та регіональних органів типу FATF (зокрема MONEYVAL), а також МВФ і Світовий банк. Для розгляду ситуацій FATF також може використовувати інформацію від спільноти НПО. У разі підтвердження фактів неправильного застосування Стандартів питання виноситься на Пленарне засідання FATF, де країні-порушниці можуть бути висунуті вимоги щодо усунення виявлених порушень. Нова процедура доповнює чинні механізми FATF, зокрема взаємні оцінки, і покликана гарантувати, що заходи з протидії фінансуванню тероризму не створюватимуть перешкод для законної та суспільно корисної діяльності неприбуткових організацій [5].

Таким чином, можна зробити висновок, що міжнародні стандарти FATF становлять методологічну й нормативну основу для формування інтегрованої глобальної протидії відмиванню коштів, фінансуванню тероризму та розповсюдженню зброї масового знищення. Їх еволюція від початкових Сорока Рекомендацій, до сучасної комплексної, ризик-орієнтованої та багатовимірної системи, засвідчує здатність FATF адаптувати свої стандарти до динаміки транснаціональних фінансових потоків, цифровізації економіки та поглиблення криміногенної взаємозалежності держав. Упровадження FATF механізмів періодичних взаємних оцінок, розширення секторальних вимог і посилення уваги до прозорості бенефіціарної власності забезпечує не лише встановлення нормативних орієнтирів, але й створює дієвий інструментарій для уніфікації національних ПВК/ФТ-режимів відповідно до міжнародних стандартів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Anti-Money Laundering and Combating the Financing of Terrorism. *IMF*. URL: https://www.imf.org/en/topics/financial-integrity/amlcft (date of access: 23.11.2025).
2. Група з розробки фінансових заходів боротьби з відмиванням грошей (FATF). *Access Denied*. URL: https://fiu.gov.ua/pages/dijalnist/mizhnarodne-spivrobitnictvo/mizhnarodni-organizaci/grupa-z-rozrobki-finansovix-zaxodiv-borotbi-z-vidmivannyam-groshej-FATF.html (дата звернення: 23.11.2025).
3. FATF: історія та основне завдання. *Access Denied*. URL: https://fiu.gov.ua/content/uk/fatf.htm (дата звернення: 23.11.2025).
4. РЕКОМЕНДАЦІЇ FATF.Міжнародні стандарти щодо боротьби з відмиванням коштів, фінансуванням тероризму та розповсюдження зброї масового знищення. FATF, 2025. 122 с. URL: https://www.mof.gov.ua/storage/files/Міжнародні%20стандарти%20FATF.pdf (дата звернення: 23.11.2025).
5. FATF запровадила нову процедуру для запобігання неправомірному обмеженню діяльності неприбуткових організацій - Центр демократії та верховенства права. *Центр демократії та верховенства права* -.

URL: https://cedem.org.ua/news/fatf-nova-protsedura (дата звернення: 24.11.2025).

Нікітіна Валерія Максимівна
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Легеза Євген Олександрович
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ОБМЕЖЕННЯ ПРАВА НА СВОБОДУ ПЕРЕСУВАННЯ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ: ПРАВОВІ ПІДСТАВИ, ПРОПОРЦІЙНІСТЬ І ГАРАНТІЇ ВІД ЗЛОВЖИВАНЬ

Право на свободу пересування є одним із базових елементів конституційного статусу людини і громадянина та становить важливу умову реалізації низки інших прав і свобод. Стаття 33 Конституції України закріплює право кожного, хто законно перебуває на території України, вільно пересуватися, обирати місце проживання, а також право вільно залишати територію держави, за винятком обмежень, встановлених законом. Питання винятків у реалізації особистих прав і свобод людини та громадянина зі сторони державних інституцій залишається одним із найактуальніших у конституційному праві [1, с. 58]. У мирний час це право реалізується без суттєвих обмежень, однак в умовах воєнного стану держава отримує можливість тимчасово звужувати його обсяг з огляду на потреби забезпечення національної безпеки, оборони та громадського порядку.

Запровадження воєнного стану відповідно до Закону України «Про правовий режим воєнного стану» надає військовому командуванню та органам державної влади право встановлювати визначені законом обмеження пересування громадян, іноземців та осіб без громадянства. Йдеться, зокрема, про запровадження комендантської години, встановлення спеціального режиму в’їзду й виїзду з окремих територій, обмеження виїзду військовозобов’язаних громадян, а також регламентацію пересування осіб у районах проведення бойових дій.

Такі заходи безпосередньо впливають на обсяг реалізації положень статті 33 Конституції, проте вони не можуть мати свавільного характеру. Конституція й міжнародні стандарти у сфері прав людини, насамперед стаття 12 Міжнародного пакту про громадянські і політичні права, вимагають, щоб

будь-які обмеження свободи пересування ґрунтувалися на законі, переслідували легітимну мету та були необхідними у демократичному суспільстві [2]. Принцип пропорційності набуває особливого значення, адже в умовах воєнного стану держава має забезпечити баланс між охороною національної безпеки і недопущенням надмірного втручання у приватну сферу.

Так, стаття 13 Загальної Декларації прав людини передбачає, що кожна людина має право вільно пересуватися і обирати собі місце проживання у межах кожної держави, а також, що кожна людина має право покинути будь-яку країну, включаючи й свою власну, і повертатися у свою країну [3, с. 366].

У воєнний час ключовими є два напрями обмеження свободи пересування. Перший - це просторові обмеження, пов’язані з наближеністю до районів бойових дій, загрозою диверсій та необхідністю контролю за переміщенням цивільних осіб. Другий - персональні обмеження, що стосуються насамперед військовозобов’язаних, для яких може бути запроваджено заборону на виїзд за межі держави або визначених адміністративних територій. Водночас право громадянина України на повернення до держави не може бути обмежене за жодних умов, що прямо випливає зі змісту статті 33 Конституції та міжнародних зобов’язань України.

Порядок застосування таких обмежень повинен бути чітко визначений у нормативно-правових актах. Важливим елементом їх законності є передбачуваність: особа має мати можливість завчасно дізнатися про зміст обмеження, порядок його застосування та строки дії. Будь-які нові обмеження пересування, які не передбачені законом або не випливають безпосередньо з указу Президента про запровадження воєнного стану, є недопустимими.

Не менш важливим є питання запобігання зловживанням під час реалізації таких обмежень. Гарантіями виступають судовий контроль, діяльність Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини, можливість оскарження дій органів влади та військового командування, а також обов’язок держави забезпечити мінімізацію негативних наслідків для цивільного населення. Прозорість процедур, публічність рішень та контрольованість їх виконання становлять основу довіри суспільства до державних інститутів у період воєнних загроз.

Водночас у практиці воєнного стану існують ризики надмірного обмеження свободи пересування, особливо коли заходи встановлюються локально, несистемно або без належного обґрунтування. Такі ситуації створюють небезпеку порушення конституційних гарантій та можуть призвести до звуження змісту й обсягу прав, що виходить за межі дозволеного статтею 64 Конституції України.

Таким чином, обмеження права на свободу пересування в умовах воєнного стану є допустимим, але лише за умови суворого дотримання принципів законності, необхідності та пропорційності. Стаття 33 Конституції України залишається фундаментальним орієнтиром, який визначає межі можливого втручання держави. Ефективність правового регулювання у цій

сфері полягає у здатності забезпечити належну оборону держави, водночас не нівелюючи сутність конституційних прав людини та зберігаючи демократичний характер правового порядку навіть в умовах воєнної загрози.

Список використаних джерел та літератури:

1. А. Марущак. Обмеження права на пересування в умовах військового стану: практика України. Юридичний вісник №3. 2022. С. 58-63 URL: http://yurvisnyk.in.ua/v3_2022/3_2022.pdf#page=58
2. Міжнародний пакт про громадянські і політичні права. Міжнародний документ від 16.12.1966 р. URL:https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_043 (дата звернення: 04.12.2025)
3. Продивус С. В. Правомірне обмеження права на свободу пересування: міжнародно-правові стандарти та практика Європейського суду з прав людини. Науковий вісник Ужгородського Національного Університету. Серія ПРАВО. Випуск 78: частина 2. 2023. С. 365-371

Годованюк Кіра Олексіївна
Учениця 11 класу Комунального закладу освіти «Міський юридичний ліцей наукового спрямування при Університеті митної справи та фінансів» Дніпровської міської ради

Науковий керівник:
Алфьорова Тетяна Миколаївна
кандидат юридичних наук, доцент,
перший проректор
Дніпровського гуманітарного університету

ВИЗНАЧЕННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ЗА ПОМИЛКИ СПРИЧИНЕННІ ПРИ ВИКОРИСТАННІ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮРИДИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Технології штучного інтелекту (далі - ШІ) дедалі активніше застосовуються у сфері правосуддя. Все більше юристів використовують ШІ, фактично передаючи йому виконання частини своїх професійних обов’язків, що створює ризики порушення етичних стандартів, професійної відповідальності та якості правничої допомоги. Однією з ключових проблем є здатність ШІ генерувати неіснуючі рішення, норми чи посилання, так звані «галюцинації», які потенційно можуть потрапити до судових рішень. У зв’язку з цим актуалізується питання відповідальності за такі помилки.

У публікації, розміщеній на офіційному вебсайті Національної асоціації адвокатів України, описано випадок використання адвокатами систем штучного інтелекту без належної перевірки результатів і дотримання професійних стандартів, що зрештою спричинило негативні правові наслідки. Так, федеральний суддя Майкл Вілнер наклав штраф у розмірі $31 тис. на дві юридичні фірми - K&L Gates та Ellis George LLP - за подання до суду документа з вигаданими юридичними посиланнями та цитатами, створеними за допомогою інструментів ШІ. Вивчаючи подання, суддя зацікавився наведеними у його тексті посиланнями та цитатами. За результатами їх перевірки він установив, що із 27-ми посилань у десяти сторінковому документі 9 були помилковими, а 2 - повністю вигаданими. Після виявлення проблеми суддя попросив пояснити причини. Адвокати під присягою підтвердили використання ШІ (зокрема *Google Gemini* та *Westlaw Precision* з *CoCounsel*). Тоді суддя констатував, що жоден адвокат або співробітник фірм, очевидно, не перевірив або не переглянув це дослідження перед поданням документа. Він також зауважив, що такий підхід майже призвів до більш небезпечного результату - включення фальшивих відомостей до судового рішення. Накладаючи на фірми фінансові санкції суддя заявив, що жоден компетентний адвокат не повинен передоручати дослідження і написання текстів ШІ [1].

У вищевказаній ситуації, дві юридичні фірми понесли відповідальність, у вигляді штрафу, за подання до суду несправжніх посилань згенерованих ШІ. Наступний приклад, коли адвокат уникнув відповідальності, за подання позову з «галюцинаціями» ШІ. В ході судового засідання, яке відбулося у жовтні 2024 року, адвокат визнав свою помилку і взяв на себе повну відповідальність. Суддя окружного суду США Томас Каллен зауважив, що використання генеративного ШІ у юридичній сфері стає *«новою нормою»*, однак наголосив, що адвокати, які застосовують такі інструменти, *«повинні дотримуватися базових принципів професійної поведінки»,* зокрема *«вживати розумних заходів»* для забезпечення точності судових документів. Через бездоганну репутацію та багаторічний досвід роботи у судах по всій території США адвоката Томаса Гайєра, суддя вирішив не застосовувати санкції [2].

Ще один приклад можна навести, коли було опубліковано в британській газеті «*The Guardian»,* в якій йшлося про адвоката, який став першим в Австралії, який зіткнувся з професійними санкціями за використання ШІ в судовій справі, позбавивши себе права займатися практикою головного адвоката після того, як штучний інтелект створив неправдиві цитати, які він не зміг перевірити. На слуханні 19 липня 2024 року, адвокат надав суду список попередніх справ, які були запрошені суддею Амандою Хамфріс у зв'язку із клопотанням про виконання рішення у цій справі. Суддя у своєму рішенні заявила, що ні вона сама, ні її колеги не змогли ідентифікувати справи у списку. Коли справу повернули до суду, адвокат підтвердив, що список був підготовлений за допомогою юридичного програмного забезпечення, яке використовує ШІ. Адвоката було передано до Вікторіанської ради юридичних послуг для розслідування, 19 серпня 2024 року в результаті розслідування

адвоката було змінено його свідоцтво про практику, а це означає, що він більше не мав права займатися практикою як основний адвокат, не мав дозволу розпоряджатися грошима трасту, більше не керував власною юридичною практикою та займався лише практикою як штатний юрист. Адвокат здійснюватиме юридичну практику під керівництвом керівника протягом двох років, протягом яких адвокат та його керівник звітуватимуть перед радою щоквартально [4].

Беручи до уваги міжнародний досвід притягнення до відповідальності за значні порушення адвокатами використання ШІ, а саме включення у документи неіснуючих цитат, судових прецедентів, посилань, можемо зробити висновок, що найбільш застосована практика покарання: застосування штрафу у великому розмірі, передача на розслідування, позбавлення права займатися адвокатською діяльністю, дисциплінарне покарання, позбавлення керування власною юридичною практикою, заборона розпоряджатися грошима трасту, здійснювати юридичну практику під керівництвом та звітуватися перед радою щоквартально. Якщо б досвідчені судді не виявили ці порушення до ухвалення остаточного рішення то, це могло б призвести до ухвалення несправедливого рішення, оскарження рішення в апеляційній та касаційній підстанціях, створити прецедент для подібних порушень у майбутньому, викликати численні скарги з боку зацікавлених осіб і завдати шкоди репутації судової системи загалом.

На момент дослідження цього питання в Україні офіційно не зафіксовано випадків притягнення адвокатів до кримінальної, адміністративної або дисциплінарної відповідальності саме за використання ШІ у професійній діяльності.

Розвиток використання технологій ШІ у юридичній діяльності значно випереджає темпи його законодавчого врегулювання. Чинне законодавство України не передбачає чітких законодавчих норм щодо доцільного застосування ШІ в правосудді, а також механізмів контролю за дотриманням законності під час використання ШІ.

Результати дослідження дозволяють сформулювати такі пропозиції щодо удосконалення правового регулювання використання ШІ в юридичній діяльності:

1. розробити нормативно-правовий акт, який регулює використання технологій ШІ в юридичній діяльності, наприклад Закон України «Про штучний інтелект», аналоговий до Акту Європейського Союзу про штучний інтелект (*Artificial Intelligence Act*) [5], де буде чітко визначено такі ключові питання:

1.1. Встановити законодавче розуміння терміну «штучного інтелекту». Вбачається необхідним законодавче закріплення підходу, відповідно до якого, ШІ не визнається суб’єктом права, а розглядається як спеціальний допоміжний інструмент, що використовується людиною у процесі здійснення юридичної діяльності. У такому разі відповідальність за результати застосування ШІ

покладається на особу, яка прийняла рішення щодо застосування ШІ у своїй роботі.

1.2. Закріпити необхідність обговорення питання щодо можливості застосування ШІ у професійній діяльності суб'єктами правничих професій, наприклад, при введені справи та у випадку задоволення клієнтом відповідної пропозиції, підписувати документ, у якому особа не заперечує про можливість використання ШІ при представництві чи захисті його прав та інтересів.

1.3. Вести обов'язкове маркування при складанні юридичного документу в якому було використано технології ШІ, з позначкою: «*У документі було використано ШІ*». Це буде логічним продовженням уже наявної судової практики щодо інформування про використання автоматизованих систем, зокрема аналогічно до позначки КП Д-3, що застосовується в судочинстві. Це значно підвищить рівень прозорості юридичної діяльності, сприятиме належному інформування суду та інших учасників процесу.

1.4. Встановити відповідні санкції за неналежне або неправомірне використання ШІ в юридичній діяльності. За порушення належного та відповідального використання ШІ, які призвели до спотворення результатів правової оцінки, ухвалення неправомірних рішень та введення в оману суду та інших учасників процесу мають нести адміністративну відповідальність. Покарання можуть бути у вигляді штрафу, передачі на розслідування до спеціального органу державного нагляду та контролю у сфері використання ШІ, а потім дисциплінарного покарання, позбавлення права займатися адвокатською діяльністю. З огляду на досвід Європейського союзу, який вже впровадив, Акт ЄС про штучний інтелект (*Artificial Intelligence Act*), у якому чітко встановленні усі заборонені практики ШІ та визначені адміністративні штрафи за порушення дотримання правил використання ШІ, може слугувати гарним підґрунтям до адаптації українського законодавства [3].

2. Розробити Положення «Про державний реєстр сертифікованих ШІ-систем для юридичної діяльності», які гарантують нерозголошення персональних даних, що вводяться юристом у систему. Бо використання ненадійних ШІ-платформ при створенні юридичного документу, може призвести до порушення конфіденційності клієнта та розголошенню таємниці.

3. З метою забезпечення дотримання прозорості та відповідального використання ШІ у процесі здійснення юридичної діяльності, буде доцільним запровадження спеціального органу державного нагляду та контролю у сфері використання ШІ в юридичній діяльності. Основні завдання спеціального органу полягають у розробленні стандартів і рекомендацій щодо використання ШІ у правосудді, здійсненні постійного моніторингу практики застосування систем ШІ, розгляданні звернень і скарг щодо порушення дотримання положень у ЗУ «Про штучний інтелект» та проведенні заходів щодо роз'яснення відповідального застосування ШІ правникам для підвищення рівня обізнаності у сучасних технологіях.

Таким чином пропозиції щодо усунення виявлених прогалин у чинному законодавстві та впровадження запропонованих заходів сприятиме підвищенню прозорості та безпеки використання ШІ у юридичній діяльності.

Список використаних джерел та літератури:

1. Адвокатів, які бездумно використовували ШІ, оштрафували у США – Національна асоціація адвокатів України. URL: https://unba.org.ua/news/10277-advokativ-yaki-bezdumno-zastosuvali-shi-
2. У США адвокат, який подав до суду «галюцинації ШІ», уникнув відповідальності – Національна асоціація адвокатів України. URL: https://unba.org.ua/news/10033-u-ssha-advokat-yakij-podav-sudu-galyucinacii-shi-uniknuv-vidpovidal-nosti.html
3. Горлач С. Краковська А. - Адміністративно-правове регулювання штучного інтелекту в Україні. / Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса / URL: file:///C:/Users/User/Downloads/17292-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-34427-1-10-20250520%20(1).pdf Ст.63
4. Lawyer caught using AI-generated false citations in court case penalized in Australian first / The Gardian / URL: https://www.theguardian.com/law/2025/sep/03/lawyer-caught-using-ai-generated-false-citations-in-court-case-penalised-in-australian-first?utm_source=chatgpt.com
5. «The AI Act Explorer» від 13.06.2024 / REGULATION (EU) 2024/1689 OF THE EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL. URL: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=OJ:L_202401689#tit_1

Головко Леся Іванівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
ПрАТ ВНЗ «Міжрегіональна Академія
управління персоналом»

Науковий керівник
Зошій Ірина Василівна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та
соціально-гуманітарних наук
ПрАТ ВНЗ «Міжрегіональна Академія
управління персоналом»

РОЛЬ КОМУНІКАТИВНИХ УСТАНОВОК ЩОДО ЗАДОВОЛЕНОСТІ РОБОТОЮ ПРАЦІВНИКІВ

Втілення досягнень науково-технічного прогресу здебільшого визначається якістю робочої сили, веде до суттєвих змін в трудовій діяльності людей, відповідно, скасовуються старі та формуються нові робочі місця, що спричиняє певні суттєві зміни на ринку праці. Тобто, питання задоволеності працею та впливу на неї комунікативних установок привертає значну увагу багатьох вчених як в нашій країні, так і за кордоном.

Дослідження задоволеності роботою відображене в працях науковців, вчених, дослідників Авраменко О. М., Бабенко О. В., Барановська Н. В., Гончаренко С. В., Коваль О. І., Коваль О. В., Малишева Л. О., Новак І. В., Шевченко О. В. Суттєве значення в процесі зміни та формування комунікативних установок особистості науковці придають різним умовам: наявності мотивації Ф. Зімбардо, М. Ляйппе, А. Уике, цінностям М. Рокич, наявності особистого досвіду У. Мак-Гайр, Ф. Бартлетт, М. Рокич, Й. Лингарт, соціальній ситуації та оточенню Р. Чалдіні, Ч. Інско, загальній активності людини Ш. Надірашвілі.

В процесі спілкування суттєву роль відіграють комунікативні установки, які вважаються готовністю, настроєм, цілеспрямованістю суб'єктів щодо спілкування, визначають вибір форм, видів, стратегій комунікації, включають як свідомі, так й несвідомі елементи.

Поняття комунікативних установок включає [1, с.201]:

- внутрішні стани, що спонукають людей до спілкування, визначають їх мету, мотиви.
- комунікативні навички, тобто, вміння переконувати, чітко висловлювати думки, вести переговори, налагоджувати контакти.
- комунікативні установки мають вплив на те, як люди сприймають та інтерпретують інформацію в ході комунікації.

Головними видами комунікації вважається:

- вербальна комунікація, а саме, усна, письмова;
- невербальна комунікація включає мова тіла, жести, зорові контакти.

Форми комунікації класифікують через:

- спосіб передачі, тобто усне, письмове, візуальне спілкування;
- організацію спілкування, а саме, вертикальне, горизонтальне, діагональне.

Суттєвою проблемою професійної діяльності працівників, а саме професійного сприйняття, мислення, поведінки, усвідомлення змін комунікативної складової діяльності вважається вивчення питань щодо розвитку, формування всіх компонентів комунікативного потенціалу особистості.

Вагому роль в даному процесі відіграють комунікативні професійні установки, що виступають як один із соціально-психологічних аспектів процесу комунікації, дослідження якого дає можливість краще розуміти закономірності комунікативної поведінки особистостей, дозволяє сприяти організованому управлінню особистостями власної поведінки в міжособистісні комунікації.

Комунікативні установки особистостей включають готовність реагувати на партнерів по взаємодії таким чином, що зумовлено наявними в них досвідом спілкування, оцінками, переживаннями їх суті, поглядів, поведінки [2, с.35].

Для комунікативних установок характерний вагомий інформаційно-енергетичний заряд, а саме:

- оцінки конкретних типів партнерів вважаються як позитивні, нейтральні, негативні;
- спонукання, а саме, бажання висловити установки щодо конкретних типів партнерів, можуть проявлятися, маскуватися, придушуватися особистістю в собі
- знання щодо конкретних типів партнерів, які бувають істинні, сумнівні, помилкові;
- переживання досвіду комунікації з певними типами партнерів, можуть бути глибокі, неглибокі, достатньо поверхневі [2, с.50].

За допомогою комунікативних установок визначають комунікативну поведінку особистостей, їх відкритість чи закритість, готовність передати або сприйняти чи відкинути ті чи інші думки, ідеї, факти, поняття. Від них залежить подальша поведінка особистостей, чи буде взагалі можливий процес комунікації, чи не зупиниться він, й наскільки будуть розв’язані професійні задачі.

Як у повсякденній, так і професійній взаємодії найважливішу роль відіграють комунікативні установки у відношенні до особистостей в загальному. Вони складаються у особистостей під впливом загального досвіду спілкування, знань, оцінок особистостей, з якими доводилося зустрічатися в різних сферах, тобто, в побуті, на роботі, в громадських місцях, на певних територіях.

Присутність комунікативних вмінь як однієї з ключових здатностей особистості, яка веде спілкування, передбачає встановлення довірливих відносин з партнерами із спілкування, розуміння їх як співрозмовників. Виявлення проблемних аспектів розвитку комунікативних вмінь дасть змогу впровадити ефективні стратегії та програми щодо їх покращення, отримати можливість свідомо працювати над власними недоліками, покращувати особисті комунікативні навички, застосовувати дані знання для розвитку вміння слухати, таким чином ефективно спілкуватися, налагоджувати контакти з іншими людьми, що в свою чергу, буде сприяти професійному зростанню працівників, досягненню високої якості взаємовідносин з іншими.

Задоволеність роботою це вагомий фактор в трудовому житті. Виокремлюють різноманітні фактори, до яких відносять атмосферу на робочих місцях, можливості щодо розвитку, винагороди, баланс між роботою та приватним життям, зміст та цілі роботи, вони безпосередньо мають вплив на задоволеність роботою та формування комунікативних установок працівників [3, с.62].

Підвищення рівня задоволеності роботою розглядається як особистісний процес, що потребує дій як зі сторони працівників, так й зі сторони роботодавців. Для підвищення рівня задоволеності роботою необхідно визначити які саме фактори на неї впливають та виокремити, що конкретно змушує почуватися менш задоволеними на роботі. Сюди можна віднести відсутність викликів, неефективний менеджмент, відсутність професійного розвитку, таким чином, визначивши які саме фактори перешкоджають у задоволенні роботою, потрібно їх усунути, щоб забезпечити продуктивну діяльність.

Також необхідною умовою продуктивності праці та задоволення від роботи необхідно встановити кар'єрні цілі й задачі, тобто, необхідно визначити, яких саме цілі є бажаними для досягнення в кар'єрі, на робочих місцях, так як чітко виокремлені цілі надають відчуття напрямку, мотивації в діяльності. Важливим аспектом є те, щоб цілі були реалістичними та вимірними, для того, щоб можна було б відстежувати власну динаміку.

Ще однією умовою для задоволення від роботи є професійний розвиток та навчання, потрібно робити інвестиції у власний професійний розвиток, брати участь у тренінгах, курсах, конференціях, семінарах, круглих столах, так як формування навичок та одержання нових знань не лише покращує компетентності, але й збільшує відчуття задоволення від роботи, отримуючи розвиток та успіхи в діяльності.

Отож, процес спілкування та взаємовідносини є тими чинниками, які дозволяють отримувати задоволення від роботи, тому потрібно будувати позитивні взаємини з колегами, керівниками, іншими працівниками. Відомо, що добре налагоджені контакти з іншими сприяють добробуту та підвищенню задоволеності роботою. Для досягнення цього, необхідно бути відкритими до співпраці, підтримувати інших, вступати в конструктивну комунікацію.

Список використаних джерел та літератури:

1. Андрощук І. В. Комунікативна компетентність як важливий засіб ефективної взаємодії учасників освітнього процесу. *Молодь і ринок*. 2022. №3-4. С. 201-202.
2. Карова А. В. Психологія спілкування: навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти факультету психології, політології та соціології НУ «ОЮА» Одеса: Фенікс, 2020. 79 с.
3. Михальська С. Комунікативний простій формування особистості. Психологічний журнал, 2019. 5 (12), С. 59-71.

Дурманенко Ігор Віталійович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Борисенко Світлана Ігорівна
викладач кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ПРАВОВІ МЕХАНІЗМИ ЗАХИСТУ ЕКОЛОГІЧНИХ ПРАВ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ: ПРОБЛЕМИ КВАЛІФІКАЦІЇ ТА ФІКСАЦІЇ ШКОДИ

Повномасштабна військова агресія Російської Федерації проти України, що розпочалася у 2022 році, стала викликом не лише для системи міжнародної безпеки, але й для глобальної екологічної стабільності. Сучасні війни характеризуються застосуванням високотехнологічної зброї, що завдає невиправної шкоди екосистемам. У цьому контексті виникає гостра наукова та практична проблема: як забезпечити дієвість екологічного права в умовах, коли пріоритетом держави є оборона?

Актуальність теми зумовлена необхідністю аналізу нових законодавчих ініціатив, прийнятих в Україні під час воєнного стану, а також пошуку ефективних механізмів притягнення агресора до відповідальності за злочини проти довкілля (екоцид). Метою даної роботи є дослідження правового регулювання екологічної безпеки під час війни та аналіз механізмів фіксації екологічних злочинів.

Основою правового захисту довкілля під час війни є норми міжнародного гуманітарного права. Зокрема, Додатковий протокол I до Женевських конвенцій 1977 року (ст. 35, ст. 55) забороняє застосовувати методи або засоби ведення війни, які мають на меті завдати або, як можна очікувати, завдадуть широкої, довгочасної і серйозної шкоди природному

середовищу [1]. Проте, як показує практика, агресор свідомо ігнорує ці норми, використовуючи тактику «випаленої землі».

Науковці, зокрема У.В. Антонюк, слушно зауважують, що війна створила надскладні умови, в яких держава часто не може гарантувати конституційне право громадян на безпечне довкілля (ст. 50 Конституції України). Це проявляється у неможливості доступу до чистої питної води, забрудненні атмосферного повітря продуктами горіння та хімічними сполуками від вибухів ракет [3, с. 43].

Масштаби руйнувань є безпрецедентними. За даними, наведеними у фаховій літературі, лише у перші місяці повномасштабного вторгнення було зафіксовано понад 257 випадків, що мають ознаки екоциду. До них належать підриви нафтобаз, атаки на промислові об'єкти з хімічними речовинами, руйнування очисних споруд та масові лісові пожежі. Особливе занепокоєння викликає той факт, що під загрозою знищення опинилися об’єкти Смарагдової мережі Європи та Рамсарські угіддя, які мають міжнародний охоронний статус [3, с. 43].

Варто наголосити, що масове знищення українських лісів має не лише локальні, а й глобальні негативні наслідки, які виходять далеко за межі національної юрисдикції. Лісові екосистеми виконують критично важливу функцію депонування (поглинання) вуглецю, виступаючи природним бар'єром проти глобального потепління. Їх руйнування внаслідок артилерійських обстрілів та неконтрольованих пожеж призводить до вивільнення в атмосферу значних обсягів парникових газів. Це безпосередньо пришвидшує процеси кліматичних змін, перетворюючи екологічні злочини агресора на проблему планетарного масштабу, що створює загрози для екологічної безпеки всього людства, а не лише України. Національне законодавство України реагує на ці виклики через інститут кримінальної відповідальності. Ключовою нормою є стаття 441 Кримінального кодексу України «Екоцид», яка передбачає відповідальність за масове знищення рослинного або тваринного світу, отруєння атмосфери або водних ресурсів, а також вчинення інших дій, що можуть спричинити екологічну катастрофу [2]. Саме кваліфікація дій агресора за цією статтею є правовою підставою для формування доказової бази у міжнародних судах.

Важливим аспектом є трансформація екологічного законодавства безпосередньо під час воєнного стану. У 2022 році було прийнято низку нормативних актів, спрямованих на адаптацію правового поля до реалій війни. Як зазначає У.В. Антонюк, такі зміни мають двовекторний характер:

1. *Дерегуляція та спрощення процедур* для потреб оборони (наприклад, Закон № 2132-IX від 15.03.2022). Це дозволяє оперативно вирішувати питання землевідведення для військових потреб, але водночас створює певні ризики для довкілля через послаблення контролю.

2. *Стратегічне планування відновлення.* Прикладом є прийняття Закону України «Про управління відходами» (№ 2320-IX від 20.06.2022), який наближає українське законодавство до стандартів ЄС. Це критично важливо,

адже після війни Україна зіткнеться з проблемою утилізації колосальних обсягів будівельного сміття та залишків військової техніки [3, с. 44].

Однак, головною проблемою залишається фіксація збитків. Державні інституції в умовах активних бойових дій не завжди можуть забезпечити повноцінний моніторинг. Тому на перший план виходить завдання документування фактів екологічних злочинів за допомогою супутникових знімків та роботи екологічних інспекцій на деокупованих територіях. Без належної доказової бази неможливо буде вимагати репарацій від країни-агресора.

Окрему увагу слід звернути на об'єктивні перешкоди у процесі збору доказової бази, спричинені масштабним мінуванням деокупованих та прифронтових територій. Високий рівень мінної небезпеки фактично унеможливлює безпосередній доступ екологічних інспекторів до місць вчинення злочинів для проведення стандартних польових досліджень, зокрема відбору проб ґрунту та води. За таких обставин пріоритетного значення набувають методи дистанційного зондування Землі (дзз). Використання супутникових знімків та даних аеророзвідки дозволяє верифікувати факти екологічної шкоди (площі вигорілих лісів, нафтові плями на воді, вирви у ґрунті) без фізичної присутності фахівців на небезпечних ділянках, що є критично важливим для формування допустимих доказів у майбутніх судових *процесах.*

Підсумовуючи викладене, можна стверджувати, що війна в Україні призвела до виникнення нової парадигми в екологічному праві, де питання захисту довкілля тісно переплітаються з питаннями національної безпеки та міжнародного кримінального права. По-перше, дії агресора містять прямі ознаки злочину екоциду, передбаченого ст. 441 КК України, та порушують норми Додаткового протоколу І до Женевських конвенцій. По-друге, незважаючи на війну, Україна продовжує реформувати екологічне законодавство (зокрема у сфері управління відходами), закладаючи фундамент для повоєнного "зеленого" відновлення. По-третє, ключовим завданням юристів та екологів на даному етапі є скрупульозний збір доказів екологічних злочинів. Це необхідно не лише для покарання винних, але й для розрахунку компенсацій, які повинні бути включені до загального механізму репарацій. Природа не може чекати миру, її захист має відбуватися тут і зараз, шляхом правової фіксації кожного злочину проти довкілля.

Список використаних джерел та літератури:

1. Додатковий протокол до Женевських конвенцій від 12 серпня 1949 року, що стосується захисту жертв міжнародних збройних конфліктів (Протокол I), від 08.06.1977. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_199 (дата звернення: 03.12.2025)
2. Кримінальний кодекс України: Закон України від 05.04.2001 № 2341-III. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14 (дата звернення: 02.12.2025)

3. Антонюк У. В. Захист екологічних прав в Україні в умовах військової агресії. *Право та державне управління*. 2022. № 3. С. 42–47. URL: http://pdu-journal.kpu.zp.ua/archive/3_2022/3_2022.pdf#page=42 (дата звернення: 03.12.2025)

Захарова Каріна Олександрівна
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Борисенко Світлана Ігорівна
викладач кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ЦИВІЛЬНО-ПРАВОВИЙ АСПЕКТ ЗАХИСТУ ПРАВ СПОЖИВАЧІВ

Зростання обсягів споживчих правовідносин та активний розвиток ринку товарів і послуг в Україні створюють необхідність ефективного механізму цивільно-правового захисту споживачів. Цивільне право визначає принципи укладення та виконання договорів, встановлює гарантії якості товарів і послуг, а також регламентує відшкодування збитків та способи відновлення порушених прав, що робить його ключовим інструментом захисту споживачів [1, с.187]. Об’єктом дослідження є цивільно-правові відносини у сфері захисту прав споживачів., а предметом – норми цивільного законодавства України, механізми реалізації прав споживача, форми цивільно-правової відповідальності та способи судового захисту.

Цивільний кодекс України (ЦКУ) доповнює ці положення нормами щодо виконання договірних зобов’язань. Так, ст. 673 ЦКУ зобов’язує продавця забезпечити відповідність товару умовам договору або типовим характеристикам продукції відповідного виду, а відповідно до ст. 901 ЦКУ виконавець має надати послугу з дотриманням професійних стандартів. Гарантійні зобов’язання продавця регулюються ст. 859 ЦКУ, яка покладає на нього відповідальність за якість товару протягом гарантійного періоду. [2]

Закон України «Про захист прав споживачів» визначає коло суб’єктів споживчих правовідносин: споживачів, які набувають товари чи послуги для особистих потреб, та продавців, виконавців і виробників. Закон гарантує споживачам право на продукцію та послуги належної якості, на отримання достовірної інформації та гарантійне обслуговування. Продавець чи виконавець зобов’язаний передати товар або надати послугу відповідно до цих стандартів, а також забезпечити підтверджуючі документи [3, с.127].

Цивільно-правове регулювання споживчих прав доповнює ЦКУ, зокрема положення, які визначають обов’язки продавця або виконавця щодо

якості, відповідності договору та гарантій зобов'язань. Зокрема, ст. 673 ЦКУ зобов'язує продавця передати товар належної якості, орієнтуючись на умови договору або типове призначення товару. У випадку надання послуг або виконання робіт за договором – відповідно до ст. 901 ЦКУ – виконавець зобов'язаний виконати зобов'язання відповідно до умов угоди. Якщо договором або законом передбачено гарантію якості, відповідальність за належність виконання гарантії встановлюється відповідно до ст. 859 Цивільного кодексу України. [3, с.127]

ЦКУ також визначає істотні умови договорів зі споживачами – предмет, ціну та строки виконання (ст. 638 ЦКУ). Для договорів купівлі-продажу ст. 655 ЦКУ передбачає обов'язок продавця передати товар у власність покупця та забезпечити його відповідність умовам договору і вимогам законодавства. Гарантійні зобов'язання ґрунтуються на ст. 673 та 675 ЦКУ, що забезпечує якість товару та відповідальність у разі виявлення дефектів протягом гарантійного строку. [2]

У договорах підряду та надання послуг захист споживача реалізується через обов'язок виконавця забезпечити результат робіт та їх відповідність договору. Згідно зі ст. 837 ЦКУ, підрядник виконує роботу на свій ризик і передає її результат замовнику; у разі виявлення дефектів споживач може вимагати усунення недоліків, зменшення ціни або відшкодування витрат. Норми ст. 901–907 ЦКУ визначають обов'язки виконавця щодо професійної якості послуг та право споживача відмовитися від договору при істотних порушеннях [1, с.115].

Продавець або виконавець відповідає за недоліки товару чи послуги, що виникли до передачі споживачеві або стали наслідком порушення стандартів, технології чи умов договору. У разі порушення договору споживач може вимагати заміни товару, усунення дефектів, розірвання договору або відшкодування збитків.

Відповідно до ст. 22 та 23 ЦКУ споживач має право на відшкодування майнової та моральної шкоди, якщо вона виникла внаслідок продажу товару неналежної якості або надання послуги, що не відповідає умовам договору. Майнова шкода відшкодовується у повному обсязі, включно з прямими витратами та упущеною вигодою, що підтверджує судова практика. Моральна шкода визначається судом з урахуванням характеру порушення та особливостей для споживача. [4, с.186].

Судовий захист є важливим елементом механізму поновлення порушених прав споживачів. Відповідно до ст. 22 Закону України «Про захист прав споживачів», споживач має право звернутися до суду незалежно від вартості товару чи послуги. Додатковою гарантією є звільнення споживачів від сплати судового збору, передбачене ст. 5 Закону України «Про судовий збір», що спрощує доступ до правосуддя. [5, с.64].

Важливим елементом захисту прав споживачів є судова практика, зокрема позиція Верховного Суду України, яка послідовно відстоює принцип захисту слабкої сторони. Так, у рішенні від 15.09.2021 у справі № 127/18582/19

суд наголосив, що саме продавець має довести відсутність недоліків товару або участь споживача у їх виникненні. Аналогічні підходи застосовуються у спорах щодо фінансових та комунальних послуг, де істотне відхилення характеристик послуги від заявлених параметрів слугує підставою для повернення коштів або перерахунку вартості. Судова практика ВСУ демонструє, що сумніви щодо якості продукції тлумачаться на користь споживача, а докази оцінюються з урахуванням інформаційної нерівності сторін, що додатково посилює захист споживчих прав [6].

Актуальна практика Верховного Суду формує стандарти забезпечення прав споживачів і слугує орієнтиром для судів нижчих інстанцій. Судова практика у сфері фінансових послуг також демонструє посилений захист споживача.

Міжнародна практика демонструє широкий спектр механізмів захисту споживачів, включаючи стандарти Європейського Союзу, механізми медіації, обов'язкове інформування споживачів та систему фінансових компенсацій. У країнах ЄС значну увагу приділяють попередженню порушень прав споживачів через обов'язкове розкриття інформації про товар чи послугу, гарантійні умови та прозорі процедури повернення продукції. Цей досвід слугує орієнтиром для України у реформуванні національного законодавства та впровадженні ефективних інструментів захисту споживачів [5, с.61–65].

Україна поступово інтегрує міжнародні стандарти захисту прав споживачів у цивільне та спеціальне законодавство, удосконалюючи положення щодо гарантій якості, відповідальності продавців та виконавців, а також судових та позасудових механізмів захисту. Використання таких норм підвищує ефективність захисту прав споживачів, сприяє розвитку конкуренції на ринку та формуванню довіри між споживачем і бізнесом. Практика судів України демонструє активне застосування цих принципів, що відповідає сучасним європейським стандартам [1, с.102–110; 5, с.61–65].

Отже, Закон України «Про захист прав споживачів» та ЦКУ формують комплексну правову конструкцію, яка забезпечує високий рівень гарантій для споживачів. Судова практика демонструє, що суди дедалі частіше стають на бік споживача, застосовуючи принципи добросовісності та презумпції слабкої сторони. Особливу увагу потребує регулювання електронних договорів, дистанційної торгівлі, сервісів типу «marketplace», а також захист персональних даних під час укладення та виконання договорів. Актуальним залишається дослідження поведінкових аспектів споживачів і їхнього впливу на цивільно-правові зобов'язання.

Список використаних джерел та літератури:

1. Плотнікова М. В., Швагер О. А. Поза судові способи захисту прав споживачів фінансових послуг: адаптація українського законодавства до права Європейського Союзу / М. В. Плотнікова, О. А. Швагер. –

Проблеми цивільного та господарського права. – 2022. – № 4, ч. 3. – С. 102–110.
2. Цивільний кодекс України : Закон України від 16 січ. 2003 р. № 435-IV // Відомості Верховної Ради України. – 2003. – № 40–44. – Ст. 356. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/435-15#Text (дата звернення: 04.12.2025)
3. Менів Л. Д. Перспективи розвитку законодавства про захист прав споживачів / Л. Д. Менів. – *Юридичний науковий електронний журнал*. – 2022. – № 6. – С. 126–129.
4. Менів Л. Д. До питання захисту прав споживачів при придбанні продукції у суб'єкта електронної комерції / Л. Д. Менів. – *Юридичний науковий електронний журнал*. – 2024. – № 4. – С. 185–187.
5. Твердохліб О. С. Міжнародний досвід захисту прав споживачів та його застосування в Україні / О. С. Твердохліб. – *Публічне управління та митне адміністрування*. – 2024. – № 1 (40). – С. 61-65.
6. Огляд судової практики Касаційного цивільного суду у складі Верховного Суду (актуальна практика) URL: https://supreme.court.gov.ua/userfiles/media/new_folder_for_uploads/supreme/Ogliad_KCS_05_2021_2.pdf (дата звернення: 04.12.2025)

Кінг Вікторія
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Борисенко Світлана Ігорівна
викладач кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

РОЛЬ КОНФІДЕНЦІЙНОСТІ У ВЗАЄМИНАХ ПСИХОЛОГ-КЛІЄНТ: ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ

Психологічна допомога є важливою складовою сучасної системи підтримки психічного здоров'я людини. Ефективність такої допомоги значною мірою залежить від дотримання етичних і правових принципів професійної діяльності психолога. Одним із ключових принципів, що забезпечує довіру між психологом і клієнтом, є конфіденційність.

Психологічна допомога - це професійна діяльність психолога, спрямована на підтримку людини у складних життєвих ситуаціях, подолання внутрішніх переживань, емоційних проблем і психологічних труднощів [4,5]. Під час звернення до психолога клієнт часто розповідає про особисті події

свого життя переживання страхи сімейні конфлікти та інші інтимні моменти. Саме тому одним із найважливіших принципів психологічної допомоги є конфіденційність. Конфіденційність означає, що вся інформація, отримана психологом під час консультацій, не може бути розголошена стороннім особам без дозволу клієнта [1,2]. Цей принцип є основою довіри між психологом і клієнтом. Без впевненості у збереженні таємниці людина не зможе повністю відкритися, а отже психологічна допомога буде менш ефективною або зовсім неможливою[3].

Відповідно до **статті 32 Конституції України,** ніхто не може зазнавати втручання в його особисте і сімейне життя, а збирання, зберігання, використання та поширення конфіденційної інформації про особу без її згоди не допускається, крім випадків, передбачених законом. Інформація, отримана психологом під час консультацій, належить до конфіденційної та охороняється державою.

Правові засади обробки та захисту персональних даних клієнта визначені **Законом України «Про захист персональних даних»**, який зобов'язує суб'єктів, що працюють з персональними даними, забезпечувати їх захист від незаконного доступу та розголошення. Психолог, отримуючи інформацію про психічний стан, переживання та особисті обставини клієнта, виступає володільцем або розпорядником таких даних і несе відповідальність за їх збереження.

Крім того, **стаття 301 Цивільного кодексу України** гарантує кожній особі право на недоторканність особистого життя, а **стаття 23 ЦК України** передбачає право на відшкодування моральної шкоди у разі порушення цього права, зокрема шляхом незаконного розголошення конфіденційної інформації.

Порушення конфіденційності психологом може спричинити **дисциплінарну, цивільно-правову або іншу юридичну відповідальність,** залежно від характеру порушення та його наслідків. Водночас законодавство допускає обмежені винятки з принципу конфіденційності - у разі реальної загрози життю чи здоров'ю клієнта або інших осіб, а також за законною вимогою суду чи правоохоронних органів. У таких випадках психолог зобов'язаний діяти в межах чинного законодавства та розкривати лише мінімально необхідний обсяг інформації.

Конфіденційність має велике значення для психологічної допомоги, оскільки вона створює безпечний простір для клієнта[1]. Людина приходить до психолога з надією, що її не осудять, не засудять і не поширять інформацію про її особисте життя. Коли клієнт відчуває себе у безпеці, він може:

Відкрито говорити про свої емоції; Чесно описувати проблеми; Довіряти психологу; Працювати над змінами у своєму житті [4].

Порушення конфіденційності може призвести до серйозних негативних наслідків, таких як психологічна травма, втрата довіри до спеціалістів та небажання звертатися по допомогу в майбутньому [3,5].

Клієнт психолога має низку важливих прав, які повинні бути обов'язково дотримані під час психологічної роботи[4]:

- клієнт має право на повагу до своєї особистості. Психолог не має права принижувати клієнта, нав'язувати власні погляди або оцінювати його поведінку з позиції осуду [1].

- клієнт має право на конфіденційність. Уся інформація, отримана під час консультацій, повинна зберігатися в таємниці. Навіть факт звернення до психолога не може бути розголошений без згоди клієнта. [3]

- клієнт має право знати, як саме буде використовуватися інформація, яку він надає психологу. Якщо інформація може бути використана, наприклад, для наукових досліджень або супервізії, про це клієнт має бути попереджений заздалегідь.

- клієнт має право відмовитися відповідати на запитання, якщо вони викликають у нього дискомфорт, а також право припинити психологічну допомогу у будь-який момент [4].

Важливим елементом психологічної допомоги є інформована згода. Це означає, що перед початком роботи психолог повинен доступно пояснити клієнту: Мету психологічної допомоги; Методи та форми роботи; Можливі результати; Межі конфіденційності; Винятки, коли конфіденційність може бути порушена [1,5]. Лише після цього клієнт може добровільно погодитися на психологічну допомогу. Інформована згода захищає права клієнта та сприяє чесним і відкритим відносинам між психологом і клієнтом [3].

Психолог має чітко визначені професійні обов'язки. Одним із головних є обов'язок зберігати професійну таємницю [1] . Психолог не має права передавати інформацію про клієнта родичам, знайомим, колегам або будь-яким іншим особам без згоди клієнта [2].

Винятки з цього правила можливі лише у випадках, передбачених законом, зокрема: Якщо існує реальна загроза життю або здоров'ю клієнта; Якщо існує загроза життю чи безпеці інших людей; у випадках, коли цього вимагає суд або законодавство [1,5]. Навіть у таких ситуаціях психолог повинен діяти максимально обережно та розкривати лише мінімально необхідну інформацію. [3]

Психолог несе не лише професійну, а й моральну відповідальність за свої дії. Порушення конфіденційності вважається серйозним порушенням етичних норм і може призвести до втрати професійної репутації [1,3] . Дотримання етичного кодексу психолога є обов'язковим, адже саме він регулює взаємовідносини між психологом і клієнтом та захищає обидві сторони [2] .

Отже, конфіденційність психологічної допомоги є основою довірливих відносин між клієнтом і психологом. Права клієнта та обов'язки психолога взаємопов'язані й спрямовані на забезпечення безпеки, поваги та ефективності психологічної допомоги. [1,4,5] Дотримання цих принципів є необхідною умовою якісної та професійної роботи психолога.

Список використаних джерел та літератури:

1. Етичний кодекс психолога України URL: https://myronivka-osvita.gov.ua/etichnij-kodeks-psihologa/ (дата звернення: 10.12.2025)
2. Етичний кодекс психолога (офіційний документ) URL: https://nsj.gov.ua/files/1448287570Етичний%20кодекс%20психолога.docx.pdf (дата звернення: 10.12.2025)
3. Етичні засади діяльності психолога (ЛНУ) URL: https://filos.lnu.edu.ua/about/etychnyj-kodeks (дата звернення: 10.12.2025)
4. Права та обов'язки клієнта у психологічній допомозі URL: https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/download/20/29/ (дата звернення: 10.12.2025)
5. APA Ethical Principles of Psychologists (для теоретичного підтвердження) URL: https://www.apa.org/ethics/code (дата звернення: 10.12.2025)

Лісунова Марія Вікторівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Борисенко Світлана Ігорівна
викладач кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ВІДШКОДУВАННЯ МОРАЛЬНОЇ ШКОДИ

Категорія моральної шкоди посідає одне з дискусійних місць у цивільно-правовій доктрині, оскільки стосується нематеріальної сфери особистості, яка не піддається точному вимірюванню чи кількісній оцінці. Моральна шкода визначається як фізичні або психічні страждання, заподіяні особі внаслідок протиправних дій чи бездіяльності іншої особи, що проявляються у формі фізичного болю, приниження честі та гідності, погіршення ділової репутації, страху, тривоги або порушення звичних життєвих зв'язків. Актуальність дослідження інституту відшкодування моральної шкоди зумовлена зростанням кількості правопорушень, що завдають немайнових страждань, та необхідністю удосконалення правозастосовної практики в умовах сучасних соціальних і правових викликів.

Моральна шкода характеризується нематеріальним характером і на відміну від матеріальної шкоди не має економічного виміру. Її компенсація здійснюється у грошовій формі як спосіб відновлення порушених немайнових благ. Відповідальність за завдання моральної шкоди є самостійним видом деліктної відповідальності та не залежить від наявності матеріальних збитків. Оцінка моральної шкоди має суб'єктивний характер: ступінь страждань визначається з урахуванням індивідуальних характеристик потерпілого - рівня

емоційної стійкості, віку, стану здоров'я, соціального статусу та життєвих обставин.

Як і у випадку з матеріальною шкодою, виникнення обов'язку щодо її відшкодування потребує встановлення складу цивільного правопорушення, що включає протиправну поведінку, наявність шкоди, причинний зв'язок між поведінкою та заподіяними стражданнями, а також вину правопорушника.

Стаття 23 Цивільного кодексу України закріплює фундаментальні положення щодо можливості та підстав компенсації моральної (немайнової) шкоди, а також визначає загальні критерії, які беруться до уваги судом при визначенні її розміру. Ці критерії мають універсальний характер і застосовуються в усіх категоріях справ: цивільних, трудових, сімейних, адміністративних та навіть господарських (якщо йдеться про шкоду діловій репутації юридичної особи). Законодавець підкреслює, що моральна шкода є самостійним правовим явищем, а її компенсація спрямована на відновлення порушеної рівноваги між особистістю та правопорушником, а також виконує превентивну функцію. У межах ст. 23 ЦКУ передбачено, що моральна шкода полягає у фізичному болі та стражданнях, душевних переживаннях, приниженні честі та гідності, порушенні нормальних життєвих зв'язків, а також інших нематеріальних негативних наслідках. Одним із ключових критеріїв, передбачених ст. 23 ЦКУ, є обсяг та глибина фізичних і душевних страждань, яких зазнала особа. [1] Цей критерій тісно пов'язаний із суб'єктивною природою моральної шкоди: одна й та сама подія може викликати різний рівень емоційного чи фізичного впливу на різних людей.

Фізичні страждання можуть бути пов'язані з болем унаслідок тілесних ушкоджень, тривалим лікуванням, хронічними наслідками травм, фізичним дискомфортом, тимчасовою чи постійною втратою працездатності. Душевні страждання охоплюють значно ширшу сферу: переживання, страх, сором, відчуття приниження, пригніченість, втрату сенсу життя, тривалу депресію, порушення сну, зниження самооцінки тощо. Важливо, що суд оцінює не просто факт переживання, а їх: глибину, тривалість, наслідки для психічного та фізичного здоров'я. Власне суд може враховувати медичні документи, висновки психологів та психіатрів, показання свідків, дані експертизи, а у виняткових ситуаціях – навіть соціально-побутову інформацію: погіршення успішності в навчанні, проблеми на роботі, зміни в поведінці.

Сучасне українське законодавство визнає, що моральна шкода - це відшкодовані немайнові втрати (психологічні страждання, приниження честі, гідності тощо), спричинені неправомірними діями чи бездіяльністю. При цьому практика судів засвідчує, що навіть у випадках, коли відсутні тілесні ушкодження або матеріальні збитки, позивач має реальну можливість довести факт моральної шкоди - зокрема через страждання, душевні переживання, порушення прав особистості.

Проте, як показують дослідження, застосування норм про моральну шкоду у різних нормах права (цивільному, трудовому, воєнному) має власні особливості, що вимагає індивідуалізованого підходу: важливо розрізняти

суб'єктний склад, підстави, характер шкоди та критерії доведення. Такий підхід сприяє не лише поновленню індивідуальних прав постраждалих, а й закріпленню принципу відшкодування як основному засобу захисту моральних немайнових благ, що має фундаментальне значення для правової системи загалом. [2]

Судді Верховного Суду у своїй роботі «Відшкодування шкоди під час війни в ракурсі практики касаційного суду» підкреслюють, що хоча чинне цивільне законодавство (зокрема норми про відшкодування майнової та моральної шкоди) не було спеціально орієнтоване на наслідки збройної агресії, ці норми здатні забезпечити адекватну правову реакцію на такі випадки - як матеріальних, так і немайнових втрат. При цьому ВС аналізує, що моральна шкода, заподіяна внаслідок війни, може бути об'єктивно доведена та компенсована - з урахуванням таких обставин, як тяжкість душевних та фізичних страждань, втрата або каліцтво, смерть близьких, втрати майна або житла, перебування особи в зоні бойових дій тощо. Такий правовий підхід є важливим не лише з огляду на інтереси окремих потерпілих, а й як елемент утвердження принципу відновлення справедливості й відповідальності за шкоду, завдану агресором. У цьому сенсі практика ВС виступає як конституційно та цивілістично обґрунтований інструмент реалізації права на відшкодування, навіть в умовах воєнного стану. [3]

Суди вважають, що чим більш зухвало та цинічно діяв порушник, тим вищою має бути компенсація – це відповідає принципам справедливості та виховної функції цивільно-правової відповідальності. Деякі суди враховують майновий стан відповідача, якщо це випливає з принципів розумності та справедливості. Водночас цей критерій не може бути домінуючим і не сприймається як спосіб встановлення «стелі» або «підлоги» компенсації.

Судова практика в Україні відіграє ключову роль у формуванні підходів до визначення моральної шкоди, оскільки закон встановлює лише загальні рамки. Ще у постановах Пленуму ВСУ 1995 та 2006 років були запропоновані перші системні підходи, які згодом були розвинені Верховним Судом і Великою Палатою ВС після судової реформи 2017 року. [4]

Велика Палата Верховного Суду в низці рішень, зокрема, щодо відшкодування шкоди жертвам ДТП та незаконного кримінального переслідування, підкреслювала, що порушення нормальних життєвих зв'язків є важливим і самостійним чинником.

При цьому Верховний Суд неодноразово зазначав, що моральна шкода може бути присуджена навіть за відсутності медичного підтвердження, якщо факт страждань є очевидним з обставин справи. Наприклад,, смерть близької особи, незаконне звільнення, публічне приниження Суттєву роль має також питання повернення до нормального соціального функціонування: чи може потерпілий знову працювати, навчатися, займатися спортом, спілкуватися з іншими людьми.

Однією з ключових теоретичних і практичних проблем є відсутність універсальної методики визначення розміру моральної шкоди. Законодавець

окреслює лише орієнтовні критерії, серед яких: характер правопорушення, інтенсивність та тривалість страждань, їх наслідки для потерпілого, ступінь вини заподіювача, а також принципи розумності й справедливості. Судова практика при цьому ґрунтується на комплексному підході: оцінці глибини душевних переживань, особистих характеристик потерпілого, тяжкості правопорушення, наявності порушення соціальних та сімейних зв'язків, тривалості психологічного дискомфорту. Умисний характер протиправних дій традиційно розглядається як обставина, що може істотно збільшувати розмір компенсації.

Отже, інститут відшкодування моральної шкоди є ключовим механізмом захисту немайнових прав особи, що поєднує відновлювальну та превентивну функції. Незважаючи на суб'єктивний характер шкоди та відсутність уніфікованої методики визначення її розміру, законодавство та судова практика формують комплексний підхід до компенсації, враховуючи як об'єктивні, так і індивідуальні обставини потерпілого.

Список використаних джерел та літератури:

1. Цивільний кодекс України **:** Закон України від 16.01.2003 № 435-IV // Відомості Верховної Ради України. 2003. № 40–44. Ст. 356.
2. Россолов В. В. Відшкодування моральної шкоди, заподіяної дискримінацією у сфері праці – один зі способів захисту порушених трудових прав. Актуальні проблеми трудового права та права соціального забезпечення. 2025. С. 585–589.
3. Відшкодування шкоди під час війни в ракурсі практики касаційного суду URL: https://supreme.court.gov.ua/userfiles/media/new_folder_for_uploads/supreme/2024_prezent/Prezent_Vidshkod_skodu_viina.pdf (дата звернення: 27.11.2025)
4. Про судову практику у справах про відшкодування моральної (немайнової) шкоди : Постанова Пленуму Верховного Суду України від 31.03.1995 № 4.

Матейко Анастасія Дмитрівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Борисенко Світлана Ігорівна
викладач кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

РОЛЬ КОНСТИТУЦІЙНОГО СУДУ УКРАЇНИ

Ефективний механізм захисту прав і свобод людини є фундаментальною ознакою демократичної правової держави. В Україні центральним органом, покликаним гарантувати верховенство Основного Закону, виступає Конституційний Суд України (КСУ) — єдиний орган конституційної юрисдикції, який забезпечує стабільність конституційного ладу та реальне дотримання конституційних прав громадян. Відповідно до Конституції, життя, гідність і безпека людини визнаються найвищими соціальними цінностями, а держава зобов'язана забезпечувати та захищати їх у повному обсязі. [1].

КСУ відіграє ключову роль стримувань і противаг, оскільки забезпечує узгодженість дій усіх гілок влади з Конституцією. Відповідно до статті 2 Закону України «Про Конституційний Суд України», основним завданням Суду є гарантування верховенства Конституції як Основного Закону держави [2]. Це означає, що жоден орган публічної влади не може виходити за межі конституційно визначених повноважень, а закони чи інші нормативно-правові акти, що суперечать Конституції, підлягають визнанню неконституційними.

Основними напрямами діяльності КСУ є контроль за конституційністю правових норм та офіційне тлумачення Конституції й законів України. [3]. Перша функція спрямована на забезпечення режиму конституційної законності шляхом «відсіву» норм, які суперечать Основному Закону. Друга – усуває правову невизначеність, забезпечуючи розуміння та застосування конституційних і законодавчих приписів. Рішення КСУ мають загальнообов'язковий характер, є остаточними і не підлягають оскарженню; норми, визнані неконституційними, втрачають чинність із дня ухвалення рішення Суду [4]. Саме такий механізм є ефективним інструментом контролю за дотриманням принципу верховенства права.

Ключовий вимір ролі КСУ – захист прав і свобод людини та громадянина**.** Ця функція випливає з поєднання положень статей 3, 8 і 55 Конституції України, які закріплюють верховенство права, пряму дію норм Конституції та гарантії судового захисту прав [1]. Суд здійснює правозахисну місію насамперед через механізм конституційного контролю: визнає неконституційними ті закони й інші акти Верховної Ради України, Президента України, Кабінету Міністрів України та інших органів, які суперечать

Конституції або були ухвалені з порушенням встановленої конституційної процедури. Норми, визнані неконституційними, автоматично втрачають чинність, а завдана ними шкода підлягає відшкодуванню за загальними правилами, що напряму впливає на поновлення порушених прав [3; 5].

Показовим прикладом правозахисної ролі КСУ є рішення у справі щодо відповідності Конституції положень Кримінального кодексу України про смертну кару, яким фактично було завершено процес її скасування та підтверджено абсолютну цінність права людини на життя [5]. Інша важлива лінія практики стосується соціальних прав: Суд неодноразово визнавав неконституційними норми, що звужували обсяг уже наданих соціальних гарантій окремим категоріям громадян (пенсіонерам, ветеранам, особам із інвалідністю), підкреслюючи неприпустимість погіршення змісту й обсягу існуючих прав [3].

Практика Конституційного Суду має безпосередній вплив на реалізацію особистих, політичних та соціальних прав**.** У своїх рішеннях Суд розкриває зміст принципу верховенства права, наголошуючи на необхідності справедливого, пропорційного й недискримінаційного правового регулювання. Також захищає соціальні права вразливих груп населення, реагуючи на спроби законодавчого звуження обсягу пільг і гарантій. Ну і врешті-решт, забезпечує ефективність конституційного права на правову допомогу, свободу об’єднань, виборчі права та інші політичні свободи, встановлюючи допустимі межі втручання держави у їх реалізацію [3; 5].

Окремого значення набуває офіційне тлумачення Конституції та законів України**.** Звернення громадян, юридичних осіб і органів влади щодо роз’яснення змісту норм Основного Закону часто пов’язані з реалізацією чи відновленням суб’єктивних прав. Завдяки своїм рішенням КСУ усуває неоднозначність у судовій та адміністративній практиці, забезпечуючи правову визначеність – одну з ключових засад верховенства права [2]. Тлумачення конституційних положень про права і свободи людини дає змогу чітко окреслити межі як державного втручання, так і здійснення самих прав. У такий спосіб Суд підвищує ефективність правозастосування та сприяє формуванню єдиного розуміння в державі [3; 4].

Важливою тенденцією розвитку конституційного правосуддя в Україні стало поступове наближення до європейських стандартів. Однією з ключових реформ є запровадження інституту конституційної скарги**,** яка надає кожній особі право оскаржити до КСУ остаточне судове рішення, якщо, на її думку, у ньому було порушено гарантовані Конституцією права і свободи [6]. Такий метод посилює індивідуальний захист людини, зближує українську модель конституційного контролю з практикою держав-членів Ради Європи та сприяє узгодженню національної судової практики з підходами Європейського суду з прав людини.

Через свою діяльність КСУ фактично виступає співтворцем національної доктрини конституційної держави**.** Його рішення наповнюють реальним змістом базові конституційні характеристики України як суверенної,

демократичної, соціальної і правової держави, деталізують принцип поділу влади, конституційно-правовий статус органів місцевого самоврядування, стандарти соціальної та національної держави [4]. Саме через прецеденти Суду відбувається конкретизація абстрактних конституційних норм і формування сучасного українського конституціоналізму [3; 6].

Разом із тим, наукова література та практика вказують на низку проблем**,** які обмежують повну реалізацію потенціалу КСУ.

По-перше, це неналежне та несвоєчасне виконання його рішень окремими органами державної влади, що підриває авторитет конституційної юстиції й фактично звужує реальний захист прав людини [5; 6].

По-друге, залишається актуальною потреба розширення доступу особи до конституційного правосуддя – через вдосконалення механізму конституційної скарги, спрощення процедур та чітке закріплення стандартів прийнятності звернень [6].

По-третє, дослідники наголошують на необхідності вдосконалення процедури формування складу КСУ: підвищення професійних вимог до суддів, мінімізація політичного впливу на їх призначення, запровадження ефективних механізмів відповідальності за невиконання рішень Суду, аж до можливості дострокового припинення повноважень посадових осіб, які систематично ігнорують акти єдиного органу конституційної юрисдикції [6].

Розвиваючи власну практику, Конституційний Суд водночас формує національну доктрину конституціоналізму, конкретизуючи такі характеристики України, як демократична, правова, соціальна держава; роз’яснюючи принцип поділу влади та визначаючи стандарти діяльності органів державної влади й місцевого самоврядування.

Разом з тим існують проблеми, що перешкоджають повній реалізації потенціалу Суду: невиконання його рішень окремими органами влади, складність процедур доступу до конституційної юстиції, а також необхідність удосконалення порядку формування складу КСУ та підвищення незалежності суддів.

Підсумовуючи, роль КСУ у сучасній системі є багатовимірною: він одночасно виступає гарантом верховенства Конституції, ключовим елементом системи стримувань і противаг, інституційною гарантією прав і свобод людини та громадянина. Без ефективного і незалежного Конституційного Суду реальне утвердження прав людини, розвиток конституціоналізму та стабільність конституційного ладу в Україні були б неможливими. Разом з тим, подальше вдосконалення механізмів доступу до конституційної юстиції, виконання рішень Суду та оновлення підходів до формування його складу є необхідною умовою посилення його ролі в системі захисту прав і свобод людини й громадянина.

Список використаних джерел та літератури:

1. Бринь Т. О. Конституційний Суд України в механізмі захисту та забезпечення прав і свобод людини і громадянина: дис. … канд. юрид. наук: 12.00.02. – Харків, 2010. – 215 с.
2. Стецюк П. Роль Конституційного Суду України у процесі формування та реалізації національної доктрини конституційної держави // *Вісник Конституційного Суду України*. – 2011. – № 4–5. – С. 64–73.
3. Єзеров А. Роль Конституційного Суду України у розвитку сучасного конституціоналізму // *Вісник Конституційного Суду України*. – 2012. – № 6. – С. 68–77.
4. Кобилянський К. М. Роль Конституційного Суду України і Верховного Суду України у становленні права на судовий захист в адміністративних судах України // Адвокат. – 2010. – № 4(115). – С. 39–42.
5. Митник О. В. Роль Конституційного Суду України в механізмі захисту прав і свобод людини та громадянина в Україні // *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Юридичні науки. – 2015. – Вип. 6, т. 1. – С. 53–57.
6. Бабенко К. А. Конституційний Суд України і його роль у забезпеченні верховенства конституції. URL: https://6aas.gov.ua/ua/proekty/articles/b/257-konstitutsijnij-sud-ukrajini-i-jogo-rol-u-zabezpechenni-verkhovenstva-konstitutsiji.html?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 08.12.2025)

Сапун Вікторія Олександрівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ОСОБЛИВОСТІ КРИПТОГРАФІЧНОГО ЗАХИСТУ СЕКРЕТНОЇ ІНФОРМАЦІЇ

Актуальність дослідження криптографічного захисту секретної інформації зумовлена тим, що цифровізація державного управління, розвиток телекомунікаційних систем, зростання кількості кібервтручань та

застосування складних способів несанкціонованого доступу створюють безперервні ризики для конфіденційності службових відомостей, а ефективні криптографічні механізми стають основою збереження цілісності, автентичності й доступності даних, що циркулюють у структурі сектору безпеки та правоохоронних органів, забезпечуючи належний рівень інформаційної безпеки держави. Для поліцейської діяльності тема є актуальною, оскільки криптографічні засоби зберігають та передають оперативну, службову й персональну інформацію без ризику її перехоплення чи модифікації.

У сучасному світі обмін інформацією є необхідною умовою для ефективної діяльності в бізнесі, науковій сфері, політиці та інших сферах життя. Однак, зростання кількості кіберзлочинів, що сталося в останні роки, зумовило необхідність захисту інформації, що обмінюється між суб'єктами. Криптографія є одним з найбільш ефективних методів захисту інформації від несанкціонованого доступу та зламу [1, с. 125].

Сучасні інформаційні технології ставлять нові виклики перед системою захисту державної таємниці. Зокрема, необхідно забезпечити кібербезпеку та захист інформаційних систем від несанкціонованого доступу. Співробітництво з іншими державами у сфері захисту державної таємниці вимагає гармонізації національного законодавства з міжнародними стандартами та угодами. Однією з основних особливостей кримінального провадження, що містить відомості, які становлять державну таємницю, є необхідність застосування спеціальних заходів безпеки під час слідчих дій. Це включає використання засобів криптографічного захисту для передачі і зберігання інформації, а також обмеження доступу до місць проведення слідчих дій та матеріалів справи. Під час розгляду таких справ судді зобов'язані забезпечити конфіденційність процесу, що часто означає проведення засідань у закритому режимі без присутності сторонніх осіб і медіа [2, с. 217].

Криптографія – це наука, яка застосовує математичні методи для гарантування конфіденційності, цілісності та автентичності, тобто забезпечення захисту інформації від несанкціонованого доступу та модифікації з боку неавторизованих користувачів або процесів, а також підтвердження того, що суб'єкт або ресурс відповідають заявленій ідентичності. Забезпечення конфіденційності даних здійснюється шляхом застосування криптографічних методів шифрування, а підтвердження їхньої цілісності та автентичності – за допомогою механізму цифрового підписування [3, с. 5].

Криптографічний захист інформації – вид захисту інформації, що реалізується за допомогою перетворень інформації з використанням спеціальних даних (ключових даних) з метою приховування (або відновлення) змісту інформації, підтвердження її справжності, цілісності, авторства тощо [4, с. 361].

В електронному документообігу застосування криптографії є необхідною умовою забезпечення конфіденційності та цілісності обмінюваних даних. Криптографічний захист може бути застосований до електронної пошти, файлів, документів та інших елементів електронного документообігу. Однією з особливостей криптографічного захисту в електронному документообігу є необхідність використання захисного програмного забезпечення. Для шифрування та дешифрування даних необхідно мати спеціальні програми, які можуть забезпечити надійний та безпечний обмін даними. Такі програми зазвичай містять різні алгоритми шифрування та підтримують різні протоколи безпеки, такі як SSL або TLS. Ще однією важливою особливістю криптографічного захисту в електронному документообігу є необхідність захищеного збереження ключів шифрування. Ключі шифрування є критичними елементами криптографічної системи, тому важливо забезпечити їх безпечне зберігання та передачу. Крім того, при застосуванні криптографічного захисту в електронному документообігу важливо дотримуватись правильного вибору алгоритмів шифрування та протоколів безпеки. Не всі алгоритми шифрування є однаково надійними, тому важливо вибирати ті, які мають достатню міцність та стійкість до атак з боку зловмисників. Криптографічний захист є важливою складовою електронного документообігу, який забезпечує безпеку та конфіденційність обміну даними. Це можливо завдяки застосуванню різноманітних алгоритмів шифрування, протоколів безпеки та заходів збереження ключів шифрування. Проте, важливо дотримуватись правильного вибору алгоритмів шифрування та протоколів безпеки, враховувати можливість атак з боку зловмисників та забезпечити безпечне зберігання та передачу ключів шифрування [1, с. 126].

Для встановлення криптографічного зв’язку за допомогою симетричного алгоритму, відправникові й одержувачеві потрібно попередньо погодити ключ і тримати його в таємниці. Якщо вони знаходяться в географічно віддалених місцях, то повинні вдатися до допомоги довіреного посередника, наприклад, надійного кур’єра, щоб уникнути компрометації ключа в ході транспортування. Зловмисник, що перехопив ключ на шляху, зможе пізніше читати, змінювати і підробляти будь-яку інформацію, зашифровану або завірену цим ключем. Глобальна проблема симетричних шифрів складається в складності керування ключами: як ви доставите ключ одержувачеві без ризику, що його перехоплять? Будь хто, знаючи секретний ключ, може розшифрувати інформацію. Тоді як в асиметричному шифруванні є два пов’язаних ключі – пара ключів. Відкритий ключ – публічний, до нього повинні мати доступ всі ті, хто матиме потребу зашифрувати інформацію. Тоді як закритий ключ – приватний ключ, повинен бути доступним лише тому хто має право розшифрувати інформацію, за своїм розміром він значно більший від секретного ключа симетричного шифрування. Звичайно, є переваги і недоліки симетричного і асиметричного шифрування. Усунути основні недоліки, властиві як симетричним, так і асиметричним методам

криптографічного захисту інформації, дозволяє їх комбіноване використання [4, с. 362].

Приклади криптографічних протоколів: SSL/TLS (Secure Sockets Layer/Transport Layer Security) використовується для захищених інтернет-з'єднань. SSL/TLS забезпечує шифрування переданих даних між клієнтом і сервером, що захищає їх від перехоплення сторонніми особами. Цей протокол також підтримує автентифікацію учасників, використовуючи сертифікати відкритих ключів. Важливою особливістю SSL/TLS є можливість домовленості про шифрувальний алгоритм і параметри сесії на етапі рукостискання. Протокол широко використовується для забезпечення безпеки вебсайтів, електронної пошти та VPN-з'єднань. IPSec (Internet Protocol Security) забезпечує безпечну передачу даних через мережі. IPSec використовує різні криптографічні алгоритми для шифрування та аутентифікації даних, що передаються через Інтернет або приватні мережі. Він функціонує на рівні мережевого протоколу і може забезпечувати як тунелювання, так і транспортування даних в зашифрованому вигляді. IPSec забезпечує цілісність даних, автентифікацію джерела і захист від атак на мережевому рівні, таких як підміна пакунків. Протокол є основою для створення віртуальних приватних мереж (VPN) і забезпечує надійний захист при з'єднаннях між віддаленими мережами [5, с. 710].

У сучасних умовах захист інформації стає все більш актуальною і одночасно все більш складною проблемою, адже несанкціоноване спотворення, копіювання, знищення інформації в даний час зачіпає не тільки процеси, що відносяться до сфери державного управління, але і інтереси фізичних осіб. Як наслідок, зростає відповідальність за ухвалення точних і відповідальних рішень в ситуаціях, коли навіть окремі помилки здатні привести до тяжких наслідків у сфері економіки, фінансів, екології [4, с. 362].

Отже, дослідження особливостей криптографічного захисту секретної інформації доводить, що сучасні криптографічні алгоритми та протоколи формують стійку багаторівневу модель безпеки, яка забезпечує контроль цілісності даних, їхню автентифікацію, неможливість прихованого модифікування та простежуваність доступу, що дозволяє гарантувати стабільність функціонування критичних інформаційних систем і мінімізувати ризики витоку службових відомостей навіть за умов високотехнологічних загроз. Для поліцейської діяльності це важливо, бо криптографія унеможливлює викрадення, підміну або розкриття оперативно-службової інформації під час її зберігання та передачі.

Список використаних джерел та літератури:

1. Пучок М.С. Особливості криптографічного захисту інформації в електронному документообігу. 2023. С. 125-127. URL: https://www.researchgate.net/profile/Larisa-Ivasko/publication/391902271_OGLAD_SEKTORU_ONLAJN-SKIL_ANGLIJSKOI_MOVI_U_SISTEMI_ELEARNING_V_UKRAINI/lin

ks/682c8eb76b5a287c3042c7ff/OGLAD-SEKTORU-ONLAJN-SKIL-ANGLIJSKOI-MOVI-U-SISTEMI-ELEARNING-V-UKRAINI.pdf#page=125 (дата звернення: 26.11.2025)

2. Крупченко В.В. Особливості кримінального провадження, яке містить відомості, що становлять державну таємницю. 2024. С. 216-219. URL: https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2024/07/CURRENT-CHALLENGES-OF-SCIENCE-AND-EDUCATION-1-3.07.2024.pdf#page=216 (дата звернення: 26.11.2025)
3. Яремчук Ю.Є. Основи криптографічного захисту інформації: електронний навчальний посібник комбінованого (локального та мережного) використання. Вінниця: ВНТУ, 2024. 139 с. URL: https://pdf.lib.vntu.edu.ua/books/2024/Yaremchuk_2024_139.pdf (дата звернення: 26.11.2025)
4. Козловська С.Г. Особливості криптографічного захисту інформації. *Міжнародна науково-практична конференція «Фінансово-економічне та обліково-аналітичне забезпечення підприємницької діяльності».* 2016. С. 360-363. URL: https://eportfolio.kubg.edu.ua/data/conference/1360/document.pdf#page=360 (дата звернення: 26.11.2025)
5. Костюк Ю.В. Системи захисту інформації: підручник. Київ: Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, 2025. 887 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/51359/1/Kostiuk_Y_Skladannyi_P_Hulak_H_Bebeshko_B_Khorolska_K_Rzaieva_S_SZI_2025_FITM.pdf (дата звернення: 26.11.2025)

Сірик Вікторія Владиславівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового інституту права
Київського національного університету
імені Тараса Шевченка

Науковий керівник:
Гансецька Валерія Володимирівна
кандидатка юридичних наук,
асистентка кафедри юстиції
Навчально-наукового інституту права
Київського національного університету
імені Тараса Шевченка

ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ АДВОКАТІВ: ПОРІВНЯННЯ ПРАКТИКИ УКРАЇНИ ТА США (НА ПРИКЛАДІ ШТАТУ ВАШИНГТОН)

Підвищення кваліфікації адвокатів є ключовим елементом забезпечення високого рівня професійної діяльності, захисту прав громадян та ефективного функціонування системи правосуддя в нашій країні. В умовах швидкого розвитку законодавства, змін у судовій практиці та викликів сучасного світу, адвокати потребують постійно удосконалювати свої знання та навички. Це особливо актуально для України, де реформи в сфері адвокатури спрямовані на наближення до європейських стандартів, а також для США, зокрема штату Вашингтон, де система підвищення кваліфікації орієнтована більше на практичні аспекти та довгостроковий розвиток.

Правова основа підвищення кваліфікації адвокатів в Україні закріплена в Законі України «Про адвокатуру та адвокатську діяльність». Згідно зі статтею 21, частиною 1, пунктом 4, професійні обов'язки адвоката включають підвищення свого професійного рівня [1]. Стаття 44, частина 1, пункт 2 визначає завдання адвокатського самоврядування, серед яких - підтримання високого професійного рівня адвокатів [1]. Національна асоціація адвокатів України (НААУ), відповідно до статті 45, частини 2, пункту 3, забезпечує високий професійний рівень адвокатів [1]. Невиконання цих обов'язків може призвести до дисциплінарної відповідальності: стаття 34, частина 2, пункти 5 та 6 передбачають, що дисциплінарним проступком є невиконання або неналежне виконання професійних обов'язків, а також невиконання рішень органів адвокатського самоврядування [1].

Порядок підвищення кваліфікації адвокатів України, затверджений рішенням Ради адвокатів України, встановлює обов'язок для всіх адвокатів підвищувати професійний рівень на рівні 15 залікових (академічних) годин на

рік, з яких не менше 2 годин - за навчання з питань Правил адвокатської етики [2]. Навчання проводиться через вебінари, семінари та інші форми, організовані Вищою школою адвокатури НААУ. Невиконання вимог вважається триваючим дисциплінарним проступком до моменту отримання електронного сертифіката або притягнення до відповідальності [3]. Як приклад, можна навести рішення № IV-003/2025 від 24 квітня 2025 року Вищої кваліфікаційно-дисциплінарної комісії адвокатури у Києві [4]. Воно розглядає скаргу Вищої школи адвокатури Національної асоціації адвокатів України на рішення Кваліфікаційно-дисциплінарної комісії адвокатури Івано-Франківської області від 27 листопада 2024 року. Справа стосується притягнення до дисциплінарної відповідальності адвоката ОСОБА_1 за невиконання вимог щодо підвищення кваліфікації за 2019-2023 роки, що порушує Закон про адвокатуру, Правила адвокатської етики та рішення органів самоврядування. Регіональна комісія застосувала попередження, але ВКДКА частково задовольнила скаргу, визнала порушення триваючим і систематичним, та змінила стягнення на зупинення права на адвокатську діяльність на 6 місяців, враховуючи тривалість та тяжкість порушення, а також відсутність попередніх стягнень. Дане рішення демонструє, що за систематичне уникання підвищення кваліфікації можна отримати більш тяжке покарання.

Практика підвищення кваліфікації в Україні стикається з низкою проблем. Багато адвокатів не відвідують вебінари через брак часу, мотивації або сприйняття їх як формальності, що призводить до низької ефективності. Замість обов'язкових вебінарів, більш дієвим методом могло б бути набуття стажу через практичну діяльність, з вебінарами за бажанням або у разі залишення даної системи, штрафами за бездіяльність (наприклад, відсутність участі в реальних справах чи навчанні). Нинішня система часто сприймається як надмірне фінансове навантаження, оскільки оплата за курси є обов'язковою, а контроль за якістю навчання недостатній. Це призводить до формального підходу, коли адвокати накопичують кредити без реального покращення навичок.

У США, зокрема в штаті Вашингтон, система Mandatory Continuing Legal Education (MCLE) регулюється Вашингтонською державною асоціацією адвокатів (WSBA). Адвокати на активному статусі мусять набрати 45 кредитів кожні 3 роки, включаючи 15 кредитів з права та юридичних процедур, 6 - з етики та щонайменше 1 - з питань рівності (equity) [5]. Надлишок до 15 кредитів (включаючи до 2 з етики) може переноситися на наступний період, але не більше 8 кредитів на день. Кредити здобуваються через курси, з акцентом на практичні навички в категоріях права та юридичних процедур. Звітність - до 31 грудня третього року, сертифікація - до 1 лютого наступного. Штрафи за невиконання починаються з 150 доларів і зростають [5].

Порівнюючи практики, трирічний цикл у Вашингтоні (45 кредитів) є ефективнішим за річний в Україні (15 кредитів), оскільки дозволяє гнучкіше планувати навчання, уникати формалізованого підходу та фокусуватися на

довгостроковому розвитку. Це робить американську систему більш мотивуючою та менш бюрократичною.

Для покращення системи в Україні варто: 1) запровадити трирічний цикл з 45 кредитами, з можливістю перенесення надлишку; 2) посилити орієнтацію на практику, включаючи кредити за участь у реальних справах, менторство чи симуляції; 3) зробити вебінари опціональними, з акцентом на стаж та штрафи за професійну бездіяльність (наприклад, відсутність справ); 4) посилити контроль за якістю курсів та зменшити фінансове навантаження, аби уникнути формалізму.

Підсумовуючи, підвищення кваліфікації адвокатів є надважливим для ефективної адвокатури. Практика України потребує удосконалення з урахуванням досвіду США (штат Вашингтон), аби перейти від формального до практичного підходу. Це дозволить підвищити професійний рівень, мотивацію адвокатів та якість правового захисту в Україні.

Список використаних джерел та літератури:

1. Про адвокатуру та адвокатську діяльність: Закон України від 05.07.2012 р. № 5076-VI. Відомості Верховної Ради України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5076-17#Text
2. Порядок підвищення кваліфікації адвокатів України: Рішення Ради адвокатів України від 13.12.2024 р. № 90. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/vr063871-21#Text
3. Про надання роз'яснення окремих норм Порядку підвищення кваліфікації адвокатів України: Рішення Ради адвокатів України від 15.02.2024 р. № 22. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0022871-24#Text
4. Вища кваліфікаційно-дисциплінарна комісія адвокатури. (2025). Рішення № IV-003/2025 від 24 квітня 2025 року за скаргою ВША НААУ на рішення Кваліфікаційно-дисциплінарної комісії адвокатури Івано-Франківської області у складі дисциплінарної палати від 27.11.2024 (Д/п № 31/9/2024). URL: https://vkdka.org/rishennya-iv-003-2025-vid-24-04-2025-za-skargoyu-vsha-naau-na-rishennya-kvalifikatsijno-distsiplinarnoji-komisiji-advokaturi-ivano-frankivskoji-oblasti-u-skladi-distsiplinarnoji-palati-vid-27-11-202
5. MCLE for Lawyers. Washington State Bar Association. URL: https://www.wsba.org/for-legal-professionals/mcle/mcle-for-lawyers

Солом'янюк Богдана Олексіївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового Інституту права та
правоохоронної діяльності
Львівського державного університету
внутрішніх справ

Науковий керівник:
Пасайлюк Ірина Василівна
кандидат юридичних наук,
доцент кафедри цивільно-правових дисциплін
Навчально-наукового Інституту права та
правоохоронної діяльності
Львівського державного університету
внутрішніх справ

ПІДГОТОВЧЕ ПРОВАДЖЕННЯ У ЦИВІЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ: ПРОБЛЕМИ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ

Стадія підготовчого провадження є невід'ємною складовою цивільного судочинства в Україні. Від її організації та якості підготовки справи залежить не лише оперативність судового розгляду, але й можливість забезпечення ефективного, справедливого та всебічного захисту прав учасників. Однак на практиці підготовче провадження часто стикається з проблемами — як процедурного, так і практичного характеру. Метою цієї тези є аналіз правового регулювання, завдань підготовчого провадження, а також виявлення проблем, які впливають на його ефективність.

Стадія підготовчого провадження врегульована у розділі про позовне провадження Цивільний процесуальний кодекс України. Зокрема: стаття 189 ЦПК України встановлює основні завдання підготовчого провадження та граничний строк його проведення[1]. Стаття 197 ЦПК України регламентує порядок проведення підготовчого засідання суду, яке є ключовим інструментом реалізації функцій підготовчого провадження[1]. Таким чином, законодавець визначає підготовче провадження як окрему стадію процесу, яка має забезпечити передумови для об'єктивного, вчасного, безперешкодного та якісного розгляду справи по суті. Норми кодексу визначають його завдання, строк проведення та процедуру здійснення. Додатково питання науково-практичного тлумачення висвітлюються у працях Цал-Цалко Ю. Ю [2].

Серед ключових завдань підготовчого провадження — згідно зі ст. 189 ЦПК України: остаточне визначення предмета спору, природи спірних правовідносин, позовних вимог, а також складу учасників процесу, з'ясування заперечень проти позовних вимог, встановлення обставин справи, які підлягають доведенню, та збирання відповідних доказів, розгляд заяв щодо

відводів, заміни неналежного відповідача, вступу третіх осіб, об'єднання або роз'єднання позовів тощо, визначення порядку подальшого розгляду справи: встановлення строків, дати судових засідань, строків подання відзивів, доказів, пояснень третіх осіб, а також — порядок дослідження доказів по суті, прийняття інших процедурних рішень, необхідних для забезпечення правильного, своєчасного і безперешкодного розгляду справи по суті. Отже, підготовче провадження виконує функцію "підготовки ґрунту" — фільтрує, уточнює, структурує справу, відсікає процесуальні недоліки, дає можливість сторонам повно заявити свої позиції, а суду — розпланувати подальший розгляд.

За приписами ст. 189 ЦПК України, підготовче провадження має бути закінчене протягом 60 днів з дня відкриття провадження у справі. У виняткових випадках цей строк може бути продовжений ще на 30 днів за клопотанням однієї зі сторін або з ініціативи суду. Після відкриття провадження суд надсилає сторонам копію ухвали, копію позовної заяви та додані документи — що дає початок підготовчому провадженню. Далі суд може призначити підготовче засідання, на якому здійснюються дії, передбачені ст. 197 ЦПК України (оголошення складу суду, з'ясування питання відводів, уточнення позовних вимог, визначення доказів, строків, дати розгляду, тощо). Закінченням підготовчого провадження є закриття підготовчого засідання.

На мою думку, можна виокремити такі сильні сторони, як: структурованість та передбачуваність**,** тобто вдяки чітким строкам суд, сторони та треті особи мають певну певність, коли справа перейде до розгляду по суті — це запобігає нескінченним зволіканням; усунення процесуальних недоліків на ранньому етапі - через підготовче провадження суд може визначити обставини, які потребують уточнення, з'ясувати недостатність доказів, вказати на недоліки в позові або відзиві, залучити необхідних учасників, — таким чином попередньо "очистити" справу перед розглядом по суті. Це підвищує якість та справедливість рішення; раціональне планування судового процесу - суд визначає строки подання додаткових документів, дати та порядок засідань, що дає змогу уникнути затримок, перевантаження, хаосу — особливо в складних справах; можливість альтернативного врегулювання спору - на підготовчому засіданні може бути з'ясовано, чи сторони бажають укласти мирову угоду, звернутись до третейського суду чи пройти медіацію / врегулювання за участю судді. Це сприяє розвантаженню судів і залагодженню спорів мирним шляхом.

Незважаючи на очевидні переваги, на практиці стадія підготовчого провадження має чимало проблем. Серед них — як процесуальні, так і організаційні. Фіксований строк підготовчого провадження є одночасно перевагою і проблемою: у складних справах він є недостатнім, що підкреслює Погорілко Н. [3]. Хоча закон встановлює 60 + (до 30) днів, на практиці цей строк часто просто формально "відзначається", без реального врахування складності справи: комплексні спори з великою доказовою базою, залученням

третіх осіб, експертизами, складною доказовою процедурою — потребують більше часу. В такому разі суворе дотримання строків підриває ефективність підготовки. Юридична наука звертає увагу, що "неможливо передбачити строк, за який усі підготовчі дії можуть бути належно виконані". З іншого боку — надто гнучкі підходи або часте продовження строків можуть перетворювати підготовче провадження на "процесуальну формальність", що затягує розгляд справи. Суди іноді використовують підготовче провадження формально або, навпаки, занадто гнучко, що підриває принцип правової визначеності[6]. За відсутності нормальної практики, суди можуть використовувати підготовче провадження або як засіб інструментальної відсрочки розгляду, або, навпаки — недостатньо уваги приділяти реальному з'ясуванню обставин, доведенню, доказам. Юридична література зазначає, що необхідно уникати "надмірного формалізму" — але й "надмірної гнучкості", що підриває принцип правової визначеності. Хоча ЦПК України не передбачає повернення до стадії підготовчого провадження, судова практика в окремих випадках допускає це. Це створює правову невизначеність — проблема детально аналізується Кравченком М. [4]. Згідно з ЦПК України, підготовче провадження закінчується з закриттям підготовчого засідання. При цьому — нормативно не передбачено повернення до цієї стадії після її завершення. Однак на практиці виникають ситуації, коли після закриття підготовчого провадження необхідно виконати додаткові процесуальні дії: витребувати нові докази, залучити третіх осіб, доповнити матеріали. Згідно з судовою практикою, іноді суди приймають рішення повернути справу до підготовчого провадження — але такі випадки є винятковими і вимагають "вагових підстав"[4]. Це породжує правову невизначеність: з одного боку — законодавець не передбачив таку можливість, з іншого — практика її демонструє. Це створює ризик для стабільності процесу та права на ефективний захист. Через те, що закон дає широкий спектр процесуальних дій на стадії підготовчого провадження, в кожному суді і навіть у кожному випадку застосовується індивідуальний підхід. Це означає, що одна справа може бути підготовлена "якісно", докладно — інша — формально, поверхово. Така невизначеність у стандартах ускладнює передбачуваність для сторін та зменшує довіру до судової системи загалом.

На мою думку, підготовче провадження — ключовий елемент системи цивільного судочинства, який забезпечує баланс між змагальністю сторін, правом на захист, правовою визначеністю та оперативністю. Саме його ретельне проведення дає змогу уникнути непотрібних затримок, переконатися у повноті та достатності доказів, забезпечити справедливий розгляд, врахувати всі учасники спору, а також — за можливості — сприяти мирному врегулюванню.

Рекомендації щодо підвищення ефективності: перегляд строків — варто передбачити можливість більш гнучкого підходу до строків підготовчого провадження з врахуванням складності справи (наприклад, розділення на "звичайні" та "складні" справи із різними строками); Стандартизація

процедури — розробити методичні рекомендації або керівні принципи для судів, які б уніфікували підходи до підготовчого провадження (наприклад, мінімальний обов'язковий перелік питань на підготовчому засіданні, чіткий алгоритм витребування доказів, строки, роль третіх осіб тощо); запровадження практики повернення до підготовчого провадження — на законодавчому рівні врегулювати можливість повернення до стадії підготовчого провадження після її закриття у разі появи нових обставин або необхідності додаткових доказів. Це забезпечить правову визначеність і захистить право сторін на повний судовий розгляд; підвищення професійного рівня суддів і сторін — шляхом навчання, обміну практиками, аналізу судової практики, надання методичних матеріалів. Це підвищить якість підготовки справ та знизить ризик формалізму або маніпуляцій; Більш активне використання альтернативних способів вирішення спорів на стадії підготовчого провадження (медіація, третейський суд, примирення). Це зменшить навантаження на судову систему, підвищить ефективність і сприяє вирішенню спорів без тривалого судового розгляду.

Отож можна зробити висновок, що підготовче провадження у цивільному процесі — це не просто формальна стадія перед розглядом справи по суті, а фундамент, на якому базується ефективність, справедливість та оперативність судового розгляду. Законодавче визначені завдання та строки — це лише базова рамка. Від того, як саме суди реалізовують ці процесуальні норми, залежить, чи працює судочинство на справжню справедливість, чи деградує до формальностей. Враховуючи наявні проблеми — жорсткі строкові рамки, відсутність стандартів, сумнівну практику повернення до підготовчого провадження, — є обґрунтована потреба у реформуванні як законодавчої бази, так і судової практики. Тільки за таких умов підготовче провадження може виконувати свою роль ефективно та відповідально.

Список використаних джерел та літератури:

1. Цивільний процесуальний кодекс України: Закон України від від 18.032004 № 1618-IV URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1618-15#Text. Відомості Верховної Ради України. 2004. №40-41, 42, ст.492
2. Цал-Цалко Ю. Ю. Завдання та строк підготовчого провадження / Ю. Ю. Цал-Цалко // Цивільне судочинство у світлі судової реформи в Україні : матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. ім. Ю. С. Червоного (Одеса, 13 груд. 2019 р.) / за заг. ред. д.ю.н., професора Н. Ю. Голубєвої. – Одеса : Фенікс, 2019. – С. 50-55.
3. Погорілко Н. В. Строки підготовчого провадження у цивільному процесі: проблеми та шляхи вдосконалення // Право і суспільство. 2021, №4, С. 49-54.
4. Морозов Євгеній Повернення до стадії підготовчого провадження після його закриття: URL: https://advokatpost.com/povernennia-do-stadii-pidhotovchoho-provadzhennia-pislia-joho-zakryttia (дата звернення 19.10.2022)

5. Романчук В.Л. Уніфікація підготовчого провадження як умова ефективного судочинства: афтореф. дис. … канд. юр. наук : 18.00.08. Київ, 2022, 10 с.

Танких Дмитро Валерійович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Ірха Юрій Богданович
кандидат юридичних наук, доцент,
заслужений юрист України,
доцент кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ПЕРЕВАНТАЖЕНІСТЬ СУДОВОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНИ

Для розвитку демократичного суспільства і правової держави, в якій гарантується додержання прав і свобод людини і громадянина, прав та законних інтересів юридичних осіб, а також інтересів держави, повинна ефективно функціонувати судова система. Саме через організовану та належну роботу судів реалізується гарантоване Конституцією України право на судовий захист. Одними з основних засад судочинства є обов'язковість судового рішення та розумні строки розгляду справи судом.

Забезпечення доступу до правосуддя для всіх є однією із цілей сталого розвитку України на період до 2030 року. Суди, як установи, що покликані гарантувати верховенство права та захист прав і свобод громадян, сьогодні зустрічаються з низкою серйозних викликів, котрі істотно ускладнюють їхню діяльність [1, с. 243].

Початок збройного конфлікту на сході України, анексія Автономної Республіки Крим та повномасштабне вторгнення Росії спричинили появу нових категорій спорів в українських судах. Паралельно із цими подіями реформування судової системи та дефіцит у фінансуванні судової гілки влади стали причиною кадрової проблеми.

Наведені чинники не є вичерпними, але з'явилось таке явище, як перевантаження судової системи – стан, за якого інтенсивний потік справ, що надходить до суду, значно перевищує можливості суддів та працівників апарату щодо їх якісного та своєчасного розгляду у межах строків, визначених законом, з урахуванням наявних ресурсів.

Для ефективного вирішення таких проблем потрібен їх аналіз, скоординовані дії та напрацювання механізмів, які змогли б забезпечити

вчасність та надійність правосуддя, навіть в екстремальних умовах, а також зменшити навантаження на судову систему.

Важливим чинником, що призводить до значного навантаження в судах, є недостатність ресурсів. Суди наразі мають обмежені бюджети, що ускладнює їхню роботу. Майже усі суди України переживають кадровий голод: кваліфіковані працівники звільняються, а молоді спеціалісти не охоче йдуть працювати на державну службу, адже їх більше приваблює приватна юридична практика, де суттєво вищою є оплата праці [2]. Ситуація, коли суддя вперше призначає справу до розгляду через 3-4 місяці, вже нікого не дивує. Доволі часто доводиться показувати людям щоденний список справ, призначених суддями до розгляду. 20–30 і більше судових засідань на день – це ненормальні показники. Це непомірне навантаження на суддю, його секретаря, помічника та всіх працівників апарату суду [3].

В жовтні 2025 р. керівником Державної судової адміністрації України була надана інформація про стан кадрового, фінансового та матеріально-технічного забезпечення судів у 2025 році, а також обговорені проблемні питання та перспективи на 2026 рік. Станом на початок 2 півріччя 2025 р., фактично зайняті 4671 посади суддів при визначеній кількості 7977. Тобто немає навіть 60% потрібних суддів. Серед працівників апаратів судів ситуація трохи краща – майже 82% зайнятих посад (22478 зайняті з потрібних 27482 осіб). Розрахунковий розмір заробітної плати на 2025 рік серед працівників апаратів місцевих загальних судів становить від 10227 до 16691 грн. (після оподаткування).

Одним із проблемних питань залишається забезпечення місцевих загальних, місцевих господарських та апеляційних судів персональними комп’ютерами, оскільки наявна кількість лише на рівні 80-83% від потрібної [4].

До інших ресурсних проблем суду можна також віднести складну процедуру призначення кандидатів на державну службу, небажання кандидатів, особливо ІТ-спеціалістів, працювати в перевантажених судах через відсутність доплат, дефіцит працівників архіву суду, а також поява нових обов’язків працівників суду (сканування документів, проведення відеоконференцій за ухвалами інших судів, ведення військового обліку). Ці проблеми залишаються невирішеними вже тривалий час. Ситуація ускладнилася ще більше, коли держава зіткнулася з новими викликами.

Після початку збройного конфлікту на сході України в 2014 р., у зв’язку з неможливістю здійснювати правосуддя окремими судами в районі проведення антитерористичної операції, було вирішено змінити територіальну підсудність судових справ, підсудних розташованим у районі проведення антитерористичної операції [5].

Перше розпорядження про визначення територіальної підсудності справ було видане 02.09.2014 р. Вищим спеціалізованим судом України з розгляду цивільних і кримінальних справ (суд припинив діяльність 15.12.2017 р.). Така ж практика була продовжена Верховним Судом в 2022-2023 рр. в умовах

воєнного стану, а з 2023 р. дотепер рішення приймає Вища рада правосуддя [6].

На сьогодні всі суди першої інстанції Луганської області не здійснюють правосуддя, в Донецькій області працює лише два суди, хоча навантаження дуже високе: в Слов'янському міськрайонному суді Донецької області при потрібних 24 суддях працює лише 9 (станом на 1 півріччя 2025 р.). Аналогічна ситуація в Херсонській області та Запорізькій областях - кожен із працюючих судів отримав в 2 рази більше навантаження [7].

З одного боку, зміна територіальної підсудності судових справ дозволяє забезпечити безперервність правосуддя на всій території держави, навіть попри втрату контролю над окремими районами, з іншого – створюють додаткові виклики для організації роботи судів, адже судді змушені розглядати значно більшу кількість справ.

Проблема розгляду судових справ під час повітряних тривог, наближеність судів до зон можливих бойових дій, відсутність обладнаних укриттів, де була б змога проводити розгляд справ, значно збільшує фізичне та психоемоційне навантаження на суддів та працівників апаратів судів. Особливо гостро це питання постає для самих суддів, які змушені працювати у стані постійної напруги та невизначеності, часто приймаючи рішення в умовах, коли життю загрожує небезпека. Такий тиск не лише впливає на якість правосуддя, але й викликає моральне та емоційне виснаження, адже іноді потрібно працювати після безсонної ночі, а це, в свою чергу, збільшує строки на опрацювання документів та виваженості під час прийняття рішень.

Працівники судів не хочуть працювати в таких умовах, звільняються, не хочуть долати великі відстані за власний кошт з більш безпечних районів до місцезнаходження суду. Все це поряд із наявною диспропорцією в оплаті праці всередині одного колективу, неконкурентною заробітною платою на ринку праці та відсутністю кар’єрного зросту створює відчуття соціальної несправедливості та робить цю роботу менш привабливою. Це призводить до значного скорочення кадрового складу, що, у свою чергу, впливає на якість і швидкість розгляду судових справ, адже навантаження на тих, хто залишився, лише зростає. Як наслідок, судова система стикається із необхідністю шукати нові підходи до організації роботи – зокрема, створювати умови для забезпечення єдності судової практики, що є вкрай важливим для ефективного функціонування судів у складних обставинах.

Суперечливі, заплутані та неоднозначні закони та нормативно-правові акти в Україні є ще однією з причин великої кількості судових справ. Це призводить до довготривалого та складного процесу, де судам доводиться витребувати та досліджувати купу доказів, а також вирішувати суперечки щодо тлумачення законів. Ці проблеми частково можуть бути вирішені шляхом дотримання принципу єдності судової практики.

13-14 грудня 2024 р. у м. Львові відбулась Діалогова платформа «Єдність судової практики: спроба переосмислення». Захід був організований Верховним Судом (далі - ВС) спільно з Українським католицьким

університетом та іншими зацікавленими суб'єктами. У заході, присвяченому цьому питанню, взяли участь судді ВС, Європейського суду з прав людини (далі - ЄСПЛ), судів першої та апеляційної інстанцій, науковці, адвокати, міжнародні експерти, юристи-практики та студенти.

Суддями ВС, з метою вдосконалення єдності судової практики, були висловлені такі пропозиції:

– формування бази даних для пошуку за нормами права та наявними висновками ВС, а для обробки великого обсягу інформації використовувати ресурси штучного інтелекту;

– розширити інститут зразкової справи шляхом його запровадження не тільки у адміністративній, але і в інших судових юрисдикціях;

– запровадити інститут преюдиційного запиту;

– оперативно публікувати найбільш важливі (прецедентні) рішення ВС та огляди практики ЄСПЛ;

– навчання суддів та методичне забезпечення судів.

Представники юридичного бізнесу акцентували увагу на те, що відсутність єдності судової практики та різноманітні суперечливі правові позиції ВС «живлять» таке явище як сутяжництво – пристрасть до судових позовів, часто з корисливих міркувань, яка виражається у безпідставних, нав'язливих зверненнях до суду з дріб'язкових або неодноразових питань [8, с.7-8].

Системні проблеми у функціонуванні судів та надмірна складність судових процесів змушують шукати гнучкіші інструменти врегулювання юридичних спорів. Пошук альтернатив стає відповіддю на глобальні виклики сучасної юриспруденції, де традиційний суд не завжди є оптимальним шляхом.

Розвиток суспільних відносин у світі супроводжується великою кількістю юридичних спорів, які вирішуються переважно в судовому порядку. Розгляд судом справи не означає, що спір буде швидко вирішений, сторона отримає необхідний для неї позитивний результат і що постановлене судом рішення буде вчасно виконано. Для оперативного вирішення зазначених спорів юридична спільнота світу почала впроваджувати та застосовувати замість судового розгляду справ більш простіші процедури вирішення спорів. Ці процедури відомі як альтернативне вирішення спорів.

Цей інститут тривалий час використовується у практиці багатьох зарубіжних країн. З огляду на це, тенденції його розвитку в Україні нададуть можливість удосконалити законодавство та захистити порушені права та інтересі осіб у позасудовому порядку із застосуванням медіації, врегулювання спору за участю судді, третейського суду та інших форм альтернативного вирішення спорів [9].

У чинному законодавстві України є наступні способи позасудового або альтернативного вирішення спорів:

– передбачена можливість укладення мирової угоди;

– проведення процедури врегулювання спору за участю судді;

– примирення винного з потерпілим;
– проведення медіації;
– вирішення певних спорів, що виникають із цивільних та господарських правовідносин, третейським судом.

Окремо необхідно зазначити про процедуру «врегулювання спору за участю судді», значення якої, як процесуального інституту, полягає в тому, що вона є ефективним засобом скорочення часу на розгляд справи, уберігає сторони від значних витрат, пов'язаних з розглядом справ; рішення у спорі, щодо якого ними було досягнуто мирне врегулювання, виконується ними добровільно. Введення у законодавство України інституту врегулювання спору за участю судді має сприяти підвищенню довіри громадян до судових органів та зміцненню авторитету правосуддя [9].

Непопулярність врегулювання спору за участю судді в місцевих загальних та господарських судах наведена в річному звіті судової статистики. Із розглянутих в наведених судах більш як 3 млн. справ в 2024 році по цивільним справам постановлено лише 41 ухвалу про проведення врегулювання спору за участю судді, господарським – 12 ухвал, а по адміністративним тільки 2 ухвали [10]. Це вказує на те, що в такий спосіб сторони не вирішують свої спори в суді.

Варто підкреслити, що пошук нових підходів до оптимізації роботи судової системи та впровадження інновацій є безперервним процесом, адже суспільство і надалі розвивається. Тільки комплексний підхід у вирішенні фінансового та матеріально-технічного стану забезпечення судів може вплинути на кадровий дефіцит, а уніфікація судової практики і розвиток інституту альтернативного вирішення спорів зможуть суттєво зменшити кількість справ в судах.

Звісно, що невпинний рух людства у пізнанні світу, розвитку технологій, науки та суспільних відносин будуть і надалі породжувати велику кількість юридичних спорів, які потрібно вирішувати. Зараз такі спори вирішуються, переважно, в судовому порядку. І ця практика є у всьому світі. Але навантаження на судову систему кожна держава повинна вирішувати сама, переймаючи кращий досвід найбільш успішних новаторів.

На мою думку, гідні умови та оплату праці працівників судів, можливість швидко вирішувати питання із нестачею кадрів в судовій системі, використання в рутинній роботі суддів, їх помічників та працівників апарату суддів систем штучного інтелекту, належний рівень підготовки юристів та розвиток альтернативного вирішення спорів – ось ті можливі кроки, які можуть допомогти у вирішенні перевантаженості судової системи України, щоб Український народ зміг побудувати правову демократичну державу на основі верховенства права, в якій усі люди є вільними і рівними у своїй гідності та правах, а права і свободи людини є невідчужуваними та непорушними.

Список використаних джерел та літератури:

1. Фролова І. В. Сучасні виклики в рамках функціонування судів у цивільному судочинстві в умовах воєнного конфлікту. *Вісник Національної академії правових наук України*. 2025. Т. 32, вип. 3. С. 239–249.
2. Чому в судах так багато справ і що з цим робити? *Юридична газета*. 11.09.2024. URL: https://yur-gazeta.com/publications/practice/sudova-praktika/chomu-v-sudah-tak-bagato-sprav-i-shcho-z-cim-robiti.html (дата звернення: 04.11.2025).
3. Шевченко А. Понад 30 засідань на день і 5 тисяч грн авансу: реалії українських місцевих судів. *Юридична газета*. 13.10.2025. URL: https://yur-gazeta.com/publications/practice/inshe/ponad-30-zasidan-na-den-i-5-tisyach-grn-avansu-realiyi-ukrayinskih-miscevih-sudiv.html (дата звернення: 05.11.2025).
4. Очільник ДСА України проінформував Раду суддів України щодо стану забезпечення судів у 2025 році та окреслив перспективи на наступний рік. *Державна судова адміністрація України*. 06.10.2025. URL: https://dsa.court.gov.ua/dsa/pres-centr/news/1891519/ (дата звернення: 04.11.2025).
5. Про здійснення правосуддя та кримінального провадження у зв'язку з проведенням антитерористичної операції : Закон України від 12.08.2014, № № 1632-VII : станом на 18.10.2023. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1632-18/ed20231018#Text (дата звернення: 04.11.2025).
6. Розпорядження про визначення територіальної підсудності справ. *Верховний суд*. URL: https://supreme.court.gov.ua/supreme/gromadyanam/terutor_pidsudnist/ (дата звернення: 04.11.2025).
7. *Рада суддів України*. *Карта МЗС 2025 рік І півріччя*. URL: https://rsu.gov.ua/mzs-2025_2-maps (дата звернення: 05.11.2025).
8. *Стислий виклад дискусії Діалогової Платформи «Єдність судової практики : спроба переосмислення»*, Львів, 13–14 груд. 2024. С. 9. URL: https://rm.coe.int/-2024-/1680b5a665 (дата звернення: 05.11.2025).
9. Швецова Л. Альтернативні способи вирішення спорів. *Вісник національної асоціації адвокатів України*. 2024. № 1-2 (98). С. 67–65.
10. 2024 рік. *Судова влада України*. *Судова статистика*. URL: https://court.gov.ua/inshe/sudova_statystyka/zvit_dsau_2024 (дата звернення: 02.12.2025).

Штогріна Алевтина Ігорівна
курсантка
Харківського національного університету
внутрішніх справ

Науковий керівник:
Ляска Оксана Петрівна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, соціології та
педагогіки
Харківського національного університету
внутрішніх справ

ЕТИЧНІ ТА БЕЗПЕКОВІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ VR У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО

Сучасна практика підготовки поліцейських все більше інтегрує інноваційні технології, серед яких особливе місце займає віртуальна реальність, що дозволяє моделювати складні та високостресові ситуації з максимальною наближеністю до реального середовища без прямої загрози життю та здоров'ю учасників. Використання VR у психологічній підготовці поліцейських відкриває широкі можливості для розвитку навичок самоконтролю, прийняття рішень у критичних обставинах, управління агресивними реакціями та формування ефективних комунікативних стратегій, однак водночас постає надзвичайно важлива проблема етичних та безпекових аспектів, що вимагає глибокого наукового аналізу та системного підходу. Психологічна підготовка правоохоронця у віртуальному середовищі відрізняється специфічними характеристиками, оскільки включає моделювання конфліктних ситуацій, озброєних або агресивних правопорушників, масових заворушень, дорожньо-транспортних пригод та інших кризових обставин, де від швидкості, точності та адекватності реакцій залежить ефективність діяльності поліцейського та безпека оточуючих. Тому потрібно визначити етичні та безпекові аспекти використання VR у психологічній підготовці.

Одним із ключових етичних аспектів є забезпечення добровільності участі, інформованої згоди та обізнаності щодо характеру тренувальних сценаріїв. Кожен поліцейський має розуміти потенційні психологічні та фізичні ризики, можливі емоційні реакції, включно з підвищеним рівнем тривожності, стресовими переживаннями та психофізіологічними реакціями на агресивні або небезпечні ситуації. Особливо важливо враховувати індивідуальні психологічні особливості учасників, їхній досвід у кризовому реагуванні, стан психічного здоров'я, наявність психічних розладів або травматичного досвіду. Недотримання цих принципів може призвести до

психологічної травматизації, формування патологічних реакцій, погіршення адаптивної поведінки та зниження ефективності професійної діяльності поліцейського [1, с. 609].

Безпекові аспекти VR-підготовки поліцейських включають фізичні ризики, зокрема розвиток кіберболезні, яка проявляється у нудоті, запамороченні, головному болі, дискомфорті у вестибулярному апараті та порушенні координації рухів. Віртуальні сценарії, що моделюють стресові або небезпечні події, можуть викликати надмірне психоемоційне навантаження, що у реальному житті призводить до ризику зниження продуктивності, підвищеної агресивності або помилкових рішень у критичних ситуаціях. Тому психологічна підготовка повинна базуватися на науково обґрунтованих протоколах, контролювати тривалість та інтенсивність VR-сесій, забезпечувати періоди відпочинку та відновлення, а також передбачати моніторинг фізіологічних і психоемоційних параметрів під час тренувань.

На нашу думку, особливу увагу слід приділяти методологічній і практичній обґрунтованості використання VR у навчанні поліцейських. Використання віртуальної реальності повинно базуватися на доказовій психології, сучасних дослідженнях у сфері кризового реагування, а також на сертифікованих протоколах навчання, які враховують комплексну підготовку фахівця до дій у реальних умовах. Кваліфіковані психологи та тренери повинні мати змогу оцінювати індивідуальні реакції кожного учасника, коригувати сценарії та надавати психотерапевтичну підтримку при виникненні небажаних психоемоційних станів. Етичним є забезпечення прозорості щодо цілей тренування, пояснення алгоритмів взаємодії у VR-середовищі та попередження про потенційні стресогенні фактори, що можуть впливати на поведінку та емоційний стан учасника [2, с. 157].

Не менш значущим є соціальний аспект застосування VR у підготовці поліцейських, який включає забезпечення доступності технологій, уникнення дискримінації та створення рівних умов для всіх учасників незалежно від віку, статі, культурного або професійного досвіду. Використання VR не повинно поглиблювати соціальні нерівності або створювати несправедливі переваги для окремих груп. Підготовка повинна враховувати різні рівні навичок, індивідуальні особливості поведінки та психологічну стійкість, забезпечувати адаптивність сценаріїв та інклюзивність навчального процесу. Порушення цих принципів може призвести до демотивації, психологічного дискомфорту та зниження ефективності навчання, що, у свою чергу, негативно впливає на професійну діяльність поліцейського у реальних умовах.

Крім того, етичні та безпекові аспекти VR-підготовки охоплюють питання захисту персональних даних, конфіденційності психоемоційної інформації та запобігання її використанню у невідповідних цілях. Необхідно забезпечити захист даних про психічний стан учасників, запобігати несанкціонованому доступу до інформації, а також уникати надмірного або непотрібного збору чутливої інформації. Надійний контроль та аудит

інформаційних систем, що використовуються у VR-підготовці, є складовою частиною безпечного застосування технологій у правоохоронній діяльності.

Важливою складовою є безперервна наукова оцінка ефективності VR-підготовки, включаючи довгострокове вивчення впливу тренувань на психоемоційний стан, поведінкові реакції, професійну компетентність та соціальну адаптацію поліцейських. Необхідно впроваджувати системи зворотного зв'язку, де учасники можуть висловлювати власні переживання, побоювання та оцінку тренувального процесу. Розробники та психологи повинні аналізувати отримані дані для оптимізації сценаріїв, зменшення ризиків і підвищення ефективності навчання [3, с. 99].

Таким чином, використання віртуальної реальності у психологічній підготовці поліцейського є багатовимірним процесом, що поєднує технологічні інновації, психофізіологічну безпеку, етичну відповідальність та соціальну справедливість. Ефективність застосування VR залежить від правильного поєднання науково обґрунтованих методик, суворого дотримання етичних принципів, забезпечення захисту даних, контролю психоемоційного та фізичного навантаження, а також постійного моніторингу ефективності навчання. Лише системний, комплексний підхід дозволяє використовувати потенціал VR для розвитку професійних компетентностей поліцейського, забезпечуючи безпеку та психологічну стійкість у реальних умовах служби, а також формуючи нові стандарти підготовки правоохоронців у сучасному суспільстві.

Список використаних джерел та літератури:

1. Поливанюк В. Д. Професійна психологічна підготовка працівників Національної поліції України в екстремальних ситуаціях. *Міжнародна та національна безпека: теоретичні і прикладні аспекти : матеріали VIII Міжнар. наук.- практ. конф. (м. Дніпро, 15 бер. 2024 р.)* ; у 2-х ч. Дніпро: ДДУВС, 2024. Ч. II. С. 608-610.
2. Гончаренко А.М., Дятленко Н.М., Полякова О.В. Інтеграція цифрових технологій у навчальний процес в закладі вищої освіти: виклики та практичні аспекти. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 4 (38). С. 155-166.
3. Остапович В. П. Особливості надання психологічної допомоги учасникам АТО : посібник. Київ : ДНДІ МВС України, 2017. 163 с

Вікарчук Олена Олександрівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД У СФЕРІ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ

Охорона державної таємниці є беззаперечно важливим та одним з першочергових напрямів забезпечення національної безпеки держави. Особливої актуальності вона набуває в сучасних умовах воєнних викликів, загроз та активізації діяльності іноземних спецслужб. Вивчення зарубіжного досвіду у цій сфері є важливим елементом формування ефективної системи охорони державної таємниці в Україні з урахуванням міжнародних підходів, зокрема вимог Європейського Союзу та НАТО.

Досліджуючи українське законодавство у сфері охорони державної таємниці, можемо констатувати, що вітчизняне законодавство потребує узгоджень та доопрацювань, щодо відповідності сучасним стандартами безпеки НАТО та ЄС.

В Україні з прийняттям Закону України “Про державну таємницю” закладено правову основу у сфері охорони державної таємниці. Згідно статті 1 зазначеного закону державна таємниця (секретна інформація) - вид таємної інформації, що охоплює відомості у сфері оборони, економіки, науки і техніки, зовнішніх відносин, державної безпеки та охорони правопорядку, розголошення яких може завдати шкоди національній безпеці України та які визнані у порядку, встановленому цим Законом, державною таємницею і підлягають охороні державою. Також закон визначає відповідні ступені секретності ("особливої важливості", "цілком таємно", "таємно"), як категорії, які характеризують важливість секретної інформації, ступінь обмеження доступу до неї та рівень її охорони державою [1].

Питання охорони державної таємниці ЄС регламентовані рішенням Ради ЄС «Про правила безпеки для захисту секретної інформації» від 23 вересня 2013 року (2013/488/ЄС). Відповідно до статті 2 цього документу правила безпеки охоплюють декілька способів захисту цієї інформації, включаючи

безпеку персоналу, фізичну безпеку, управління інформацією, промислову безпеку та способи обміну безпековою інформацією між ЄС та третіми державами й міжнародними організаціями [2].

Відповідно до європейського законодавства «секретна інформація ЄС» (EUCI) означає будь-яку інформацію, відомості або матеріали, позначені відповідним грифом секретності ЄС, несанкціоноване розголошення яких може завдати різного ступеня шкоди інтересам Європейського Союзу або одній чи кільком державамчленам. На теренах ЄС секретна інформація класифікується на одному з таких рівнів:

– TRÈS SECRET UE/EU TOP SECRET (Цілком таємно): інформація та матеріали, несанкціоноване розголошення яких може завдати надзвичайно серйозної шкоди основним інтересам Європейського Союзу або однієї чи кількох державчленів;

– SECRET UE/EU SECRET (Таємно): інформація та матеріали, несанкціоноване розголошення яких може завдати серйозної шкоди основним інтересам Європейського Союзу або однієї чи кількох держав-членів;

– CONFIDENTIEL UE/EU CONFIDENTIAL (Конфіденційно): інформація та матеріали, несанкціоноване розголошення яких може завдати шкоди основним інтересам Європейського Союзу або однієї чи кількох держав-членів;

– RESTREINT UE/EU RESTRICTED (Обмежено): інформація та матеріали, несанкціоноване розголошення яких може бути невигідним для інтересів Європейського Союзу або однієї чи кількох держав-членів [3].

Згідно з вимогами стандартів безпеки НАТО та розроблених на їх основі правил безпеки ЄС у державах-учасницях створюються Національні органи безпеки (НОБ), основною функцією яких є впровадження стандартів безпеки інформації та здійснення загального контролю за дотриманням вимог національного законодавства в сфері охорони інформації з обмеженим доступом. Такі органи створюються:

- на правах окремих самостійних державних органів (Чехія (НОБ), Словаччина (НОБ), Румунія (Бюро національного регістру державної секретної інформації), Болгарія (Державна комісія безпеки інформації), які є відповідальними за однакове застосування стандартів захисту класифікованої інформація;

- як окремі структурні підрозділи при центральних органах державної влади (Норвегія (НОБ при МО), Польща (Агенція внутрішньої безпеки при МВС), Угорщина (функції НОБ здійснюються підрозділами МВС), Естонія (Департамент поліції безпеки) [4, с.189].

Відповідно до стандартів безпеки НАТО та ЄС, окрім забезпечення виконання усіх заходів і процедур безпеки, а також контролю за охороною інформації, обмін якою здійснюється, передбачено наділення національного органу безпеки функціями з комунікаційно-інформаційної безпеки, у т.ч. і з питань технічного та криптографічного захисту інформації. Особливістю законодавства розглянутих держав є те, що не передбачається грошової

компенсації особам за роботу в умовах режимних обмежень. У кожній державі питання охорони державної таємниці та класифікованої інформації регулюються спеціальними законодавчими та підзаконними нормативними актами, які переважно засновані на вимогах та нормативах НАТО і ЄС, а також на рівні законодавства імперативно встановлено строки для організації й проведення перевірок безпеки, які коливатимуться від 3 до 6 місяців, як виключення – до одного року. Важливим аспектом є строки проведення безпекової перевірки, від яких безпосередньо залежить якість результатів перевірочних заходів. Також на власний розсуд кожна держава визначає ступені та грифи секретності [3, с.53].

Отже, ефективні системи охорони державної таємниці у провідних країнах світу характеризуються чітким законодавчим регулюванням, суворими процедурами контролю доступу, високим рівнем міжвідомчої координації, сучасними засобами кіберзахисту та дотриманням балансу між національною безпекою і правами громадян. Для України, яка продовжує проводити активну діяльність у сфері реформування сектору безпеки та оборони та інтеграції до європейського простору, врахування зазначених практик є важливим чинником модернізації системи охорони державної таємниці.

Список використаних джерел та літератури:

1. Про державну таємницю : Закон України від 21.01.1994 № 3855-XII : станом на 27 серп. 2025 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3855-12#Text (дата звернення: 26.11.2025)
2. 013/488/EU: Council Decision of 23 September 2013 on the security rules for protecting EU classified information. URL: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32013D0488
3. Аналітична записка з питань порівняльного законодавства щодо правового регулювання охорони державної таємниці та класифікованої інформації в окремих державах-членах НАТО. *Дослідницька служба Верховної Ради України*. URL: https://research.rada.gov.ua/print/75333.html (дата звернення: 26.11.2025)
4. Охорона державної таємниці в Україні: навч. посіб. / Гуз А.М., Касперський І.П., Князєв С.О., та ін. Київ: Нац. акад.. СБУ, 2017. 216 с.

Варвус Станіслав Миколайович
здобувач вищої освіти
210 навчальної групи
Навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Федорюк Людмила Василівна
доктор філософії в галузі права,
доцент кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ВПЛИВ РЕЖИМУ ТАЄМНОСТІ ТА СЛУЖБОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАВООХОРОНЦІВ: ПСИХОЛОГО-ПРАВОВИЙ АНАЛІЗ

Професійна місія правоохоронців, спрямована на забезпечення правопорядку і національної безпеки, вимагає виняткової психологічної стійкості. Проте, незалежно від вимоги стійкості, їхня діяльність характеризується високим рівнем стресу. При цьому, значне, хоча й приховане, психологічне навантаження створюється через необхідність дотримання суворого режиму таємності та безперервну роботу з конфіденційною службовою інформацією.

Професійне вигоряння серед правоохоронців наразі визнано однією з критичних проблем у системі кримінального правосуддя. На відміну від багатьох інших професій, діяльність працівників поліції, слідчих органів, оперативних підрозділів пов’язана не лише з високою відповідальністю, але й із необхідністю постійної роботи з інформацією, що має обмежений доступ. Режим таємності, суворі вимоги щодо збереження службових матеріалів, страх припуститися помилки, яка може мати як дисциплінарні, так і кримінальні наслідки, створюють специфічний психологічний тиск. Це формує особливі умови праці, які часто стають додатковими факторами професійного виснаження.

Правовий режим інформації з обмеженим доступом в Україні визначається Законом «Про інформацію»[1] , Законом «Про державну таємницю»[2], низкою відомчих інструкцій та положень. Для працівників правоохоронної системи характерна робота з документами, що можуть мати гриф «таємно», «цілком таємно» або «для службового користування». Відповідно до законодавства, будь-яке порушення встановленого порядку поводження з такими відомостями розглядається як загроза національній безпеці. Це означає, що працівник несе не просто службову, а й кримінальну

відповідальність за допущений витік чи неналежне поводження зі секретною інформацією. Усі ці обставини створюють для правоохоронця стан постійної мобілізованості та контролю, який поступово виснажує психіку. Професійному саморозкриттю слідує професійна деформація. Професійна деформація поліцейського – це процес тривалого впливу особливостей професії на правоохоронця, що виявляється в індивідуальних особливостях, які типові для професій соціономічного типу. Слід зазначити, що видозміни деформації проявляються в духовних цінностях, моралі, етичних поглядах, психічному стані та сприйняті оточуючого світу [3].

У психологічному аспекті робота в умовах секретності передбачає хронічну напругу. Працівник повинен постійно стежити за тим, кому і що він говорить, які документи переглядає, де залишає робочі матеріали, чи не становить ризику сама ситуація спілкування. Зовнішня простота цих дій насправді супроводжується внутрішнім «фільтром», який працює безперервно: потрібно пам’ятати про гриф, про заборону обговорення змісту матеріалів поза службою, про санкції за найменше порушення інструкцій. Такий контроль поступово виснажує нервову систему і стає передумовою емоційного виснаження — першої стадії професійного вигоряння.

Окремим чинником є комунікативна ізоляція. Більшість людей долають професійні труднощі за допомогою соціальної підтримки: розмов із друзями, обговорення проблем з близькими чи колегами. У правоохоронців така можливість часто відсутня. Інформацію, яка становить суть їхньої діяльності, заборонено обговорювати з людьми, які не мають спеціального допуску. Це створює відчуття «замкненості» та подвійного життя: працівник щодня має справу зі стресовими ситуаціями, але не може ними поділитися. Виникає емоційна ізоляція, яка з часом переростає у відчуття самотності й внутрішньої застиглості. Саме цей феномен психологи називають деперсоналізацією — другою фазою вигоряння.

Надмірне навантаження також є складовою проблеми. Робота в режимі секретності передбачає виконання багатьох дій вручну: журнали обліку, реєстрація документів, фіксація доступу, звіряння матеріалів, підписання великої кількості паперових форм. Офіцер чи слідчий не може просто «забрати роботу додому» і доробити її ввечері — все має залишатися у спеціально обладнаних приміщеннях. Це призводить до накопичення годин, збільшення тривалості робочого дня та хронічної нестачі відпочинку. Порушення балансу між роботою та особистим життям — один з найбільш вагомих факторів, які спричиняють виснаження і зниження працездатності.

Окрім цього науковцями вже доведено, що жінки більше, ніж чоловіки піддаються певним негативним емоційним змінам у процесі подолання стресу, що свідчить про те, що жінки характеризуються меншою стресостійкістю, тому схильні до певних негативних психічних станів, які виникають внаслідок переживання стресових ситуацій[4].

Окремим і значущим фактором є вплив контенту, що травмує. Багато службових документів містять опис насильницьких злочинів, фото- і

відеоматеріали, оперативні дані, що можуть мати шокуючий характер. У ситуації, коли працівник не може обговорити побачене навіть із найближчими людьми, переживання накопичуються і формують внутрішню напругу, яка без відповідної психологічної підтримки трансформується в професійне вигорання або емоційну апатію.

Із правової точки зору, важливим є те, що режим таємності істотно обмежує автономію працівника. Чіткі інструкції, численні процедури, суворий контроль доступу та постійні перевірки позбавляють правоохоронця відчуття свободи дій.

У теорії мотивації Раяна і Десі підкреслюється, що відчуття автономії — ключовий елемент професійної задоволеності. Коли працівник відчуває, що кожен його крок регламентований, а помилка рівноцінна правопорушенню, це знижує мотивацію, пригнічує ініціативу та пришвидшує вигорання.

Міжнародні дослідження підтверджують, що службова секретність є одним із факторів підвищеного ризику. Зокрема, у дослідженнях американських та канадських служб безпеки зазначено, що працівники, які постійно працюють із секретними матеріалами, частіше демонструють симптоми хронічної емоційної втоми, дратівливості, порушення сну, відчуття професійної неефективності. У спецслужбах Великої Британії вказують, що ротація між підрозділами значно знижує рівень вигоряння. А у США та Канаді використовують практику роботи з «cleared psychologists»(перевірені психологи) — психологами, які мають допуск до державної таємниці, що дозволяє працівникам без ризику порушення закону обговорювати проблемні ситуації.

З огляду на це, постає питання про інституційні механізми мінімізації впливу секретності на психічний стан працівників. Одним із ключових рішень є створення системи психологічної підтримки, адаптованої саме до умов режимної роботи. Це можуть бути регулярні консультації з фахівцями, які мають право працювати з конфіденційними матеріалами; програми емоційного розвантаження; заходи з профілактики емоційного вигорання. Важливе значення має ротація: робота в одному й тому ж режимному підрозділі багато років поспіль майже гарантовано призводить до виснаження.

Також варто переглянути організаційні процеси. Надмірна регламентація, дублювання документів, об’ємні процедури обліку — усе це не лише забирає час, але й створює відчуття «нескінченної рутини». Оптимізація внутрішніх інструкцій, впровадження сучасних технічних засобів обробки інформації, підвищення ефективності документообігу можуть зменшити кількість зайвих операцій та розвантажити працівників.

Не менш важливим є питання законодавчих гарантій. На рівні профільних законів варто передбачити норми щодо психологічної підтримки працівників, які працюють із секретними матеріалами, а також забезпечити чітку класифікацію того, що дійсно потребує обмеження доступу. Надмірна секретність, яка не має об’єктивного обґрунтування, лише збільшує тягар на працівників.

Узагальнюючи, можна сказати, що режим таємності, хоч і є необхідним для забезпечення безпеки держави, має значний психолого-правовий вплив на працівників правоохоронної сфери. Робота з секретною інформацією посилює емоційне напруження, збільшує відчуття відповідальності, обмежує соціальні контакти та автономію, що в комплексі формує підвищений ризик професійного вигоряння. Для мінімізації цього впливу потрібен комплексний підхід: від удосконалення правових норм до створення ефективних психологічних служб та перегляду організаційних процесів. Лише так можна забезпечити не лише охорону державної таємниці, а й збереження психічного здоров'я тих, хто щодня стоїть на сторожі правопорядку.

Список використаних джерел та літератури:

1. Про інформацію: Закон України від 02.10.1992 р. № 2657-XII URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-12#Text ((дата звернення: 04.12.2025).
2. Про державну таємницю: Закон України від 21.01.1994 № 3855-XII URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3855-12#Text (дата звернення: 04.12.2025).
   Вавринчук М. П., Чорнобай О. В. Причини професійної деформації юриста. Гармонізація законодавства України з правом Європейського Союзу: збірник тез доповідей IV Всеукраїнської наукової конференції (м. Хмельницький, 17 квітня 2023) Хмельницький: ХНУ, 2023. URL: https://elar.khmnu.edu.ua/items/74e045a1-2bf5-4150-a3b4-a8528404c71d/full(дата звернення: 04.12.2025).
3. Рогачко В. О. Гендерні особливості поведінки в стресових ситуаціях. URL: http://dspace.onu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/28115/1/192-195.pdf(дата звернення: 04.12.2025).

Касимова Айсель Рашадівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Національного університету
«Чернігівська політехніка»

Науковий керівник:
Коломієць Наталія Володимирівна
доктор юридичних наук, професор,
завідувач кафедри кримінального права та
правосуддя, професор кафедри
Національного університету
«Чернігівська політехніка»

ПРАВОВА ПРИРОДА ПОЗБАВЛЕННЯ ДЕРЖАВНОЇ НАГОРОДИ УКРАЇНИ ТА ЙОГО МІСЦЕ У СИСТЕМІ КРИМІНАЛЬНИХ ПОКАРАНЬ

Правова природа позбавлення державної нагороди України та його місце у системі кримінальних покарань є однією з найбільш дискусійних проблем сучасного кримінального права. Це пов’язано з тим, що державна нагорода виступає особливим видом заохочення, яке поєднує моральне, правове та соціальне значення, а її вручення підтверджує високий суспільний авторитет особи, підкреслює її заслуги перед державою та визначає особливий статус. Відтак позбавлення державної нагороди є не лише юридичним актом, а й значущим соціально-політичним кроком, оскільки впливає на систему цінностей, відносини між державою та громадянином, а також на суспільне сприйняття справедливості.

З огляду на це, важливим є визначення правової природи позбавлення державної нагороди України. Державні нагороди в Україні регулюються Законом України «Про державні нагороди України», відповідно до статті 1 цього Закону, державні нагороди України є вищою формою відзначення громадян за видатні заслуги у розвитку економіки, науки, культури, соціальної сфери, захисті Вітчизни, охороні конституційних прав і свобод людини, державному будівництві та громадській діяльності, за інші заслуги перед Україною [1]. Надання нагороди формує особливий юридичний статус, який передбачає певні права та привілеї, а тому втрата цього статусу має не лише моральний, а й безпосередній правовий ефект. Позбавлення нагороди розглядається як інститут, що усуває правовий статус нагородженої особи, припиняючи можливість користуватися привілеями, пов’язаними з відзнакою. Цей інститут має примусовий характер і застосовується лише за наявності особливо вагомих підстав, пов’язаних з поведінкою особи, яка суперечить сутності нагороди та принижує її символічний зміст.

Правове значення позбавлення державної нагороди істотно змінилося після ухвалення Закону України № 4074-IX від 20 листопада 2024 року, яким до системи кримінальних покарань було включено новий вид – позбавлення державної нагороди України. Зазначений Закон набрав чинності 21 листопада 2024 року, що підтверджується даними про його офіційне оприлюднення. Із цього моменту ст. 51 Кримінального кодексу України (далі – КК України) було доповнено новим видом покарання, а у ст. 52 КК України закріплено положення про те, що таке покарання може застосовуватися як додаткове (разом з основним покаранням).

Зміст покарання у виді позбавлення державної нагороди закріплено у ст. 54-1 КК України, що має бланкетний характер і відсилає до Закону України «Про державні нагороди України». Норма ст. 54-1 КК України передбачає, що особа, засуджена за тяжкий чи особливо тяжкий злочин, кримінальне правопорушення проти основ національної безпеки України, проти миру, безпеки людства та міжнародного правопорядку, а також кримінальне правопорушення, передбачене статтями 258-258-5, 260, 261 КК України, яка має державну нагороду України, може бути позбавлена за обвинувальним вироком суду такої державної нагороди України [2]. Включення цієї норми в структуру КК України нормативно оформило позбавлення нагороди як кримінально-правову санкцію, що застосовується за вчинення найбільш суспільно небезпечних діянь.

Юридична суть цього покарання полягає в остаточній і безстроковій втраті всіх прав і привілеїв, пов’язаних із державною відзнакою. Відповідно до чинного законодавства, разом із припиненням статусу нагородженої особи припиняється й можливість користуватися встановленими для неї соціальними гарантіями. Зокрема, згідно з частиною третьою статті 3 Закону України «Про щомісячну грошову виплату деяким категоріям громадян» від 27 липня 2022 року № 2454-IX, особа, позбавлена державної нагороди України, а також члени сім’ї такої особи втрачають право на отримання щомісячної грошової виплати [3]. Позбавлення державної нагороди України має чітко визначені матеріально-правові наслідки, що посилюють його каральний характер. За своєю сутністю це покарання спрямоване на повне припинення всіх правових наслідків, які виникли внаслідок отримання нагороди, і остаточно позбавляє особу прав та пільг, передбачених спеціальними законами.

Водночас необхідно наголосити, що позбавлення державної нагороди може бути застосоване лише до особи, яка фактично має відповідну відзнаку, тобто це покарання має спеціальний суб’єктний характер і спрямоване на обмежене коло осіб. Види нагород, щодо яких може застосовуватися статті 54-1 КК України, прямо визначені у Законі України «Про державні нагороди України». Це, зокрема, звання Герой України; орден; медаль; відзнака «Іменна вогнепальна зброя»; почесне звання України; Державна премія України; президентська відзнака [1]. У цьому контексті особливої уваги заслуговує те, що коло державних нагород є вичерпним, а отже, не допускається поширення

дії цього покарання на інші форми заохочення. Така чіткість законодавчого регулювання забезпечує правову визначеність і унеможливлює довільне чи надмірне застосування санкції. Крім того, спеціальний суб'єктний характер покарання підкреслює його екстраординарність, адже застосування позбавлення державної нагороди свідчить про визнання поведінки особи такою, що кардинально суперечить моральним, державним і суспільним цінностям, які символічно уособлює нагорода.

З урахуванням включення позбавлення державної нагороди України до системи кримінальних покарань особливого значення набуває врегулювання порядку виконання цього покарання. Виконання покарання у виді позбавлення державної нагороди України здійснюється за спеціальною процедурою, закріпленою у ст. 29-1 Кримінально-виконавчого кодексу України (далі – КВК України), що підкреслює особливу правову природу цього виду покарання. Так, суд, який постановив вирок про позбавлення засудженого державної нагороди України, протягом трьох робочих днів після набрання ним законної сили направляє копію вироку Президентові України та Міністерству юстиції України. Подальша офіційна публікація резолютивної частини вироку в державних друкованих виданнях і на веб-сайті Президента забезпечує публічний характер акту позбавлення нагороди, що має важливе значення для відновлення суспільної довіри та утвердження принципу справедливості. Крім того, Міністерство юстиції України виступає координуючим органом, який забезпечує доведення інформації про факт позбавлення нагороди до всіх органів, відповідальних за надання пільг та соціальних гарантій нагородженим особам, що дає змогу ефективно припинити дію всіх пов'язаних із нагородою прав [4]. Порядок виконання цього покарання демонструє інтеграцію кримінального, адміністративного та інформаційного механізмів, що забезпечує повноту й послідовність реалізації правових наслідків позбавлення державної нагороди.

Важливою є проблема практичного застосування цього інституту. Уже перші вироки після набрання чинності ст. 54-1 КК засвідчили, що суди нерідко продовжують застосовувати традиційні підходи до оцінки нагород як характеристики особи. Наприклад, у вироку Ужгородського міськрайонного суду Закарпатської області від 9 грудня 2024 року у справі № 308/14954/23 (провадження № 1-кп/308/74/24) суд, врахувавши дані про особу засудженого, зокрема наявність у нього низки нагород, дійшов висновку про можливість його виправлення без реального відбування покарання. Відповідно до цього вироку засуджено ОСОБА_6 за ч. 1 ст. 436-1 КК України у поширенні та публічному використанні символіки комуністичного тоталітарного режиму, що створює загрозу національному та міжнародному правопорядку через потенційне поширення кримінальних практик таких режимів [5]. З огляду на принцип невідворотності покарання, використання факту наявності державних нагород як підстави для зменшення ступеня суспільної небезпеки вчиненого правопорушення за цією статтею є необґрунтованим. Така практика свідчить про збереження соціальних стереотипів, що підсилює доцільність

запровадження нового виду покарання, покликаного відновити баланс між принципами справедливості та суспільними очікуваннями. Як зазначають О.І. Ющик та Дякур М.Д. «необхідність такого законодавчого закріплення пов'язана із тим, що особи, маючи державну нагороду, популяризують та пропагують державу-агресора чи вчиняють інші протиправні діяння проти України, що ганьбить таке звання, а також послаблює нашу державу і знижує можливість у найближчий час досягти перемоги у війні» [6, с. 930-934]. Ця думка підкреслює, що державна нагорода є не лише символічною відзнакою, а й носієм довіри та авторитету держави, а її неправомірне використання завдає шкоди національним інтересам.

Не менш суттєвим є питання забезпечення реалізації наслідків цього покарання. Хоча ст. 29-1 КВК України встановлює чітку процедуру виконання, практика показує, що можуть виникати затримки у повідомленні зацікавлених органів або труднощі у припиненні надання пільг, особливо коли вони призначені різними державними структурами. Це потребує створення ефективної міжвідомчої взаємодії та, можливо, окремих підзаконних актів, що деталізують механізм комунікації між судом, Міністерством юстиції України та іншими органами.

Отже, позбавлення державної нагороди України є специфічним видом кримінально-правового покарання, яке поєднує моральні, соціальні та правові наслідки, спрямоване на повне припинення правового статусу нагородженої особи та усунення всіх пов'язаних із нагородою прав і пільг. Включення цього інституту до системи кримінальних покарань Законом № 4074-IX від 20 листопада 2024 року нормативно оформило його як додаткове покарання, що застосовується за вчинення тяжких та особливо тяжких злочинів, а також діянь, що загрожують національній безпеці та міжнародному правопорядку. Спеціальний суб'єктний характер покарання, чітко визначене коло державних нагород та встановлена процедура його виконання підкреслюють його винятковий характер і забезпечують правову визначеність, публічність та інтеграцію кримінального, адміністративного й інформаційного механізмів. Практика застосування нового виду покарання демонструє необхідність усунення соціальних стереотипів щодо значення нагород і забезпечення ефективної міжвідомчої взаємодії для реалізації його наслідків, що сприяє утвердженню принципів справедливості, відновленню суспільної довіри та посиленню державного авторитету.

Список використаних джерел та літератури

1. Закон України «Про державні нагороди України» : Закон України від 16.05.2000 № 1549-III. База даних «Законодавство України». Верховна Рада України. Дата оновлення: 30.08.2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1549-14#n9 (дата звернення: 07.12.2025).
2. Кримінальний кодекс України : Закон України від 05.04.2001 № 2341-III. База даних «Законодавство України». Верховна Рада України. Дата

оновлення: 17.07.2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text (дата звернення: 07.12.2025).
3. Про щомісячну грошову виплату деяким категоріям громадян : Закон України від 27.07.2022 № 2454-IX. База даних «Законодавство України». Верховна Рада України. Дата оновлення: 23.10.2025. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2454-20#Text (дата звернення: 07.12.2025).
4. Кримінально-виконавчий кодекс України : Кодекс України від 11.07.2003 № 1129-IV. База даних «Законодавство України». Верховна Рада України. Дата оновлення: 12.09.2025 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1129-15#Text (дата звернення: 09.12.2025).
5. Вирок Ужгородського міськрайонного суду Закарпатської області від 09 грудня 2024 року у справі № 308/14954/ 23, провадження № 1-кп/308/74/24. Єдиний державний реєстр судових рішень. URL: https://reyestr.court.gov.ua/Review/123587396 (дата звернення: 09.12.2025).
6. Ющик О. І., Дякур М. Д. Позбавлення державної нагороди України як вид покарання. *Аналітично-порівняльне правознавство.* 2025. № 2. С. 930–934. URL: http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/328027 (дата звернення: 09.12.2025).

Орєщенко Катерина Володимирівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ПОВНОВАЖЕННЯ ДЕРЖАВНИХ ОРГАНІВ У СФЕРІ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ

Актуальність дослідження повноважень державних органів у сфері охорони державної таємниці зумовлена зростанням загроз інформаційній безпеці України в умовах воєнного стану, інтенсивних кібератак, гібридних

операцій та необхідністю забезпечення належного режиму секретності під час діяльності органів державної влади. Чітке розмежування функцій Служби безпеки України як спеціально уповноваженого органу, повноважень Державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації щодо технічного й криптографічного захисту, а також ролі інших суб'єктів, які працюють з секретною інформацією, визначає ефективність захисту державних інтересів і запобігає витоку даних, що становлять державну таємницю. Вивчення цього питання дає можливість оцінити відповідність чинного механізму міжнародним стандартам, виявити прогалини у взаємодії органів та сформувати підходи до зміцнення системи охорони секретної інформації в умовах сучасної безпекової ситуації.

Державна таємниця в самому загальному визначенні являє собою певну інформацію у сфері оборони, економіки, науки і техніки, зовнішніх відносин, державної безпеки та охорони правопорядку, розголошення якої може завдати шкоди національній безпеці держави і яка спеціально охороняється державою [1, с. 3].

Охорона державної таємниці є невід'ємною складовою системи інформаційної безпеки, яка гарантує незалежність, суверенітет та територіальну цілісність країни. Проте, на жаль, порушення режиму секретності щодо відомостей, які становлять державну таємницю, залишається однією з найбільших загроз у цій сфері. Неналежне забезпечення конфіденційності чутливої інформації може призвести до витоку даних, які можуть бути використані на шкоду національним інтересам. Саме тому питання вдосконалення системи організаційно-правових заходів щодо охорони державної таємниці набуває особливої ваги. Ефективне функціонування відповідної нормативно-правової бази, чіткий розподіл повноважень та обов'язків між державними органами, а також впровадження новітніх технологій захисту інформації є запорукою мінімізації ризиків у цій делікатній сфері [2, с. 193].

Загалом, державну політику щодо державної таємниці як складову засад внутрішньої та зовнішньої політики визначає Верховна Рада України. Президент України, забезпечуючи національну безпеку і її складову – інформаційну безпеку, видає укази та розпорядження з питань охорони державної таємниці. Рада національної безпеки і оборони України координує та контролює діяльність органів виконавчої влади у сфері охорони державної таємниці. Кабінет Міністрів України спрямовує та координує роботу міністерств, інших органів виконавчої влади щодо забезпечення здійснення державної політики у сфері охорони державної таємниці. Центральні та місцеві органи виконавчої влади, Рада міністрів Автономної Республіки Крим та органи місцевого самоврядування здійснюють державну політику у сфері охорони державної таємниці в межах своїх повноважень, передбачених законом. Органи державної влади можуть створювати галузеві або відомчі розгорнуті переліки відомостей, що становлять державну таємницю, а також створювати міжгалузеві або міжвідомчі розгорнуті переліки відомостей, що

становлять державну таємницю. Підприємства, установи та організації незалежно від форм власності, що проводять діяльність, пов'язану із державною таємницею, за ініціативою та погодженням із замовником робіт, пов'язаних з державною таємницею, можуть створювати власні розгорнуті переліки відомостей, що становлять державну таємницю. Такі переліки погоджуються із СБУ та затверджуються державними експертами з питань таємниць та реєструються у СБУ [3, с. 159].

Базуючись на вивченні структури національної системи охорони «державної таємниці» вченими було виділено дві групи основні суб'єктів, які входять до означеної системи. А саме: 1) суб'єкти із специфічними, притаманними лише їм повноваженнями та функціями: Верховна Рада України; Президент України, Рада національної безпеки і оборони України (РНБО); Кабінет Міністрів України; Служба безпеки України; Центральні (ЦОВВ) та місцеві органи виконавчої влади, Рада міністрів Автономної Республіки Крим та органи місцевого самоврядування; інші державні органи (наприклад ДССЗЗІ України); 2) суб'єкти, які виконують типові завдання, що реалізуються в усіх юридичних особах, що провадять діяльність пов'язану із «державною таємницею»: керівники в державних органах, органах місцевого самоврядування, на підприємствах, в установах і організаціях усіх форм власності (компетенція керівників обмежена тим органом, або юридичною особою, в яких вони обіймають керівну посаду); підпорядковані керівникам режимно-секретні органи (РСО); держані експерти з питань таємниць (держексперти) [4, с. 4].

Правове регулювання охорони державної таємниці в Україні здійснюється на підставі комплексу нормативно-правових актів різної юридичної сили. Фундаментальні засади закріплені в Конституції України, яка гарантує непорушність державного суверенітету та територіальної цілісності нашої держави. Водночас, положення Основного Закону необхідно розглядати у нерозривному зв'язку із спеціалізованими законодавчими актами, що формують правову основу охорони державної таємниці. Зокрема, ключову роль відіграють Закони України «Про державну таємницю», «Про інформацію», «Про національну безпеку України», «Про доступ до публічної інформації», та «Про захист персональних даних». Ці нормативно-правові акти визначають поняття державної таємниці, встановлюють вимоги щодо віднесення інформації до такої категорії, регламентують порядок обігу відомостей обмеженого доступу, передбачають відповідальність за порушення законодавства у цій сфері [2, с. 193].

Отже, в правовому сенсі можна говорити про державну таємницю саме в ракурсі безпекового блоку питань, розглядати державну таємницю як особливу складову національної безпеки держави. Ситуація ускладнюється тою обставиною, що наявні інформаційні правовідносини в сучасному постіндустріальному розвиненому суспільстві відіграють ключову роль. При цьому саме якість інформаційного продукту значним чином впливає на рівень його розвитку і місце держави у світі, представником якого вона власне

позиціонує себе. Для підтримки належного темпу усіх складових сталого розвитку країни, вкрай необхідне постійне оновлення інформаційних ресурсів, безперервний зв'язок між продукуванням інформації та її втіленням в конкретні соціальні, економічні та виробничі проекти тощо. А для досягнення цих цілей важливим є вільний обіг інформаційних ресурсів, доступ до них найширшого кола споживачів, забезпечення зворотного зв'язку. Вимушене обмеження інформаційного обігу у таких умовах відбувається у двох напрямах. По-перше, інформація може не мати характеру державної таємниці, чи іншої чутливої інформації, але її вільне розповсюдження може спричинити негативні суспільні наслідки, вплинути на стан забезпечення прав особи, громадянина, суспільства та держави. В таких випадках обмеження здійснюється шляхом гарантування права суб'єктів інформаційних правовідносин на свій розсуд обмежувати доступ до певної інформації, вільне поширення якої може завдати негативних наслідків саме цим суб'єктам (тобто застосовується диспозитивний принцип). По-друге, коли справа стосується певного кола безпеково чутливої інформації, що має усі ознаки державної таємниці. Тут інформаційні обмеження здійснюються регламентованим шляхом, із встановленням обов'язку стосовно обмеження поширення інформації, вільне розповсюдження якої може завдати шкоди широкому колу осіб, усьому суспільству чи державі (тобто застосовується принцип імперативності) [1, с. 4].

З урахуванням стандартів безпеки НАТО та ЄС співробітниками СБУ спільно із фахівцями Апарату РНБО України та інших заінтересованих державних органів розроблено проект Закону України «Про охорону секретної інформації», яким планується запровадити в Україні нові підходи до безпеки інформації з обмеженим доступом, охорона якої здійснюється в інтересах держави [5, с. 157].

Згідно з положеннями вказаного законопроекту основні зусилля у ході реформування системи охорони державної таємниці та службової інформації планується зосередити на вирішенні наступних питань: - об'єднання державної таємниці та службової інформації в єдину категорію інформації з обмеженим доступом, визначення терміну, еквівалентного «classified information»; - визначення на державному рівні Національного органу безпеки з покладенням всіх його функцій на Службу безпеки України; - удосконалення процедур віднесення відомостей до секретної інформації, засекречування та розсекречування матеріальних носіїв секретної інформації; - збільшення терміну проведення перевірки осіб у зв'язку з допуском їх до державної таємниці, диференціювання обсягу перевірки в залежності від ступеня секретної інформації, розширення переліку підстав, за яких допуск до державної таємниці не надається з урахуванням, у тому числі, вимог фінансового, антикорупційного законодавства та інших чинників, що роблять особу вразливою до тиску з боку іноземних спецслужб, терористичних та злочинних угрупувань тощо; - впровадження нових підходів щодо фізичної безпеки інформації з обмеженим доступом шляхом поділу зон, де циркулює

така інформація, залежно від умов зберігання матеріальних носіїв секретної інформації; - оптимізація функціонування дозвільної системи; - чітке визначення повноважень Служби безпеки України, як Національного органу безпеки, у ході проведення заходів офіційного контролю за станом охорони секретної інформації. Вбачається, що реалізація зазначених напрямів удосконалення системи охорони державної таємниці та службової інформації дозволить забезпечити адекватне і гнучке реагування на можливі загрози безпеці такої інформації, та дозволить гармонізувати та адаптувати систему охорони державної таємниці в України до вимог стандартів безпеки НАТО та ЄС [5, с. 158].

Отже, дослідження повноважень державних органів у сфері охорони державної таємниці дає змогу підкреслити, що ефективність цієї системи залежить від узгодженості між нормами законодавства, компетенцією спеціально уповноважених суб'єктів та реальними механізмами контролю за доступом, обробленням і зберіганням секретної інформації. Скоординована робота Служби безпеки України, Державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації, а також органів, що володіють чи створюють секретні відомості, формує структурально цілісний режим безпеки, у межах якого кожен суб'єкт виконує визначені законом функції. Узагальнення отриманих положень свідчить про необхідність подальшого вдосконалення процедур, підвищення відповідальності посадових осіб та інтеграції сучасних методів технічного й організаційного захисту для посилення стійкості держави до зовнішніх і внутрішніх загроз.

Список використаних джерел та літератури:

1. Державна таємниця як складова національної безпеки України. Укл.: Джус О.А., Золотарьова М.К., Копотун І.М., Макарова Т.П., Микитюк М.А., Павлюк О.О., Пасіка С.П., Пєтков С.В., Скриньковський Р.М., Сопільник Л.І., Чубенко А.Г., Шевченко А.М. Київ. ВД «Професіонал», 2023. 438 с. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/42615/1/1.pdf (дата звернення: 29.11.2025)
2. Чумаченко В. Система організаційно-правових заходів охорони державної таємниці в Україні. *Соціальне підприємництво як інструмент відновлення України.* С. 193-195. URL: https://ir.stu.cn.ua/server/api/core/bitstreams/390e67e8-0922-4537-abc8-6e54acb0c8b6/content#page=193 (дата звернення: 29.11.2025)
3. Олійник В.І. Розвиток системи охорони державної таємниці за часів незалежності України. *Науковий вісник публічного та приватного права.* 2021. С. 155-161. URL: http://www.nvppp.in.ua/vip/2021/2-2/27.pdf (дата звернення: 29.11.2025)
4. Денищук Д.Є. Адміністративно-правова охорона державної таємниці в Державній кримінально-виконавчій службі України. Diss. Кропивницький, 2024. 283 с. URL: https://www.cusu.edu.ua/images/autoreferats/2024/Denyschuk/dis_%D0%9

4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%89%D1%83%D0%BA%D0%94%D0%84.pdf (дата звернення: 29.11.2025)
5. Зуб О.О. Удосконалення законодавства України у сфері охорони державної таємниці та службової інформації з урахуванням стандартів безпеки НАТО та ЄС. *Актуальні проблеми управління інформаційною безпекою держави*. 2019. С. 155-158. URL: https://ippi.org.ua/sites/default/files/konf_04_04_2019.pdf#page=155 (дата звернення: 29.11.2025)

Шаповал Павло Ігорович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ПОВНОВАЖЕННЯ СБУ У СФЕРІ ЗАХИСТУ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ

Актуальність дослідження повноважень СБУ у сфері захисту державної таємниці зумовлена сучасним безпековим контекстом України, зокрема загрозами триваючої гібридної та інформаційної війни, необхідністю ефективного контролю за розголошенням критичних відомостей, що стосуються оборони, науки, економіки та зовнішніх відносин. Законодавчі зміни, які відбуваються в сфері режиму секретності, а також актуалізація норм щодо допусків до державної таємниці і контролю за їх дотриманням роблять вивчення цих повноважень важливим для забезпечення захищеності державних інтересів та прав громадян.

У контексті збройної агресії рф проти України проблема захисту державної таємниці набула нових масштабів і трансформувалась у критично важливий аспект національної безпеки. Зростання кіберзагроз, поширення фішингових атак, втручання у телекомунікаційні системи та використання інформаційно-психологічного впливу вимагають перегляду традиційного підходу до охорони інформації з обмеженим доступом. Особливої актуальності набуває питання узгодження дій між Службою безпеки України,

яка є головним контррозвідувальним суб'єктом у сфері державної таємниці, та кіберпідрозділами Національної поліції України, які виконують оперативно-технічні функції у сфері реагування на інциденти в кіберпросторі. Відсутність чітких юридичних механізмів обміну інформацією, розмежування повноважень і регламентації спільних дій створює загрозу розмиття відповідальності та зниження ефективності державного контролю за збереженням таємної інформації [1, с. 38].

Тематика правничих компетентностей та повноважень Служби безпеки України (СБУ) є надзвичайно актуальною в умовах сучасних викликів та загроз, з якими стикається Україна. Служба безпеки України грає ключову роль у захисті національної безпеки, забезпеченні правопорядку, боротьбі з тероризмом, корупцією та організованою злочинністю. Саме правничі компетентності та відповідні повноваження дозволяють цьому органу ефективно виконувати свої функції, оскільки Україна стикається з постійними загрозами з боку агресивних дій рф, що включають інформаційні атаки, кіберзагрози та військові провокації. СБУ є ключовою інституцією для виявлення, попередження та нейтралізації таких загроз. Також, відбуваються терористичні загрози, як всередині країни, так і ззовні, вимагають постійної готовності та високого рівня компетентності від співробітників СБУ для ефективного попередження та реагування. Безумовно, спостерігається високий рівень корупції та організованої злочинності, який вимагає від СБУ значних зусиль для виявлення та припинення незаконної діяльності тощо [2, с. 118].

Сьогодні, на СБУ покладається ряд обов'язків стосовно захисту державного суверенітету, конституційного ладу, територіальної цілісності, економічного, оборонного, науково-технічного потенціалу України, охорони державної таємниці, протидії тероризму, проведення контррозвідувальної діяльності тощо [3, с. 299].

Провідну роль у забезпеченні режиму секретності закон закріплює за Службою безпеки України, що координує всі заходи з допуску, контролю й захисту державної таємниці. Водночас окремі функції оперативного реагування на порушення режиму доступу до неї покладено на інші органи, зокрема Національну поліцію, яка діє в межах Закону України «Про Національну поліцію». Істотною властивістю державної таємниці, як предмета кримінального правопорушення, є обов'язкова наявність її специфічних ознак, без встановлення яких не може бути вирішено питання про притягнення особи до кримінальної відповідальності за вчинення кримінальних правопорушень у сфері охорони державної таємниці, кваліфікацію цих діянь та призначення покарання. Взаємозв'язок між інформаційною безпекою та державною таємницею набуває особливої актуальності в умовах цифровізації державного управління, електронного документообігу та розвитку телекомунікаційних технологій. У цьому контексті важливу роль відіграє Закон України «Про захист інформації в інформаційно-комунікаційних системах», який містить технічні та криптографічні вимоги до захисту даних, визначає правила роботи

з конфіденційною інформацією та встановлює юридичну відповідальність за порушення режиму її обробки в електронному середовищі [1, с. 39].

СБУ займається контррозвідкою для захисту держави від іноземних розвідувальних служб та зовнішніх загроз. Це включає моніторинг та блокування діяльності, яка може нашкодити національним інтересам України. Діяльність СБУ також спрямована на запобігання спробам дестабілізації внутрішньої ситуації, що є важливим у сучасних умовах інформаційної війни. Одним із важливих напрямків діяльності СБУ є захист кіберпростору України. Це передбачає вжиття заходів щодо протидії кіберзлочинам, охорони інформаційних систем держави та контролю за поширенням інформації, що може становити загрозу національній безпеці. СБУ активно залучає фахівців з кібербезпеки та модернізує інфраструктуру для ефективного захисту від кіберзагроз. СБУ також відповідає за збереження секретної інформації, що стосується сфери оборони, економіки, науки, техніки та міжнародних відносин. Забезпечення конфіденційності таких даних є важливим елементом у захисті державних інтересів, оскільки порушення може призвести до серйозних наслідків для безпеки країни [4, с. 17].

Підвищення рівня загроз у кіберпросторі стимулювало СБУ до модернізації підходів. Відомство сформувало внутрішні кіберструктури, що безпосередньо відповідають за виявлення, попередження і нейтралізацію кібератак. На сьогодні особливе місце посідає Ситуаційний центр забезпечення кібербезпеки при СБУ, який виконує роль оперативного командного вузла, у тому числі в режимі воєнного часу. Центр збирає інформацію про кіберінциденти, координує дії із суміжними органами (CERT-UA, Нацполіція, НКЦК), здійснює оперативний аналіз вразливостей у державних ІТ-системах. Служба безпеки України здійснює перевірки органів державної влади на відповідність вимогам щодо захисту державної таємниці та в разі виявлення порушень видає приписи про усунення недоліків. Найбільш вразливими залишаються локальні мережі з недостатнім шифруванням або відсутністю сертифікованого ПЗ. При цьому важливо оцінювати не лише наявність у СБУ формальних повноважень, а й реальну здатність діяти проактивно в умовах цифрової трансформації. Відсутність відкритої аналітики щодо результатів контррозвідувальних заходів ускладнює об’єктивну оцінку ефективності роботи служби. Водночас позитивним є посилення співпраці СБУ з партнерами НАТО та ЄС – зокрема, участь у спільних навчаннях, як-от «Cyber Coalition», що сприяє вдосконаленню оперативного реагування на складні кібератаки [1, с. 40].

Захист державної таємниці є ще одним важливим аспектом роботи СБУ. Служба забезпечує збереження державних секретів та інформації з обмеженим доступом. Вона контролює виконання вимог з охорони державної таємниці, що допомагає запобігти витоку важливої інформації та захистити національні інтереси України. Кібербезпека стала ще одним пріоритетом для СБУ у сучасному світі. Служба займається захистом інформаційних систем від кібератак та несанкціонованого доступу. Вона виявляє та нейтралізує

кіберзагрози, що можуть вплинути на роботу державних установ та приватних компаній. Завдяки цим заходам, СБУ сприяє безпеці цифрового простору та захисту особистих даних громадян [2, с. 121].

СБУ звітує про обов'язки правоохоронного органу під час воєнного стану, серед яких: затримка колаборантів, коректувальників вогню; знешкодження диверсійно-розвідувальних груп; фіксація переміщень ворожої техніки наряду з громадянами із офіційним чат-ботом у Telegram; кібероборона; документування доказів кримінальних правопорушень рф на території України для пред'явлення у Міжнародному кримінальному суді в Гаазі; співпраця з фондом «Повернись живим» й іншими волонтерськими організаціями і т.д. [3, с. 301].

Роль Служби безпеки України у сфері захисту державної таємниці виходить далеко за межі технічного забезпечення – ключовим чинником залишається людський фактор, зокрема витоки даних через недбалість персоналу, недостатній контроль IT-постачальників або навмисне розголошення відомостей. У зв'язку з цим СБУ має системно вдосконалювати внутрішні процедури, забезпечувати якісний відбір кадрів, розвивати міжвідомчу взаємодію та формувати професійну культуру роботи з інформацією з обмеженим доступом. Як системоутворюючий суб'єкт у цій сфері, СБУ повинна постійно адаптувати свої підходи до умов багаторівневих, у тому числі прихованих, кіберзагроз, модернізуючи інфраструктуру, підвищуючи прозорість у допустимих межах та забезпечуючи оперативну реакцію завдяки підтримці з боку держави [1, с. 40].

З урахуванням сучасних викликів, таких як тероризм, кіберзагрози та інші аспекти, що впливають на національну безпеку, важливо продовжувати вдосконалення законодавчої бази та практичних механізмів діяльності СБУ. Це забезпечить не лише підвищення ефективності роботи служби, але й зміцнить довіру суспільства до її діяльності, гарантуючи захист прав та свобод громадян. Оскільки загрози національній безпеці змінюються з кожним роком, варто запропонувати адаптацію чинного законодавства до нових викликів, зокрема в сфері кібербезпеки, інформаційних технологій і гібридних загроз. Це може включати вдосконалення нормативно-правових актів, що стосуються контррозвідувальної діяльності в умовах інформаційних війн і зростання загроз від терористичних організацій [4, с. 18].

В умовах воєнного стану законодавцям варто звернути увагу на закріплення правового статусу СБУ як ключового суб'єкта захисту державного суверенітету та територіальної цілісності. Доцільно було б запропонувати виділити повноваження СБУ в єдиному законодавчому акті, що дозволило б уникнути їх фрагментації в різних нормативно-правових документах та запобігти дублюванню повноважень іншими установами [5, с. 718].

Отже, повноваження СБУ у сфері захисту державної таємниці формують комплексну систему безпеки, що забезпечує належний режим секретності, запобігання витоку інформації та контроль за дотриманням вимог Закону

України «Про державну таємницю». Центральну роль у цій сфері відіграють експертні, дозвільні, контрольні та координаційні функції Служби, які охоплюють визначення ступеня секретності матеріалів, проведення державної експертизи, організацію допуску та доступу посадових осіб, нагляд за режимно-секретними органами, а також реагування на порушення встановлених правил. Реалізація цих повноважень дає змогу підтримувати високий рівень інформаційної безпеки держави, мінімізувати ризики шпигунства та внутрішніх загроз і забезпечувати стабільність функціонування органів влади в умовах воєнного стану та гібридних викликів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Біленець Д.А. Інформаційна безпека у сфері охорони державної таємниці: роль кіберпідрозділів Нацполіції та СБУ. *Актуальні проблеми вітчизняної юриспруденції № 2*. 2025. С. 37-44. URL: http://apnl.dnu.in.ua/2_2025/9.pdf (дата звернення: 02.12.2025).
2. Середа О.Г., Я.В. Свічкарьова. Правничі компетентності та повноваження Служби безпеки України. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: юридичні науки.* 2024. С. 118-121. URL: https://www.juris.vernadskyjournals.in.ua/journals/2024/3_2024/3_2024.pdf#page=126 (дата звернення: 02.12.2025)
3. Степановський В.С. Діяльність Служби безпеки України як суб'єкта забезпечення національної безпеки в умовах воєнного стану. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2023. С. 298-302. URL: http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/284737 (дата звернення: 02.12.2025)
4. Мех Ю.В. Адміністративно-правові засади діяльності Служби безпеки України. *Український політико-правовий дискурс*. 2025. С. 1-21. URL: https://ppdnz.com.ua/index.php/home/article/view/315 (дата звернення: 02.12.2025)
5. Степановський В.С. Служба безпеки України як суб'єкт захисту державного суверенітету та територіальної цілісності: правова основа діяльності. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2025. С. 715-719. URL: http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/327671 (дата звернення: 02.12.2025)

Набільська Кіра Геннадіївна
курсантка
Харківського національного університету
внутрішніх справ

Науковий керівник:
Пчеліна Оксана Василівна
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри кримінального процесу та
організації досудового слідства
Харківського національного університету
внутрішніх справ

ПРАВОВЕ ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «ВРАЗЛИВІ ГРУПИ НАСЕЛЕННЯ»

Визнання прав людини є найвищою людською цінністю, проте, коли йде мова про проголошення рівності у правах і свободах, часто не звертається увага на категорії населення, які з об'єктивних причин не здатні повною мірою скористатися своїми правами. Саме тому міжнародне співтовариство виділяє «вразливі групи населення» та підкреслює значущість встановлення для них додаткових гарантій, що забезпечуватимуть здійснення їхніх прав, свобод і законних інтересів на рівні з іншими особами.

Однак варто зазначити, що люди з інвалідністю, жінки та діти досі не мають належних умов для життя й роботи, не отримують достатньої підтримки від держави та суспільства, а під час збройних конфліктів їх права залишаються незахищеними. Під «факторами соціальної вразливості» Н. Андрусишин пропонує розуміти наступне «ті чинники, що впливають на появу соціального ризику. Соціальна вразливість населення виступає характеристикою особи, групи чи спільноти осіб, що відображає можливу появу соціального ризику під впливом певних чинників» [1]. О. Риндзак звертає увагу: «соціальний контекст поняття «вразливість» вказує на те, що вона стосується суспільства, його членів і характеризує незахищеність їх соціальних інтересів, а також обмеженість доступу до соціальних і культурних благ» [2]. З огляду на це, можна констатувати, що вразливими категоріями населення є особи або соціальні групи, що мають більшу, ніж інші ймовірність зазнати негативних впливів від соціальних, екологічних факторів, або хвороби; особи з інвалідністю; ветерани війни; колишні в'язні концтаборів; люди похилого віку; жінки, діти, представники різного роду меншин» [3, с. 2].

Закріплення правового визначення «вразливі групи населення» стало більш актуальним після Другої Світової війни. З того моменту розпочалося активне створення програми посилення захисту прав людини на міжнародному рівні. Зокрема, в 1945 році був прийнятий Статут ООН, аби

«знову утвердити віру в основні права людини, у гідність і цінність людської особистості, у рівноправність жінок та чоловіків, і в рівність прав більших та малих націй»[4]. Загальна декларація прав людини 1948 року також проголошує, що «визнання гідності, яка властива всім членам суспільства, і рівних та невід'ємних їх прав є основою свободи, справедливості та загального миру» [5]. Вищезазначені положення віднайшли своє місце у міжнародних пактах, а саме:

– Міжнародний Пакт про громадянські та політичні права 1966 року. Документ закріплює, що «кожна держава, яка бере участь у Пакті, зобов'язана поважати і забезпечувати всім особам, що перебувають у межах її території та під її юрисдикцією, права, незважаючи на расу, колір шкіри, стать, мову, релігію, політичні або інші переконання, національне чи соціальне походження, майновий стан тощо». Також у Статті 3 закріплюється, що «держави, зобов'язані забезпечити рівне для жінок та чоловіків право користування усіма громадянськими та політичними правами» [6];

– Міжнародний Пакт про економічні, соціальні та культурні права 1966 року. Документ містить подібні положення про недискримінацію [7].

Окрім цього, рівність усіх людей перед законом і судом, недопустимість дискримінації закріплені в положеннях Конвенції про ліквідацію усіх форм расової дискримінації 1965 року [9], Конвенції ООН про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок 1979 року [11], Конвенції про зловживання в галузі міграції і про забезпечення працівникам-мігрантам рівних можливостей і рівного ставлення 1975 року [10], Конвенції про статус біженців 1951 року [8], Конвенції ООН про права дитини 1989 року [12] тощо.

Міжнародно-правовий захист кожної вразливої групи населення має свої особливості. До прикладу, положення Конвенції про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок стверджують, що «держави повинні засуджувати дискримінацію щодо жінок у всіх її формах та застосовувати заходи гарантування їм здійснення і користування правами людини та основними свободами на рівні з чоловіками» [11].

Також варто зазначити, що, за підсумками Конференції ООН з навколишнього середовища та розвитку 1992 року, було прийнято Декларацію з навколишнього середовища та розвитку в Ріо-де-Жанейро. Законодавець відмітив, що слід приділяти особливу увагу щодо захисту та просвіті вразливих груп населення, до яких входять діти, молоді, жінки, корінні народи та найбідніші верстви; а також потребам людей похилого віку та осіб з інвалідністю у медичному обслуговуванні [13].

У жовтні 2005 року держави-члени ООН ухвалили Загальну декларацію про біоетику та права людини. У Статті 8 постає питання щодо проголошення людської вразливості як основного принципу біоетики та забезпечення окремих осіб та групи належним захистом при розробці та застосуванні медичних, наукових та технологічних знань. У змісті декларації вказується низка обставин, які можуть призвести окремих людей та групи до вразливості,

до прикладу: хвороба; інвалідність; інші особисті умови; умови довкілля та обмежені ресурси [14].

У національному законодавстві багатьох держав, зокрема й України, також визначено групи населення, які потребують особливого захисту з боку держави та суспільства. Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Стратегії подолання бідності» від 16 березня 2016 року № 161-р зауважує, що під «вразливими групами населення» слід розуміти: безробітних; працюючих осіб, заробітна плата яких є меншою за мінімальну; осіб, що отримують низькі доходи від індивідуальної або підприємницької діяльності (5,5% від сукупних доходів домогосподарств); осіб пенсійного віку; жінок; дітей; ВІЛ-інфікованих; хворих на СНІД; хворих на туберкульоз; осіб, які відбули покарання у вигляді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк; безхатніх осіб; представників національних меншин; осіб з інвалідністю; дітей-сиріт; дітей, позбавлених батьківського піклування; внутрішньо переміщених осіб» [15].

Більше того, поняття «вразливі групи населення» закріплене в Законі України «Про соціальні послуги». Згідно з п. 3 ч. 1 ст. 1 вразливі групи населення – «це особи або сім'ї, що мають найвищий ризик впливу складних життєвих обставин через несприятливих зовнішні або внутрішні чинники» [16]. У зазначеному законі також дається визначення «складні життєві обставини», під якими законодавець розуміє «обставини, що негативно впливають на життя, стан здоров'я та розвиток особи, функціонування сім'ї, які особа чи сім'я не можуть подолати самостійно». До «чинників, що можуть зумовити складні життєві обставини», законодавець відносить: похилий вік; часткову або повну втрату рухової активності чи пам'яті; невиліковні хвороби; хвороби, що потребують тривалого лікування; психічні та поведінкові розлади; розлади, що виникли внаслідок вживання психоактивних речовин; інвалідність; бездомність; безробіття; малозабезпеченість особи; поведінкові розлади у дітей через розлучення батьків; ухилення батьками або особами, що їх замінюють, від виконання своїх обов'язків із виховання дитини; жорстоке поводження з дитиною; насильство за ознакою статі; домашнє насильство; потрапляння в ситуацію торгівлі людьми; шкода, завдана пожежею, стихійним лихом, катастрофою, бойовими діями, терористичним актом, збройним конфліктом, тимчасовою окупацією» [16].

Окремо є потреба зауважити, що повномасштабна війна значно вплинула на українське суспільство. Приналежність до української нації та факт проживання на українській землі стали факторами ризику, які дійсно загрожують життю та здоров'ю. Зокрема, у 2022 році прийнято Закон України «Про соціальний і правовий захист осіб, стосовно яких встановлено факт позбавлення особистої свободи внаслідок збройної агресії проти України, та членів їх сімей», який передбачає щорічну державну та одноразову державну грошову допомогу особам, які були позбавлені особистої свободи внаслідок збройної агресії росії проти України, та членам сімей таких осіб. Згодом такі люди зможуть отримати від держави медичну та реабілітаційну, серед іншого

психологічну, допомогу, санаторно-курортне лікування, а також відшкодування витрат на професійну правничу допомогу [17].

Отже, правове визначення поняття «вразливі групи населення» є актуальним як на міжнародному, так і на національному рівнях, адже воно слугує основою для розробки ефективних механізмів захисту прав та інтересів найбільш незахищених верств суспільства. Чітке визначення цього поняття дозволяє визнати осіб, які потребують особливої уваги та підтримки, та забезпечити їм належний рівень соціальних гарантій та правового захисту.

На сьогодні спостерігається тенденція щодо закріплення правового статусу вразливих груп через різноманітні міжнародно-правові акти та національні закони. Тим не менш, відсутність єдиного та ґрунтовного визначення ускладнює стандартизацію підходів до їх захисту. В Україні це питання врегульовано в Законі «Про соціальні послуги» та інших нормативно-правових актів, однак необхідність подальшого вдосконалення законодавства залишається нагальною.

Список використаних джерел та літератури:

1. Андрусишин Н. Соціальна вразливість населення: дефініції, підходи до розуміння та оцінювання. *Економіка та суспільство*. Випуск № 37. 2022. URL:https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/1216/1171. (дата звернення: 12.12.2025).
2. Риндзак О.Т. Соціальна вразливість населення та її понятійно-термінологічне забезпечення. *Економіка та суспільство*. Випуск № 33. 2021. URL: https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/947/905. (дата звернення: 12.12.2025).
3. Радчук О.П. Європейська Конвенція про захист прав найбільш вразливих верств населення. *Теорія і практика правознавства*. Вип. 1 (5). 2014. С. 1–14. (дата звернення: 12.12.2025).
4. Статут Організації Об’єднаних Націй від 26 червня 1945 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_010#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
5. Загальна декларація прав людини від 10 грудня 1948 р. URL: https://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995_015. (дата звернення: 12.12.2025).
6. Міжнародний пакт про громадянські і політичні права від 16 грудня 1966 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_043. (дата звернення: 12.12.2025).
7. Міжнародний пакт про економічні, соціальні і культурні права від 16 грудня 1966 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_042#Text. (дата звернення: 12.12.2025).

8. Конвенція про статус біженців від 28 липня 1951 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_011#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
9. Міжнародна конвенція про ліквідацію всіх форм расової дискримінації від 21 грудня 1965 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_105#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
10. Конвенція про зловживання в галузі міграції і про забезпечення працівникам-мігрантам рівних можливостей і рівного ставлення від 24 червня 1975 року № 143. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993_163#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
11. Конвенція Організації Об'єднаних Націй про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок від 18 грудня 1979 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_207#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
12. Конвенція про права дитини від 20 листопада 1989 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_021#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
13. Rio Declaration on Environment and Development: report of the United Nations Conference on environment and development, Rio de Janeiro, 3-14 June 1992, URL: https://www.un.org/en/development/desa/population/migration/generalassembly/docs/globalcompact/A_CONF.151_26_Vol.I_Declaration.pdf. (дата звернення: 12.12.2025).
14. Universal Declaration on Bioethics and Human Rights: 19 October 2005, Paris, France. URL: https://www.unesco.org/en/legalaffairs/universaldeclarationbioethics-and-human-rights. (дата звернення: 12.12.2025).
15. Стратегія подолання бідності: затв. Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 16 березня 2016 року № 161-р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/161-2016-p#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
16. Про соціальні послуги: Закон України від 17 січня 2019 року № 2671-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/ 2671-19#Text. (дата звернення: 12.12.2025).
17. Про соціальний і правовий захист осіб, стосовно яких встановлено факт позбавлення особистої свободи внаслідок збройної агресії проти України, та членів їхніх сімей: Закон України від 26 січня 2022 року № 2010-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2010-20#Text. (дата звернення: 12.12.2025).

Сіітов Руслан Максутович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Національного університету
«Запорізька політехніка»

Науковий керівник:
Кириченко Юрій Вікторович
доктор юридичних наук, професор,
завідувач кафедри "Політологія та
загальноправові дисципліни"
Національного університету
«Запорізька політехніка»

ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ ЯК КЛЮЧОВА ЦІЛЬ СТАЛОГО РОЗВИТКУ УКРАЇНИ

У вересні 2000 року на основі Декларації тисячоліття та рекомендацій всесвітніх конференцій, які проводилися протягом дев'яностих років XX століття, була прийнята безпрецедентна глобальна угода "Цілі розвитку тисячоліття", яку підписали 189 країн світу. В 2015 році Організація Об'єднаних Націй (ООН) розробила та прийняла новий набір глобальних цілей, відомих як Цілі сталого розвитку, які мають бути досягнуті до 2030 року [1]. Цей документ є більш масштабним, ніж попередній, він ґрунтується на прогресі, досягнутому за роки реалізації та зосереджується на нових викликах продовж цього часу.

Питання гендерної рівності, що визначена як одна з ключових цілей, стали у багатьох країнах світу, в тому числі і в Україні, темою різноманітних досліджень, крім того не припиняються дискусії навколо проблеми гендерної рівності, яка полягає саме в зміні загальних уявлень про роль жінок і чоловіків та створенні рівних умов для їх повноцінної реалізації у всіх сферах життєдіяльності. Однак, для їх виконання необхідно забезпечити взаєморозуміння між представниками обох статей і спрямувати їх зусилля на досягнення загальної мети. Ми вважаємо, що ключем для розв'язання цієї проблематики є зміна підходу до розуміння гендерної рівності та позбавлення гендерних стереотипів, зокрема понять: "рівність" та "гендер", а також формування у кожної людини гендерної компетентності, тобто вміння розуміти, визнавати та враховувати різниці між гендерами, а також вміння працювати з цими різницями для досягнення гендерної рівності та справедливості. Це надасть можливість ефективно модернізувати національне законодавство, що матиме позитивний вплив на правотворчість і правозастосовний процес.

Досліджуючи категорію "рівність", варто наголосити, що це надзвичайно складне й багатоаспектне явище, що є предметом вивчення низки

суспільних наук: філософії, соціології, політології, психології, економіки, права та ін. При цьому, як вважає І. О. Грицай "рівність є досить абстрактним поняттям та разом із тим виступає регулятором суспільних відносин" [2, с. 15].

Таким чином, рівність – це створення однакових умов і можливостей для кожної людини, є постійно змінюваним суспільним явищем та в першу чергу має соціальне значення.

Питання рівності в українському суспільстві втілюється передусім на державному рівні та регулюються Конституцією і законами України. Так, у ч. 1 ст. 24 Конституції України встановлено, що "громадяни мають рівні конституційні права і свободи та є рівними перед законом" [3]. Водночас необхідно вирізняти формальну та фактичну рівність. У правовій державі забезпечується тільки юридична, формальна рівність між людьми. Тобто фактичної рівності між людьми немає й бути не може, оскільки всі відрізняються за своїми індивідуальними можливостями, а саме: за своїми фізичними і психічними можливостями, за рівнем майнового стану, політичними, релігійними та іншими переконаннями і характеристиками. І тому ніяке право не в змозі зрівняти їх. Як зазначає Г. С. Журавльова, "за своєю природою формальна рівність визначає рівність можливостей, які випливають насамперед із вимоги формальної визначеності писаного права, яке має задовольняти вимоги рівності" [4, с. 77].

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови встановлено, що термін "гендер" має два значення: по-перше, відмінність між чоловіками і жінками за анатомічними ознаками; по-друге, соціальний розподіл, який часто базується на статевих відмінностях, але не обов'язково збігається з ними [5, с. 230].

Слід зазначити, що активне використання в багатьох європейських країнах поняття "гендер" у новому значенні свідчить, що останнім часом відбулося не лише переосмислення проблеми відносин статей, а й те, що їх стали розглядати як форму соціальної організації. Гендер розуміється як організована модель соціальних відносин між жінками і чоловіками, яка не лише характеризує їх спілкування і взаємодію у сім'ї, а й визначає їх соціальні відносини в основних інституціях суспільства. Також гендер – це система цінностей жінок і чоловіків, їх ролей, характеристик і зв'язків, набутих ними як особистостями в процесі взаємовідносин і взаємодії, що визначається громадсько-політичним і соціально-економічним контекстом їх життя. Таким чином, термін "гендер" має соціальний характер, що передбачає ту чи іншу поведінку для жінок і чоловіків, властиву конкретному суспільству.

Згідно абз. 17 ст. 1 Закону України "Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків" від 08 вересня 2005 року, "гендерна рівність - рівний правовий статус жінок і чоловіків та рівні можливості для його реалізації, що дозволяє особам обох статей брати рівну участь у всіх сферах життєдіяльності суспільства" [6]. Тобто вказане визначення можна розглядати як правову категорію, а також як ідею та один із основних принципів права.

Враховуючи конкретні соціальні умови, у яких розгортається діяльність у напрямі досягнення гендерної рівності не можна не погодитись з тим, що сучасний рівень правового регулювання не забезпечує ліквідації соціально фактичної нерівності по статі та не може гарантувати жінкам і чоловікам рівні можливості. Саме тому одним із головних напрямів державної політики щодо забезпечення гендерної рівності в Україні є розроблення та вдосконалення національного законодавства, а також необхідно постійно визначатися із змістовним наповненням категорій “рівність”, “гендер”, “гендерна рівність”.

Список використаних джерел та літератури:

1. Резолюція Генеральної Асамблеї Організації Об’єднаних Націй від 25 вересня 2015 р. № 70/1.
2. Грицай І. О. Механізм забезпечення принципу гендерної рівності: теорія та практика: монографія. Київ: “Хай-Тек Прес”, 2018. 560 с.
3. Конституція України від 28 червня 1996 р. *Відомості Верховної Ради України*. 1996. № 30. Ст. 141.
4. Журавльова Г. С. Формальні аспекти змісту принципу рівності в конституційному праві. *Часопис Київського університету права*. 2016. № 1. С. 75-80.
5. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. та голов. ред. В. Т. Бусел. Київ, Ірпінь: Перун, 2005. 1728 с.
6. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків: Закон України від 08 вересня 2005. *Відомості Верховної Ради України*. 2005. № 52. Ст. 561.

Лисюк Артьом Миколайович
курсант групи ННІ1-24-203Пр
Харківського національного університету
внутрішніх справ

Науковий керівник:
Пчеліна Оксана Василівна
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри кримінального процесу та
організації досудового слідства
Харківського національного
університету внутрішніх справ

ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ БЕЗОПЛАТНОЇ ПРАВНИЧОЇ ДОПОМОГИ У КОНТЕКСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРАВА НА ЗАХИСТ У КРИМІНАЛЬНОМУ ПРОВАДЖЕННІ

Право на професійну правничу допомогу гарантовано низкою нормативно-правових актів. Зокрема, вказане право закріплено в ст. 59 Конституції України [1], положеннях міжнародно-правових договорів, які ратифікувала Україна, наприклад, ст. 6 Конвенції про захист прав людини і основоположних свобод (далі – ЄКПЛ) [2]. Проте більш детальну регламентацію право на професійну правничу допомогу отримало в положеннях спеціального законодавчого правового акта, що регулює надання безоплатної правничої допомоги, - Закону України «Про безоплатну правничу допомогу». В останньому безоплатну правничу допомогу визначено «правничу допомогу, як гарантовану державою послугу, що надається повністю або частково за рахунок коштів Державного бюджету України, місцевих бюджетів та інших джерел» [3].

Можливість отримати безоплатну правничу допомогу є одним із ключових елементів реалізації права на захист у кримінальному процесі. Вона гарантує кожному громадянину рівні можливості відстоювати свої інтереси незалежно від матеріального становища. Крім того, правова обізнаність і доступ до кваліфікованого захисника нерідко визначають результат досудового розслідування та судового розслідування. Таким чином, забезпечення доступності правничої допомоги стає потужним орієнтиром дотримання справедливості, рівності та верховенства права. Тому можна стверджувати, що якість, своєчасність та доступність цієї допомоги безпосередньо впливають на легітимність будь-якого кримінального провадження, оскільки забезпечують належне виконання норм Кримінального процесуального кодексу України (далі - КПК України), які деталізують підстави, умови та порядок участі захисника в провадженні (ст. ст. 48–53 КПК України) [4]. Водночас брак ефективного захисту, особливо на важливих

початкових стадіях кримінального провадження, може призвести до незворотного порушення прав людини.

Міжнародним орієнтиром, що має імперативне значення, в досліджуваній сфері суспільних відносин є практика Європейського суду з прав людини (далі - ЄСПЛ). Зокрема, у справі «Пантелеєнко проти України» Суд чітко підкреслив, що право на безкоштовну юридичну допомогу не може бути зведене до простої формальності і воно вимагає, щоб така допомога була не лише доступною, але й ефективною та реально, дозволяючи обвинуваченому адекватно відстоювати свої права та інтереси протягом усього провадження [5]. Мова йде про те, що недостатньо просто декларувати право на юридичну допомогу - держава повинна гарантувати її практичну реалізацію і, що не менш суттєво, практичну дієвості. В Україні часто спостерігається ситуація, коли захист надається формально, без ретельного вивчення справи, що руйнує саму ідею справедливого судочинства. Тому держава повинна забезпечити такий рівень правничої допомоги, щоб кожен підозрюваний, обвинувачений міг повною мірою реалізувати своє право на захист, незалежно від матеріального становища чи інших обставин. Вважаю, що впровадження дієвого контролю якості, підвищення кваліфікації захисників та забезпечення належного фінансування системи безоплатної правової допомоги (далі - БПД) - це ті кроки, без яких неможливо досягти стандартів, визначених ЄСПЛ. Лише тоді, коли правова допомога буде не тільки формально наданою, а й реально ефективною, можна говорити про справжнє забезпечення права людини на захист у кримінальному процесі.

Для забезпечення ефективності системи БПД як фундаментального елемента права на захист у кримінальному процесі вдосконалення має охоплювати нормативно-правові, організаційні та фінансові елементи, адже наразі система зіткнулася із проблемою забезпечення не стільки доступності БПД, скільки якості послуг. Першочерговим завданням є підвищення професійного рівня адвокатів, які надають БПД [6, с. 159]. Хоча Закон України «Про безоплатну правничу допомогу» [3] передбачає конкурсний відбір адвокатів, необхідно посилити критерії їхнього відбору, зокрема, шляхом впровадження обов’язкової спеціалізації та підвищених вимог до досвіду ведення кримінальних справ, а також запровадити регулярну, об’єктивну атестацію чи оцінку їхньої кваліфікації. У зв’язку з цим доцільно буде переглянути положення, що регулюють проведення конкурсу, з метою акцентування на практичному досвіді у складних категоріях кримінальних проваджень, зокрема про корупційні або організовані злочини.

Щоб гарантувати якісний захист та подолання проблеми формального ставлення до справи, необхідно запровадити дієві механізми контролю за роботою адвокатів. Цей контроль створить систему, яке дозволить гарантувати особам, які звернулися по правничу допомогу, якість послуг, а адвокатам чи юристам системи БПД забезпечить захист від необґрунтованих звинувачень [7, с. 203]. Важливою складовою цього контролю є посилення ролі центрів БПД у моніторингу якості наданої правничої допомоги, а також

встановлення деталізованих та уніфікованих стандартів надання правничої допомоги. Це дозволить суттєво мінімізувати ризики поверхневого або формального виконання адвокатами своїх обов'язків, забезпечуючи захист прав людини з перших хвилин провадження.

Ще одним важливим елементом оптимізації функціонування системи БПД є запровадження належного фінансового стимулювання оплати послуг адвокатів з державного бюджету, що вплине на затребуваність адвокатів до даної системи, що може включати розмір оплати праці адвокатів, які працюють у системі БПД [8, с. 78]. Невідповідна оплата праці є основною перешкодою для залучення та утримання висококваліфікованих фахівців у системі, що прямо впливає на якість захисту осіб.

Крім того, необхідно оптимізувати процедуру залучення захисника відповідно до КПК України [4]. Особливу вагу слід приділити часовим прогалинам, що виникають між моментом фактичного затримання особи згідно зі ст. 208 КПК [4] та оплати праці адвоката БПД. Це є ключовим для дотримання права на свободу та особисту недоторканність, про що йдеться у ст. 5 ЄКПЛ [2] та запобігання використанню протиправних методів отримання доказів до моменту початку ефективного захисту. Необхідне впровадження сучасної, цілодобової, автоматизованої електронної системи розподілу доручень, яка б забезпечувала максимально швидке реагування та прибуття адвоката до місця проведення процесуальних дій, незалежно від часу доби чи географічного розташування.

Отже, вдосконалення системи БПД є імперативом, фундаментальною вимогою для забезпечення верховенства права та критичним чинником у відновленні суспільної довіри до інститутів кримінальної юстиції в Україні. Головні виклики, які стоять перед системою, є забезпечення якості послуг, оперативності їх надання та належного, економічно обґрунтованого фінансування. Вирішення цих проблем вимагає не точкових, а системних законодавчих та організаційних змін, починаючи від посилення вимог до професійного рівня адвокатів, які залучаються до системи, і закінчуючи підвищенням рівня оплати їхньої праці, що є потужним стимулом до якісного виконання обов'язків.

Перспективи подальшого розвитку системи БПД мають бути чітко орієнтовані на широку цифровізацію процесів, поглиблену спеціалізацію адвокатів для роботи зі складними категоріями кримінальних проваджень, а також на створення ефективного механізму незалежного, зовнішнього контролю за їхньою діяльністю.

Список використаних джерел та літератури:

1. Конституція України: Закон України від 28.06.1996 № 254к/96-ВР. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80.
2. Конвенції про захист прав людини і основоположних свобод: Конвенція Ради Європи від 04.11.1950 № 995_004. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/995_004.

3. Про безоплатну правничу допомогу: Закон України від 02.06.2011 № 3460-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/3460-17.
4. Кримінальний процесуальний кодекс України: Закон України від 13.04.2012 № 4651-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/4651-17.
5. Справа «Пантелеєнко проти України»: Рішення Європейського суду з прав людини від 29.06.2006 № 974_274. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/974_274.
6. Бакаянова Н.М. Функціональні та організаційні основи адвокатури України: дис. ... докт. юрид. наук: 12.00.10. Одеса: Нац. у-т «Одес. юрид. акад.», 2017. 487 с. URL: http://library.megu.edu.ua:8180/jspui/handle/123456789/2798.
7. Ільків Н.В. Перспективи впровадження стандартів якості надання безоплатної вторинної правової допомоги у цивільному та кримінальному процесі: національний та європейський досвід Collective monograph. - Frankfurt (Oder): Izdevniecība «Baltija Publishing», 2020. С.190–205. URL: https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/3660.
8. Міщук І.В. Особливості надання безоплатної правової допомоги в Україні під час воєнного стану. *Актуальні проблеми вітчизняної юриспруденції* 2022. № 3. С. 74–79. URL: http://apnl.dnu.in.ua/3_2022/12.pdf.

Романюк Дмитро Іванович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Харківського національного університету
внутрішніх справ

Науковий керівник:
Ляска Оксана Петрівна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Харківського національного
університет внутрішніх справ

ПРОФЕСІЙНА МОТИВАЦІЯ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ПІДВИЩЕННЯ СЕРЕД МОЛОДИХ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

Професійна мотивація молодих працівників поліції є важливою складовою ефективності їх службової діяльності, особливо в умовах трансформаційних процесів, що відбуваються у правоохоронних органах України. Наукові підходи останнього десятиліття засвідчують, що професійна мотивація працівників силових структур формується під впливом як

внутрішніх, так і зовнішніх факторів, які відображають ціннісні орієнтації, соціальну ідентичність, рівень організаційної підтримки та індивідуально-психологічні особливості. Сучасні дослідження демонструють, що у молодих поліцейських, які перебувають на початку професійного шляху, мотиваційні пріоритети є нестабільними й значною мірою залежать від умов адаптації, зокрема від доступу до ресурсів, готовності керівництва надавати підтримку та якості професійного середовища, що визначає їх суб'єктивне відчуття компетентності, значущості та безпеки [1].

У процесі формування професійної мотивації велике значення має відчуття справедливості, прозорості та зрозумілості організаційних процедур. Молоді працівники поліції особливо чутливі до проявів інституційної недовіри, невизначеності ролей і відсутності зворотного зв'язку, що може знижувати їхню залученість, породжувати фрустрацію та формувати негативне ставлення до служби. Дослідження українських та міжнародних науковців демонструють, що рівень задоволеності роботою, як правило, вищий у тих працівників, які мають змогу брати участь у прийнятті рішень, отримують чіткі вимоги та мають доступ до ефективних механізмів професійного росту. Такий підхід узгоджується з концепцією автономії та самодетермінації, згідно з якою внутрішня мотивація підтримується тоді, коли працівник відчуває можливість впливати на власну діяльність та бачить реальні перспективи кар'єрного розвитку [2].

Проблематика стресостійкості та підтримки психічного здоров'я також є ключовою для розуміння сучасних механізмів професійної мотивації поліцейських. Молоді працівники стикаються зі значними психоемоційними навантаженнями, наслідком яких можуть бути професійне вигорання, зниження продуктивності, порушення комунікації й погіршення якості виконання службових завдань. У таких умовах особливо важливою є наявність програм психологічної підтримки, системи супервізії, навчання навичкам саморегуляції та формування адаптивних копінг-стратегій. Наукові дані свідчать, що професійне вигорання серед працівників поліції прямо корелює з низьким рівнем організаційної підтримки й відсутністю можливості отримати психологічну допомогу, тоді як участь у профілактичних програмах значно підвищує мотивацію та зменшує ризики дезадаптації [3].

Не менш важливим чинником мотиваційного розвитку молодих працівників є якість професійної соціалізації та наставництва. Дослідження останніх років підкреслюють роль досвідчених колег у формуванні ціннісних орієнтацій нових працівників та у забезпеченні їх професійної стабільності. Ефективне наставництво не лише сприяє формуванню професійних навичок, а й забезпечує молодим поліцейським відчуття соціальної підтримки, що підсилює їхню внутрішню мотивацію та знижує рівень тривожності, притаманний періоду професійної адаптації. Водночас позитивний досвід взаємодії в колективі формує у працівників почуття довіри й приналежності до організації, що є одними з основних елементів мотиваційного рівняння у сфері публічного управління та безпеки [4].

Окрему роль у розвитку професійної мотивації відіграє оцінювання ефективності праці. Молоді працівники поліції потребують не лише контролю, а передусім визнання, яке слугує важливим мотиватором і підсилює внутрішню відповідальність. Якщо система оцінювання є прозорою, зрозумілою та орієнтованою не лише на покарання, а й на розвиток, працівники проявляють вищу готовність до самовдосконалення і професійного зростання. Дослідження ефективності реформ у правоохоронних структурах інших країн засвідчують, що формування мотивуючої системи оцінювання, заснованої на принципах відкритості та партнерства, суттєво покращує ставлення працівників до організації та підвищує їхню продуктивність [5].

Узагальнення сучасних наукових підходів дозволяє стверджувати, що підвищення професійної мотивації молодих працівників поліції потребує комплексних змін, спрямованих як на розвиток особистісних ресурсів, так і на оптимізацію організаційних умов. Ефективними стратегіями є впровадження системи наставництва, регулярних тренінгів професійної майстерності, створення програм психологічної підтримки, розвиток відкритої комунікації між працівниками та керівництвом, а також формування справедливої та зрозумілої системи оцінювання результатів діяльності. Такі підходи, на думку Гуменюк О.В., дозволяють забезпечити стале зростання внутрішньої мотивації, зменшити рівень професійного стресу та запобігти появі тенденцій до вигорання, що своєю чергою сприяє підвищенню загальної ефективності правоохоронної діяльності та зміцненню професійної ідентичності молодих поліцейських [6].

Список використаних джерел та літератури:

1. Spector P. E. *Industrial and Organizational Psychology: Research and Practice*. Wiley. 2017.
2. Ryan R. M., & Deci E. L. *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press. 2017.
3. Papazoglou K., & Andersen J. P. A guide to utilizing police training as a tool to promote resilience and improve health outcomes among police officers. *Traumatology*, 2014. 20(2), 103–111.
4. Євсєєва Г. П. Психологічні особливості професійної адаптації поліцейських. *Психологія і суспільство*, 2019. №3, 45–54.
5. Maskaly J., Donner C. M., & Jennings W. G. Revitalizing the police culture debate: A cross-country comparison. *Policing: An International Journal*, 2017. 40(1), 173–186.
6. Гуменюк О. В. Організаційно-психологічні чинники професійної мотивації працівників Національної поліції України. *Вісник Національного університету внутрішніх справ*, 2020. 1(92), 112–120.

Алшевський Олексій Антонович
здобувач повної загальної середньої освіти
Комунального закладу освіти
«Міський юридичний ліцей
наукового спрямування»
Дніпровської міської ради

Науковий керівник:
Алфьорова Тетяна Миколаївна
кандидат юридичних наук, доцент,
перший проректор
Дніпровського гуманітарного університету

ВПЛИВ DEEPFAKE-КОНТЕНТУ НА ПРАВО НА ПРИВАТНІСТЬ, ЧЕСТЬ І ГІДНІСТЬ

Сьогоденне суспільство вважає, що відеодоказ — це беззаперечне підтвердження реальності. Проте сьогодні, завдяки розвитку штучного інтелекту, цифрова реальність стала пластичною. Deepfake-технології дозволяють згенерувати імітацію голосу та зовнішності будь-якої людини з неймовірною точністю. Актуальність теми зумовлена тим, що українське законодавство наразі перебуває у плачевному стані. Ми маємо справу з інструментом, який здатний зруйнувати життя людини за лічені секунди, але правова система досі не дала йому чіткого визначення.

Deepfake – це методика синтезу автентичної інформації щодо людини, яка базується на штучному інтелекті [1].

Deepfake-контент – результат використання технологій глибокого навчання та штучного інтелекту, який полягає у створенні або модифікації аудіовізуальних матеріалів (зображень, відео, аудіо), що імітують зовнішність, голос чи поведінку конкретної особи з метою формування у глядача чи слухача уявлення про їхню автентичність.

Глибоке навчання – це підмножина методів машинного навчання на основі штучних нейронних мережах із навчанням подань. Прикметник «глибоке» (англ. deep) вказує на використання декількох шарів у мережі. Використовувані методи навчання можуть бути керованими, напівкерованими та некерованими [2].

Якщо розглядати deepfake-контент з правової точки зору, йому можна дати наступне визначення: Deepfake-контент – це нематеріальний результат інтелектуальної діяльності, який може мати ознаки аудіовізуального твору, але не завжди має авторський характер. Виходячи з того, що deepfake це нове явище, логічним буде поява питання «Чому deepfake стає об’єктом правового аналізу?» і на нього є відповідь. Deepfake є об’єктом правового аналізу, оскільки він створює потенційні правові наслідки у різних сферах. Зокрема:

1. Може порушувати право на захист інтересів особи при проведенні фото-, кіно-, теле- та відеозйомок (ст. 307 ЦК України) [3].

Вищезазначений контент зазвичай використовує образи реальних осіб без їхньої згоди, перетворюючи їхнє зображення на об'єкт маніпуляцій. Згідно із ст. 307 ЦК України, кожна особа має право на своє зображення, і його використання потребує згоди особи, якщо інше не передбачено законом.

2. Може посягати на честь, гідність та ділову репутацію (ст. 297 ЦК України).

Такий контент здатен створювати ситуації, в яких особа виглядає в неправдивому світлі, наприклад, беручи участь у незаконних або аморальних діях. Ст. 297 ЦК України гарантує захист честі, гідності і ділової репутації особи. Тому будь-яке поширення інформації, у тому числі цифрового контенту, яке принижує ці права, може бути підставою для цивільно-правової відповідальності.

3. Може використовуватись у маніпуляційних або злочинних цілях.

Deepfake-технології створюють потенційні ризики для суспільства та держави, оскільки вони здатні бути використаними для шахрайства; шантажу або вимагання; втручання у вибори та політичну діяльність; дезінформація в медіа.

З цього також випливає необхідність це поняття наділити ознаками, які будуть виконувати аналітичну та кваліфікаційну функції. Тобто ці ознаки допоможуть юридично ідентифікувати deepfake-контент як окремий об'єкт правовідносин та відмежувати його від інших видів цифрового контенту. Беручи до уваги вищеописане, виникає необхідність наділити поняття наступними ознаками:

1. Штучне походження – створюється не людиною (До прикладу, відео монтаж), а алгоритмом.
2. Імітаційний характер – відтворює зовнішність чи голос реальної особи.
3. Можливість введення в оману – спроможність створювати недостовірне уявлення про події чи осіб.
4. Відсутність традиційного авторства – межа між твором людини і результатом діяльності ШІ розмита.
5. Потенційна шкода правам особи/осіб – порушення приватності, авторських і особистих немайнових прав.

Виходячи з вищеописаного, можна зробити проміжний висновок, що українське законодавство непристосовано до сьогоденних реалій. До прикладу, у Європейському Союзі правове регулювання deepfake-контенту закріплене в Акті про штучний інтелект (Artificial Intelligence Act) (Далі за текстом – «Акт»), який є першим комплексним нормативним документом, що визначає правила створення, використання та контролю систем штучного інтелекту. Цей акт спрямований на забезпечення безпечного, прозорого та етичного використання ШІ у всіх сферах суспільного життя, зокрема у сфері цифрового контенту [4].

Враховуючи вищевикладені обставини, можна дійти до висновку, що українське законодавство потребує невідкладних змін тому, пропонується внести зміни до таких законодавчих актів України:

1. Главу 22 «ОСОБИСТІ НЕМАЙНОВІ ПРАВА, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ СОЦІАЛЬНЕ БУТТЯ ФІЗИЧНОЇ ОСОБИ» Цивільного кодексу України (Відомості Верховної Ради України, 2003 р., №№ 40-44, ст. 356) доповнити статтею 308^1 такого змісту:

«Стаття 308^1. Право на захист від несанкціонованого створення та поширення синтетичного (deepfake) контенту

1. Створення, використання та поширення цифрового контенту (відео, аудіо, фото), що містить синтезоване зображення або голос фізичної особи (deepfake), допускається лише за її згодою.

2. Контент, створений за допомогою штучного інтелекту, що імітує особу, має містити обов'язкове маркування про його синтетичне походження.

3. Фізична особа має право на негайне видалення deepfake-контенту, створеного без її згоди, та відшкодування моральної і матеріальної шкоди.»

Внести зміни до таких законодавчих актів України:

1. Розділ XVI «КРИМІНАЛЬНІ ПРАВОПОРУШЕННЯ У СФЕРІ ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕКТРОННО-ОБЧИСЛЮВАЛЬНИХ МАШИН (КОМП'ЮТЕРІВ), СИСТЕМ ТА КОМП'ЮТЕРНИХ МЕРЕЖ І МЕРЕЖ ЕЛЕКТРОЗВ'ЯЗКУ» Кримінального кодексу України (Відомості Верховної Ради України, 2001 р., № 25-26, ст. 131) доповнити статтею 361^5 такого змісту:

«Стаття 361^5. Незаконне створення та розповсюдження шкідливого синтетичного (deepfake) контенту

1. Створення, використання або розповсюдження цифрового контенту, що містить штучно синтезоване зображення або голос фізичної особи (deepfake), вчинене без її згоди з метою заподіяння шкоди честі, гідності чи діловій репутації особи –

карається штрафом від півтори тисячі до п’яти тисяч неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадськими роботами на строк від шістдесяти до ста годин, або виправними роботами на строк до одного року.

2. Дії, передбачені частиною першою цієї статті, вчинені з метою шантажу, вимагання, або створення синтетичного (deepfake) контенту інтимного характеру (контенту порнографічного характеру) без згоди особи –

караються обмеженням волі на строк від одного до трьох років або позбавленням волі на строк від двох до п’яти років.

3. Дії, передбачені частинами першою або другою, вчинені з метою дестабілізації суспільно-політичної обстановки, впливу на результати виборів, роботу органів державної влади, або вчинені в умовах воєнного стану –

караються позбавленням волі на строк від семи до дванадцяти років.

4. Дії, передбачені частинами першою, другою або третьою, вчинені повторно або за попередньою змовою групою осіб –

караються позбавленням волі на строк від восьми до дванадцяти років.

5. Дії, передбачені частинами першою, другою, третьою або четвертою цієї статті, якщо вони вчинені організованою групою або якщо вони спричинили тяжкі наслідки –

караються позбавленням волі на строк від дванадцяти до п’ятнадцяти років.

Примітка. 1. Під штучно синтезованим контентом (deepfake) у цій статті слід розуміти аудіовізуальні матеріали (відео, фото, аудіо), створені або змінені за допомогою технологій штучного інтелекту (нейромереж), що з високим ступенем реалістичності імітують зовнішність, голос або поведінку фізичної особи, створюючи хибне враження про справжність такого контенту.

2. Тяжкими наслідками у цій статті (частина 5) вважається заподіяння матеріальної шкоди у великих та особливо великих розмірах, доведення особи до самогубства або замаху на нього, спричинення масових заворушень чи значне порушення роботи критичної інфраструктури або органів державної влади.»

Список використаних джерел та літератури:

1. Рябокінь М.В., Котух Є.В., Папилев О.І. Вплив технології Deepfake на FinTech сектор: поточний стан в Україні та стратегії запобігання кіберзлочинності. *Проблеми і перспективи економіки та управління*. 2024. № 1. С. 310-328. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ppeu_2024_1_28
2. Глибоке навчання. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BB%D0%B8%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D0%B5_%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%87%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F
3. Цивільний кодекс України: Закон України від 04.09.2025 № 435-IV. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/435-15/ed20250904#Text
4. The AI Act Explorer від 13.06.2024 / REGULATION (EU) 2024/1689 OF THE EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL. URL: https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=OJ:L_202401689#tit_1

Дятленко Микола Олександрович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Лежнєва Тетяна Миколаївна
кандидат юридичних наук, доцент,
в.о. завідувача кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ПІДХОДУ ДО УДОСКОНАЛЕННЯ ЗАКОНОДАВСТВА УКРАЇНИ

Загальновідомо, що Україна має намір вступити до ЄС. У зв'язку з цим в праві України з'явились та розвиваються такі правові інститути як «модернізація», «адаптація» та «гармонізація» законодавства України із законодавством ЄС. В цьому напрямку постійно здійснюються дієві законодавчі заходи. Після прийняття Закону України від 18.03.2004 «Про загальнодержавну програму адаптації законодавства України до законодавства Європейського Союзу» набула чинність низка підзаконних нормативних актів [1], [2].

Адаптація національного законодавства до вимог Європейського Союзу значно полегшується в тому випадку, коли внутрішнє законодавство держав-кандидатів вже досягло певного ступеню систематизації та узгодженості. Адже на практиці в Європейському Союзі процеси адаптації законодавства держав-членів ЄС здійснюються постійно. Яскравими прикладами слугують Директиви Ради Європейського Співтовариства, які безпосередньо регулюють окремі питання адаптації законодавства держав –членів ЄС [3], [4].

Інститути права в Україні повинні бути не тільки зорієнтовані на загальновизнані та сталі принципи європейських країн, але й на тенденції міжнародної правової уніфікації.

Наукові дослідження щодо адаптації та модернізації законодавства України велись багатьма науковцями України. Зокрема І. А. Грицяк, О. Ю. Оржель, К. К. Баранцевою [5].

О. Зельдіна та В. Гришко вивчали проблему модернізації господарського законодавства України [6].

«Ми постійно говоримо про адаптацію нашого законодавства до законодавства Європейського Союзу , про гармонізацію, зближення з ним. … Однак практика показує, що з метою вирішення проблеми мову потрібно вести не тільки про те, щоб адаптувати окремі положення. Потрібно насамперед зблизити сам підхід до законотворчості з підходом, який вироблено у країнах континентальної Європи, і який можна назвати європейським», – так відомий український вчений академік В. Мамутов визначив на одну з багатьох

ключових проблем, які виникли на практиці та в процесі досліджень щодо модернізації законодавства України [7].

Слід підкреслити, що саме В. Мамутов поставив акцент на використанні європейського підходу до удосконалення законодавства в праві України.

Академік В. Мамутов не тільки запровадив в теорію права України необхідність дослідження європейського підходу. Цей видатний український науковець виділив окремі аспекти європейського підходу:

1. Відповідальне ставлення до накопиченого досвіду правового розвитку, що знайшов відображення в законах.
2. Синтезуючий характер при сполученні прогресивних змін із забезпеченням відносної стабільності законодавства.
3. Удосконалення, а не кардинальний злам діючих правових конструкцій.
4. Збереження та розвиток кодифікації як специфічної риси європейської законотворчості
5. Функціонування механізму адаптації кодексів до нових законів, що з'являються, і нових законів до кодексів.
6. Обмеження тенденції до закономанії, тобто до видання все нових і нових законів.
7. Зменшення завантаження законів другорядними та третьорядними нормами.

Академік В. Мамутов вказав на одну із головних рис європейського законодавства, а саме – на збереженні кодифікованих актів, які діють в праві Європи вже сто і більше років. Так, Наполеонівський Комерційний кодекс Франції діє вже двісті років. Німецьке торговельне укладення використовується понад ста років. Безумовно, ці кодекси істотно змінювались на вимоги часу. Але вони залишились частиною національного законодавства вказаних країн. Комерційний кодекс Франції (Code de Commerce) від 1807 року було модернізовано в 1999 році. Торговельне укладення Австрії (Handelgesetzbuch-HGB) було розширено та перетворено в Підприємницький кодекс Австрії (Unternehmensgesetzbuch-UGB), який набрав чинності з 01 січня 2007 року [7, с.8].

Додатковий поштовх до осмислення поняття «європейський підхід» дає саме визначення його як синтезуючого. Без сприйняття синтезуючого європейського підходу до удосконалення законодавства досягти значного успіху в зближенні і гармонізації в різних галузях права України і права ЄС практично неможливо.

З процесами кодифікації українського законодавства В. Мамутов поєднував використання певних «техніко-юридичних засобів». При цьому він підкреслив, що адаптація національного законодавства України передбачає дослідження та використання конкретних «техніко-юридичних засобів» [7, с.5].

Безумовно наукова позиція академіка В. Мамутова є ґрунтовною та потребує подальшого розвитку. Для цього необхідно розширити коло досліджень правового досвіду окремих держав-членів Європейського Союзу.

Одним із прикладів ефективних кодифікаційних процесів та великого практичного досвіду адаптації національного законодавства до права ЄС можна вважати право Німеччини. Слід згадати, що німецький досвід в галузі регулювання окремих правовідносин – так зване Магдебургське право – вже використовувався протягом довгого часу в багатьох містах на українських землях, в тому числі в Києві , починаючи з ХІУ століття.

В сучасному праві Німеччини використовується принцип «суспільного блага» [8]. На нашу думку, цей принцип також слід включити як провідний до змісту поняття «європейський підхід до удосконалення законодавства».

Вважаємо, що можна узагальнити визначені вище положення та сформулювати додаткові 5 принципів європейського підходу до удосконалення законодавства України. Це такі принципи:

1. Забезпечення суспільного блага.
2. Узгодженість і стабільність законодавства.
3. Визначення мети нормативно-правового акту.
4. Обов’язковість додаткових виправлень помилок в нормативно-правих актах.
5. Ефективність в правозастосуванні.

Теоретичні аспекти поняття «європейський підхід до удосконалення законодавства» ще недостатньо досліджені. Розвиток досліджень в цьому напрямку був би доцільним в процесі модернізації законодавства України та для розвитку нового законодавства України як суверенної держави.

Список використаних джерел та літератури:

1. Про удосконалення організації роботи по приведенню національного законодавства у відповідність з Європейськими нормами і стандартами: Постанова Кабінету Міністрів України від 07 березня 2006 р. № 256 *Офіційний вісник України.* 2006. №10. Ст. 213.
2. Про затвердження плану заходів щодо виконання Загальнодержавної програми адаптації законодавства України до законодавства Європейського Союзу: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 07.03.2007 р. № 90-р. URL: http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=90-2007-%F0.
3. Директива Ради Європейського Співтовариства 85/374/ЄЕС «Про наближення законів, постанов та адміністративних положень держав-членів щодо відповідальності за неякісну продукцію» від 25 липня 1985 року № 85/374/ЄЕС. URL: http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/994_348
4. Директива Ради Європейського Співтовариства № 86/653/ЕЭС «Про зближення законодавств держав-членів ЄС щодо незалежних комерційних агентів» (Брюссель, 18 грудня 1986 року). URL: https://zakononline.ua/documents/show/158081___158081

5. Адаптація вітчизняного законодавства до норм права Європейського Союзу / І. А. Грицяк, О. Ю. Оржель, К. К. Баранцева та ін.; За ред. І. А. Грицяка. К: 2011. 360 с.
6. Зельдіна О. Гришко В. Поняття та напрямки модернізації господарського законодавства. *Юридична Україна*. 2015. № 7-8. С. 58–61.
7. В. Мамутов. Повніше використовувати техніко-юридичні засоби удосконалення законодавства. *Право України.* 2008. №2. С. 3-8.
8. Кияниця І. П. Імплементація норм міжнародного права у правовій системі ФРН: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. юрид. наук: 12.00.11 / НАН України, Ін-т держави і права ім. В. М. Корецького. К., 2004. 17 с.

Лісунова Марія Вікторівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Кириченко Олег Вікторович
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

СТАТЕВА СВОБОДА ТА СТАТЕВА НЕДОТОРКАНІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТ КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВОПОРУШЕННЯ

У сучасному суспільстві питання забезпечення прав і свобод людини є одним із найважливіших напрямів діяльності держави. Особливе місце серед таких прав займають статева свобода та статева недоторканність особи, оскільки вони безпосередньо пов'язані з людською гідністю, честю, приватним життям та фізичною недоторканністю [1]. Саме тому держава встановлює підвищений рівень кримінально-правового захисту цих благ і передбачає сувору відповідальність за їх порушення.

Сучасні тенденції розвитку кримінального права свідчать про поступовий перехід до більш гуманістичної та людиноцентричної моделі, в якій основна увага приділяється захисту прав потерпілої особи [2]. Важливим напрямом є також гармонізація національного законодавства з міжнародними стандартами, зокрема практикою Європейського суду з прав людини, яка наголошує на необхідності ефективного розслідування кримінальних правопорушень проти статевої свободи та забезпечення належного захисту жертв [3].

У розділі IV Особливої частини Кримінального кодексу України встановлена кримінальна відповідальність за кримінально протиправні діяння, які спрямовані проти статевої свободи та статевої недоторканості [4]. Тобто, законодавець поставив під кримінально-правову охорону статеву свободу та статеву недоторканість.

Під статевою свободою зазвичай розуміють право повнолітньої, дієздатної особи самостійно визначати свою поведінку у сфері статевих відносин. Це означає, що особа має право вільно вирішувати, чи вступати у статеві відносини, з ким саме, у який спосіб і за яких обставин. Основою статевої свободи є добровільність і відсутність будь-якого примусу [5]. У свою чергу статева недоторканність означає абсолютну заборону будь-яких сексуальних дій щодо особи без її згоди, а також щодо осіб, які за віком або психічним станом не можуть усвідомлювати значення своїх дій або керувати ними [6]. Особливо це стосується малолітніх та неповнолітніх осіб, щодо яких чинне законодавство України встановлює підвищені гарантії захисту.

Виходячи з цього статева свобода та статева недоторканість характеризується такими основними ознаками:

по-перше, стосується конкретної особи, тобто має особистий характер. При цьому особлива увага приділяється захисту малолітніх та неповнолітніх, визнаючи їх більш вразливою категорією, яка потребує додаткових гарантій;

по-друге, зобов'язує не порушувати зазначені цінності, тобто мова йде про абсолютний характер;

по-третє, вони перебувають під кримінально-правовою охороною держави.

Але треба мати на увазі, що категорії «об'єкт кримінально-правової охорони» та «об'єкт кримінального правопорушення» відрізняються за суттю.

Існує думка, що об'єкт кримінально-правової охорони – це цінність, поставлена під охорону кримінального закону, на яку ще не здійснено кримінально протиправне посягання, а об'єкт кримінального правопорушення – це та ж сама цінність, яка вже зазнала кримінально протиправного впливу на неї, на котру вже здійснено суспільно небезпечне посягання, передбачене Особливою частиною Кримінального кодексу України. Таким чином, кримінально протиправне посягання перетворює об'єкт кримінально-правової охорони в об'єкт кримінального правопорушення [7, с. 11].

Об'єкти кримінально-правової охорони чи кримінального правопорушення традиційно класифікують «по вертикалі» на загальний, родовий та безпосередній, при цьому про загальний об'єкт можна говорити лише на рівні об'єкта кримінально-правової охорони [8, с. 72].

Отже, родовим об'єктом статевих кримінальних правопорушень є статева свобода та статева недоторканість. У свою чергу залежно від спрямованості кримінально протиправного діяння, виходячи з визначення родового об'єкту, ми можемо визначити основний безпосередній об'єкт.

До основних складів кримінальних правопорушень належать зґвалтування; сексуальне насильство; примушування до вступу в статевий

зв'язок; статеві зносини з особою, яка не досягла віку статевої зрілості; розбещення неповнолітніх та ін. При цьому слід зазначити, що такі види кримінальних правопорушень відносяться, як правило, до латентних, що ускладнює виявлення та розслідування таких кримінально протиправних діянь, а у разі їх виявлення виникають проблеми щодо доказування вини особи, що їх вчинила.

Важливим є те, що сучасне кримінальне законодавство України, особливо після змін 2019 року, орієнтується на європейські стандарти, де ключовим критерієм є наявність або відсутність добровільної згоди потерпілої особи [3]. Тобто, навіть за відсутності фізичного насильства діяння може визнаватися кримінальним правопорушенням, якщо воно вчинене без чітко вираженої добровільної згоди.

Як свідчить судова практика, одним із найскладніших питань у справах цієї категорії є встановлення факту добровільної згоди. Верховний Суд України у своїх рішеннях неодноразово підкреслював, що відсутність фізичного опору з боку потерпілої особи не може автоматично свідчити про наявність згоди. Суд враховує широкий спектр обставин, зокрема психологічний стан потерпілої особи, наявність страху, залежності, погроз або інших форм тиску. У практиці також зустрічаються випадки, коли кримінальні правопорушення вчиняються з використанням безпорадного стану потерпілої особи, наприклад, у стані алкогольного або наркотичного сп'яніння [9]. У таких ситуаціях особа фактично позбавлена можливості висловити свою волю, що виключає можливість визнання її згоди.

Отже, статева свобода та статева недоторканність є важливими об'єктами кримінального правопорушення, які потребують належного правового захисту. Їх охорона має не лише юридичне, а й соціальне значення, оскільки сприяє забезпеченню безпеки та прав людини, її честі та гідності. Ефективність такого захисту залежить не тільки від якості законодавства, але й від практики його застосування, рівня правової культури суспільства та діяльності правоохоронних органів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Конституція України. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр (дата звернення: 07.10.2025).
2. Тацій В.Я. Кримінальне право України : підруч. URL : https://library.nlu.edu.ua/POLN_TEXT/KNIGI/Tatsiy_KK.pdf (дата звернення: 12.10.2025).
3. Практика Європейського суду з прав людини. URL : https://hudoc.echr.coe.int (дата звернення: 07.10.2025).
4. Кримінальний кодекс України. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14 (дата звернення: 07.10.2025).
5. Науково-практичний коментар до Кримінального кодексу України. URL : https://kul.kiev.ua/documents/npk_kk.pdf (дата звернення: 07.10.2025).

6. Баулін Ю.В. Кримінальне право України (Особлива частина). URL : https://library.nlu.edu.ua/POLN_TEXT/KNIGI/Baulin_KK_osobl.pdf (дата звернення: 12.10.2025).
7. Куц В. М., Кириченко О. В. Неправдиве повідомлення про загрозу громадській безпеці (кримінально-правова характеристика та заходи протидії) : монограф. Київ, Харків : Харків юридичний, 2006. 212 с.
8. Кириченко О. В., Чорний О. М., Шамара О. В. Протидія терористичним актам в Україні: кримінально-правові та кримінологічні засади : монограф. Дніпро : Дніпров. гум. ун-т, ЛІРА, 2022. 181 с.
9. Єдиний державний реєстр судових рішень (практика Верховного Суду). URL : https://reyestr.court.gov.ua (дата звернення: 18.10.2025).

Чайко Сергій Володимирович
здобувач
Науково-дослідного інституту
публічного права
https://orcid.org/0009-0002-9790-5887

Науковий керівник:
Кириченко Олег Вікторович
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

СТАН НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ КРИМІНАЛЬНО-ПРАВОВИХ ТА КРИМІНОЛОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОТИДІЇ РОЗГОЛОШЕННЮ ДАНИХ ОПЕРАТИВНО-РОЗШУКОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ АБО ДОСУДОВОГО РОЗСЛІДУВАННЯ

Кримінальним законодавством України встановлена кримінально-правова заборона за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності та досудового розслідування. Зокрема, у ст. 387 Кримінального кодексу України (далі – КК України) до кримінально-караних діянь віднесено:

1) розголошення без письмового дозволу прокурора, слідчого або особи, яка провадила оперативно-розшукову діяльність, даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування особою, попередженою в установленому законом порядку про обов’язок не розголошувати такі дані (частина 1);

2) розголошення даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування, вчинене суддею, прокурором, слідчим, дізнавачем, працівником оперативно-розшукового органу незалежно від того, чи приймала ця особа безпосередню участь в оперативно-розшуковій діяльності, досудовому розслідуванні (частина 2);

3) дія, передбачена частиною 2 зазначеної статті, якщо розголошені дані ганьблять людину, принижують її честь і гідність (частина 3) [1].

На сьогодні існує ряд наукових робіт, які присвячені проблемам кримінальної відповідальності за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності та досудового розслідування, а також протидії цим кримінально протиправним діянням кримінологічними засобами. Зокрема, у 2015 році А. А Бражник на рівні дисертаційного дослідження комплексно дослідив проблеми кримінальної відповідальності за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування. Під час дослідження ним було встановлено соціальна зумовленість кримінально-правової заборони розголошення таких даних; здійснено історичний аналіз становлення кримінальної відповідальності за розголошення кримінально значущої інформації у вітчизняному законодавстві, що дало змогу встановити йому наявність критеріїв криміналізації розголошення даних оперативно-розшукової діяльності та досудового розслідування; проведено аналіз об'єктивних та суб'єктивних ознак складу кримінального правопорушення, передбаченого ст. 387 КК України. За результатами дослідження автором було визначено напрями щодо удосконалення зазначеної кримінально-правової норми та акцентовано увагу на особливостях кваліфікації даного кримінального правопорушення [2].

Крім того, А. А. Бражник продовжив наукове дослідження за цим напрямом, зокрема ним було підготовлено ряд наукових публікації, зокрема: «Історичні передумови й соціальна зумовленість існування кримінально-правової заборони розголошення слідчої таємниці» (2016 рік) [3]; «Суб'єктивні ознаки розголошення даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування» (2017 рік) [4] та «Особливості кримінально-правової охорони честі та гідності в межах ст. 387 Кримінального кодексу України» (2019 рік) [5].

Окремі аспекти кримінальної відповідальності за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування присвячені роботи В. А. Васільєвою, А. С. Лупай, В. П. Любавіною, Н. І. Полоновою, І. І. Чугуніковим [6-9]. Ними було розглянуто питання визначення об'єкту кримінально-правової охорони при розголошенні даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування в контексті порушення принципу презумпції невинуватості; роль покарання у протидії розголошенню даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування; місце таємниці досудового розслідування серед інших таємниць, охоронюваних законом про кримінальну відповідальність; розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування як антисоціальне явище.

Таким чином, на сьогодні існує низка наукових робіт, присвячених кримінально-правовим і кримінологічним проблемам протидії розголошенню даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування в Україні. Поряд з цим на сьогодні не знайшли належного теоретичного висвітлення проблеми протидії цим кримінальним правопорушенням

кримінально-правовими та кримінологічними засобами, а також відсутні сучасні комплексні монографічні дослідження із зазначеної проблематики.

Шляхом узагальнення та систематизації наукових досліджень кримінально-правових та кримінологічних засобів протидії розголошенню даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування можемо зробити висновок про необхідність подальших досліджень за такими напрямами:

1. З метою з'ясування суті розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування та вироблення заходів щодо протидії цьому кримінально протиправному діянню потребує вивчення оперативно-розшукова діяльність та досудове розслідування як форми правоохоронної діяльності.

2. Провести аналіз об'єктивних, суб'єктивних і кваліфікуючих ознак складу кримінального правопорушення, передбаченого ст. 387 КК України, для виявлення найбільш складних й спірних положень теорії та практики застосування цієї кримінально-правової норми.

3. Встановити відповідність покарання за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування суспільній небезпечності цьому кримінально протиправному діянню та вимогам сьогодення.

4. Відсутність комплексних досліджень з вивчення кримінологічних засад протидії розголошенню даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування зумовлює дослідження таких питань: тенденції розповсюдження розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування та причинно-умовний комплекс їх детермінації, запобігання цим кримінально протиправним діянням.

Список використаних джерел та літератури:

1. Кримінальний кодекс України. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14 (дата звернення: 23.09.2025).
2. Бражник А.А. Кримінальна відповідальність за розголошення даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування (Ст. 387 КК України): аналіз складу злочину : дис. … канд. юрид. наук : 12.00.08. Харків, 2015. 237 с.
3. Бражник А. А. Історичні передумови й соціальна зумовленість існування кримінально-правової заборони розголошення слідчої таємниці. *Юридичний науковий електронний журнал.* 2016. № 6. С. 166-170. URL : http://lsej.org.ua/6_2016/49.pdf (дата звернення: 12.01.2021).
4. Бражник А. А. Суб'єктивні ознаки розголошення даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування. *Юридичний науковий електронний журнал.* 2017. № 6. С. 284-287. URL : http://www.lsej.org.ua/6_2017/84.pdf (дата звернення: 12.01.2021).
5. Бражник А. А. Особливості кримінально-правової охорони честі та гідності в межах ст. 387 Кримінального кодексу України. *Юридичний*

науковий електронний журнал. 2019. № 6. С. 322-325. URL : http://lsej.org.ua/6_2019/79.pdf (дата звернення: 12.01.2021).
6. Васільєва В. А. Деякі питання визначення об'єкту кримінально-правової охорони при розголошенні даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування в контексті порушення принципу презумпції невинуватості. *Молодий вчений*. 2019. № 4 (68). С. 339-343.
7. Лупай А. С., Любавіна В. П. Покарання за розголошенні даних оперативно-розшукової діяльності, досудового розслідування. DOI https://doi.org/10.36059/978-966-397-463-7-82 (дата звернення: 19.11.2025).
8. Полонова Н. І. Місце таємниці досудового розслідування серед інших таємниць, охоронюваних законом про кримінальну відповідальність. Юридичний науковий електронний журнал. 2017. № 2. С. 138-141. URL : https://lsej.org.ua/2_2017/38.pdf (дата звернення: 13.03.2020).
9. Чугуніков І. І. Розголошення даних оперативно-розшукової діяльності або досудового розслідування як антисоціальне явище. *Приватне та публічне право*. 2019. № 1. С. 91-100.

Романюк Анна Русланівна
здобувач вищої освіти
першого (бакалавсркього) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

ЗАХОДИ ОХОРОНИ ДЕРЖАВНОЇ ТАЄМНИЦІ

Охорона державної таємниці є гарантією незалежності, недоторканності держави та гарантування інформаційної безпеки, однією із загроз якої є порушення режиму секретності щодо інформації, яка становить державну таємницю. Суттєвий вплив на ефективність охорони державної таємниці мають організаційно-правові заходи щодо охорони державної таємниці. Створення досконалої системи таких заходів є можливим за умови дослідження суспільних відносин, які виникають у процесі реалізації організаційно-правових заходів щодо державної таємниці в Україні [1].

Згідно ст. 1 Закону України про державну таємницю, охорона державної таємниці - комплекс організаційно-правових, інженерно-технічних, криптографічних та оперативно-розшукових заходів, спрямованих на запобігання розголошенню секретної інформації та втратам її матеріальних носіїв [2].

З метою охорони державної таємниці впроваджуються такі основні організаційно-правові заходи :

– єдині вимоги до виготовлення, користування, збереження, передачі, транспортування та обліку матеріальних носіїв секретної інформації; дозвільний порядок провадження державними органами, органами місцевого самоврядування, підприємствами, установами та організаціями діяльності, пов'язаної з державною таємницею;

– обмеження оприлюднення, передачі іншій державі або поширення іншим шляхом секретної інформації;

– обмеження щодо перебування та діяльності в Україні іноземців, осіб без громадянства та іноземних юридичних осіб, їх доступу до державної таємниці, а також розташування і переміщення об'єктів і технічних засобів, що їм належать;

– особливості здійснення державними органами їх функцій щодо державних органів, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ і організацій, діяльність яких пов'язана з державною таємницею; режим секретності державних органів, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ і організацій, що провадять діяльність, пов'язану з державною таємницею;

– спеціальний порядок допуску та доступу громадян до державної таємниці;

– технічний та криптографічний захисти секретної інформації [2].

Законом України "Про державну таємницю" технічний та криптографічний захисти секретної інформації здійснюються в порядку, встановленому Президентом України, а оперативно-розшукові заходи щодо охорони державної таємниці здійснюються відповідно до Закону України "Про оперативно-розшукову діяльність".

Варто зауважити, що охорона державної таємниці технічними та криптографічними заходами суттєво відрізняється від охорони державної таємниці заходами організаційно-правового характеру, адже їх реалізація вимагає наявності спеціальних знань у суб’єктів їх реалізації та технічного оснащення (програмні або апаратні засоби, які призначені для криптографічного захисту інформації) тощо[1].

Зокрема, формування та реалізацію державної політики у сферах криптографічного та технічного захисту інформації покладено на спеціальний орган державної влади – Державну службу спеціального зв’язку та захисту інформації України (ст. 2 Закону України «Про державну службу спеціального зв’язку та захисту інформації України»). Державна служба спеціального зв’язку та захисту інформації України є державним органом, який

призначений для забезпечення функціонування і розвитку державної системи урядового зв'язку, Національної системи конфіденційного зв'язку, формування та реалізації державної політики у сферах криптографічного та технічного захисту інформації, кіберзахисту, поштового зв'язку спеціального призначення, урядового фельд'єгерського зв'язку, активної протидії агресії у кіберпросторі, а також інших завдань відповідно до закону. Державна служба спеціального зв'язку та захисту інформації України спрямовує свою діяльність на забезпечення національної безпеки України від зовнішніх і внутрішніх загроз та є складовою сектору безпеки і оборони України [3].

Відповідальність за розроблення, впровадження та постійний контроль за дотриманням режиму секретності в органах державної влади, місцевого самоврядування, на підприємствах, в установах та організаціях покладається на режимно-секретні органи (РСО).

Згідно із Законом України «Про державну таємницю», РСО є ключовими підрозділами, які здійснюють виконання завдань з охорони державної таємниці. Одним з основних завдань РСО є своєчасне розроблення та реалізація разом з іншими структурними підрозділами державних органів, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ і організацій заходів, що забезпечують охорону державної таємниці [2].

Реалізація ефективної охорони державної таємниці вимагає застосування комплексного підходу, що поєднує різноманітні напрями захисту та дозволить протистояти сучасним загрозам. Поєднання організаційних, технічних, правових і криптографічних заходів створює цілісну систему, де кожен елемент є важливим для збереження інформації, що має стратегічне значення для держави. Виклики сьогодення вимагають постійного удосконалення цієї системи: оновлення технічних засобів, підвищення цифрової стійкості та впровадження нових технологій. Важливим пріоритетом залишається якісна підготовка працівників, які беззаперечно визначають ефективність та модернізацію усього процесу захисту.

Отже, подальше вдосконалення технічної, організаційної та кадрової складових є необхідною умовою для зміцнення системи охорони державної таємниці.

Переляк Олександр Олексійович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
навчально-наукового інституту
поліцейської діяльності
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:
Кощинець Маріанна Ігорівна
кандидат економічних наук, доцент,
професор кафедри оперативно-розшукової
діяльності та національної безпеки
Національної академії внутрішніх справ

АНАЛІЗ МІЖДЕРЖАВНИХ УГОД У СФЕРІ ОБМІНУ ІНФОРМАЦІЇ З ОБМЕЖЕНИМ ДОСТУПОМ

Обмін інформацією з обмеженим доступом між державами є фундаментальним елементом міжнародного співробітництва в галузі безпеки, оборони й розвідки. Для України, особливо в умовах геополітичної напруги, укладання подібних угод стає стратегічним механізмом захисту національних інтересів, підвищення рівня довіри з партнерами і забезпечення правового поля для співпраці у сфері секретної інформації.

Інститут міждержавного обміну інформацією з обмеженим доступом є критично важливим елементом міжнародного співробітництва у сферах безпеки, оборони, розвідки та високих технологій. Правова архітектура такого обміну будується на засадах двосторонніх або багатосторонніх угод, які встановлюють імперативні вимоги до режиму охорони секретної інформації. Фундаментальне положення зазначених міжнародних договорів полягає в тому, що держави-учасниці зобов'язуються вживати всіх необхідних заходів відповідно до власного національного законодавства для забезпечення захисту переданої або спільно створеної секретної інформації. Фактично, вимагається гарантування такого ж рівня захисту, який передбачений для обігу власної внутрішньої секретної інформації з відповідним ступенем обмеження доступу [1, с. 153-154].

Міждержавні угоди деталізують низку взаємопов’язаних аспектів, які формують систему взаємної охорони. Першочергове значення надається встановленню порядку взаємної охорони, який повинен відповідати національним законодавчим актам сторін, регламентам міжнародних організацій та узгодженим спеціальним правилам. Додатково, ключовим елементом є чітке зобов’язання сторін щодо забезпечення охорони одержаної інформації, що передбачає суворий контроль, спрямований на недопущення доступу до таких відомостей третіх сторін, які не є учасниками угоди. Одночасно встановлюється заборона на використання секретної інформації з

метою, що не відповідає чітко визначеним цілям її передачі, чим гарантується цільовий характер обміну.

Спеціальні положення регулюють порядок надання доступу до міждержавної секретної інформації представникам сторін. Допуск має здійснюватися за принципом «потреби знати» та з обов'язковим дотриманням процедури оформлення допуску до державної таємниці, передбаченої національним законодавством приймаючої сторони. Необхідною складовою є також регламентація зобов’язань щодо засекречування, зміни ступеня секретності, а також розсекречування секретної інформації та її матеріальних носіїв. Відповідні дії повинні проводитися скоординовано та на основі взаємно погоджених критеріїв.

Угоди обов'язково встановлюють порядок передачі секретної інформації, який охоплює вимоги до фізичного або електронного транспортування, використання захищених каналів зв’язку та дотримання норм безпеки. Далі, передбачається фіксація зобов’язань щодо взаємного інформування у випадку виявлення порушення вимог стосовно охорони секретної інформації. В разі інциденту сторони повинні негайно повідомити одна одну та вжити заходів щодо притягнення до відповідальності осіб, винних у порушенні режиму секретності, що підкреслює високий рівень правової відповідальності [1, с. 155].

Міждержавні угоди визначають терміни, протягом яких сторони зобов’язуються забезпечувати взаємну охорону секретної інформації, навіть після припинення дії самої угоди. Важливим є встановлення вимог до виконавчих договорів, які можуть укладатися між уповноваженими суб’єктами сторін для безпосередньої реалізації обміну матеріальними носіями такої інформації. Завершальні положення договорів стосуються порядку вирішення спірних питань шляхом консультацій або інших погоджувальних процедур, а також визначення органів сторін, на які покладається здійснення координації співробітництва та виконання умов договору, забезпечуючи інституційну відповідальність за його реалізацію.

Правовою основою для таких обмінів в Україні є, серед іншого, Закон «Про державну таємницю» [2]. Закон чітко встановлює, що секретна інформація може бути передана іноземній державі лише на підставі міжнародних договорів, ратифікованих Верховною Радою, або за письмовим мотивованим розпорядженням Президента, з урахуванням пропозицій Ради національної безпеки й оборони України. На багатосторонньому рівні особливо важливою є Угода між Україною та Європейським Союзом про процедуру безпеки, яка стосується обміну інформацією з обмеженим доступом [3]. Верховна Рада ратифікувала цю угоду, підкреслюючи, що вона створює правову основу для секретного обміну інформацією у сферах національної безпеки, військової співпраці, технологій і науки. В угоді закріплений партнерський підхід, за якого обмін має відбуватись на рівних засадах і з дотриманням суворих заходів захисту конфіденційної інформації.

Серед ключових двосторонніх угод з іншими країнами можна назвати Угоду між Україною та Королівством Іспанія від 10 лютого 2015 року про взаємну охорону інформації з обмеженим доступом [4]. Угода охоплює порядок передачі секретної інформації, встановлює механізми грифів обмеження доступу, та визначає, які державні органи мають право брати участь в обміні. Ще одна вагома угода була укладена із Республікою Словенія, підписана 4 червня 2008 року [5]. В ній містяться визначення ключових понять: «інформація з обмеженим доступом», «сторона-джерело», «сторона-одержувач», а також положення про грифи обмеження доступу й відповідність національних грифів, що гарантує еквівалентність режимів секретності між державами.

Окрему увагу варто звернути на Безпекову угоду між Україною та Литвою, яка, окрім загальних безпекових зобов'язань, передбачає механізми обміну конфіденційною інформацією [6]. У її преамбулі сторони фіксують стратегічне партнерство й готовність співпрацювати «в довгостроковій перспективі» саме в питаннях безпеки, включно зі сферами, що вимагають секретного обміну.

Значення таких угод багатогранне. Вони створюють юридичні рамки, які легітимізують передачу чутливої інформації, захищають права і зобов'язання кожної сторони та зводять ризики неправомірного використання секретних даних. Завдяки таким договорам Україна зміцнює свій міжнародний статус та інтеграцію в безпековий простір: угоди з НАТО-партнерами або країнами ЄС підвищують довіру, сприяють військово-технічному обміну та координації в кризових ситуаціях. Договори стимулюють модернізацію української системи захисту секретної інформації: впроваджується необхідна інфраструктура, криптозахист, сертифікація персоналу, централізований контроль.

Проте аналіз міждержавних угод з обмеженим доступом в Україні виявляє й низку проблем. Одна з них неповнота покриття: хоча певні держави вже підписали такі угоди, список партнерів не є вичерпним, і для повної інтеграції в євроатлантичний простір потрібно укладати ще більше договорів. Інша проблема реальна імплементація: укладання угоди – це лише перший крок. Важливо, щоб українські органи мали достатні ресурси, кадровий потенціал та технології для безпечного обміну, зберігання й обробки секретної інформації. Також існує виклик щодо забезпечення еквівалентності грифів секретності: узгодження грифів «обмежений доступ» між сторонами може бути складним через різні національні стандарти, класифікації й процедури. Ще одна складність це контроль та перевірка: навіть коли договори підписані, необхідно, щоб були механізми аудиту, сертифікації персоналу, перевірки безпеки та регулярної оцінки ефективності системи захисту інформації. Без цього існує ризик витоку, компрометації або нерівномірного дотримання договорів.

У перспективі для України доречно продовжити розширення мережі таких угод, особливо з тими країнами, з якими існує стратегічне партнерство в галузі безпеки. Важливо також підсилити законодавчу базу – наприклад,

оновити закон «Про державну таємницю» з урахуванням сучасних загроз, криптографічних стандартів і вимог до захисту інформації НАТО. Не менш важливим є розвиток національної інфраструктури захисту секретної інформації – модернізація каналів зв'язку, підвищення кваліфікації співробітників, інституалізація центрів реєстрації секретних документів.

Таким чином, міждержавні угоди України про обмін інформацією з обмеженим доступом становлять критичний елемент національної безпеки в умовах сучасних викликів. Вони створюють правову, технічну та організаційну базу для довірчої співпраці з партнерами, але їх ефективність залежить від реального виконання, модернізації й розширення співпраці у майбутньому.

Секція ІІ
Актуальні проблеми психології

Арланов Дмитро Олександрович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Тарасевич Інна Юріївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ТА САМООЦІНКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Актуальність теми: сучасне суспільство характеризується активним розвитком інформаційних технологій, серед яких соціальні мережі займають особливе місце. Вони стали невід'ємною складовою нашого буденного життя. Для студентів, які є одними з найактивніших користувачів, соціальні мережі стали не лише засобом спілкування та джерелом інформації, а й простором для самовираження та особистісного розвитку.

Особливого значення соціальні мережі набули упродовж останніх років. У період пандемії COVID-19, коли навчальні заклади переходили на дистанційну форму навчання, залежність молоді від цифрових платформ значно зросла. Соціальні мережі стали основним способом для спілкування, навчання та збереження соціальних зв'язків у час ізоляції. А з початком війни в Україні їх роль стала ще вагомішою. Ці платформи стали джерелом оперативної інформації, інструментом координації волонтерських ініціатив та засобом психологічної підтримки та єднання.

Проте разом із значними перевагами соціальні мережі несуть неабиякі ризики. Надмірне їх використання може спричиняти перевантаження інформацією, зниження критичного мислення та негативно вплинути на психологічний стан особистості. Однією з найбільш поширених небезпек є соціальне порівняння. Ідеальна картинка, яку дуже часто можна побачити в соціальних мережах, змушує студентів порівнювати своє життя із ідеалізованими образами інших користувачів. У результаті формується викривлене уявлення про реальність, що негативно впливає на самооцінку та може стати причиною виникнення тривожності, емоційного виснаження і навіть депресії.

Актуальність дослідження полягає у вивченні багатовимірного впливу соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку молоді. З одного боку, ці платформи дають великі можливості для соціалізації, особистісного

розвитку та самовираженню. З іншого боку, зайве заглиблення в цифрове середовище може становити серйозну загрозу психічному здоров'ю, активній соціальній взаємодії та реальній самореалізації студентської молоді.

Основна частина: Соціальна мережа – це структура, що базується на людських зв'язках або ж взаємних інтересах. В якості інтернет-сервісу соцмережа може розглядатися як платформа, що допомагає людям здійснювати зв'язок між собою та групуванню за специфічними інтересами. Завдання такого сайту полягає у тому, щоб забезпечити користувачів різноманітними шляхами для взаємодії один з одним – відео, чати, зображення, музика, блоги та інше [4].

На сьогоднішній день, соціальні мережі надають молоді широкий спектр можливостей для вільного висловлення особистих емоцій, почуттів, думок та життєвої позиції. А також слугує інструментом, що сприяє подоланню конфліктів, які можуть виникати у повсякденному житті, сімейному колі або у взаємодії з однолітками. Фактично, соцмережі поступово витісняють традиційні інститути соціалізації, такі як родина, навчальні заклади та коло друзів. Перетворюючись на ключовий чинник соціалізації, що впливає на формування особистості та безпосередньо коригує ціннісні орієнтири молоді. Комунікація у віртуальномй просторі створює унікальне середовище, що функціонує за власними, особливими правилами та нормами. Саме тут молоді люди задовольняють свої головні потреби у спілкуванні та підтримці. Соцмережі об'єднують представників різних соціальних верств та вікових категорій, слугуючи платформою для здійснення різних форм соціальної діяльності, зокрема: політичної, фінансової, економічної, комерційної, освітньої та культурної.

Варто зазначити, що останнім часом комунікативна сфера в Інтернеті суттєво розширилася, тепер вона охоплює не лише соціальні мережі, але й онлайн-ігри, блоги, форуми та чати. Фактично, комунікативна сфера стала домінуючою у віртуальному просторі.

Водночас, необхідно підкреслити, що соціальні мережі несуть великий вплив на психоемоційний стан та самооцінку (особливо це стосується молодих людей). На думку О. Лазаренко та Т. Веретенко, хоча нові технології відкривають можливості для покращення когнітивного та інтелектуального розвитку молодих людей, вони також несуть ризики і можуть погіршити їхній психосоціальний стан. Вони створюють умови для формування інтернетзалежності та інших проблем [3, с. 26].

Основні аспекти впливу на психологічний стан та самооцінку молоді:

- Порівняння з іншими;
- Залежність;
- Кібербулінг;
- Ідеалізація реальності;
- Самовиявлення та самоствердження.

1. Порівняння себе з іншими. На думку І. Гоян та Т. Данилової, порівняння себе з іншими користувачами соціальних мереж пов’язане з

низькою самооцінкою та посиленням депресивних симптомів [2]. Надмірне зіставлення власної зовнішності, рівня життя, фінансового стану, кар'єри та дозвілля з часто ідеалізованою картинкою інших користувачів соцмереж може негативно впливати на самооцінку та спричинити появу депресивних станів. Соціальне порівняння є неминучим елементом людської взаємодії, оскільки воно відіграє ключову роль у формуванні соціальної самоідентичності. Однак, коли в результаті таких порівнянь ми виявляємо, що інші значно кращі та успішніші за нас, це може сприяти появі негативних психічних станів.

2. Залежність. Надмірне та безперервне користування соціальними мережами сприяє виникненню залежності. Для значної частини молоді постійний моніторинг нових сповіщень, а також прагнення до отримання «лайків» та соціального схвалення стають головними пріоритетами. Така поведінка може негативно позначитися на їхньому психологічному здоров'ї. Як зазначав Ю. Асєєва, Інтернет-залежність є нав’язливою потребою особи у використанні Інтернету, яка супроводжується соціальною дезадаптацією та вираженими психологічними симптомами [1]. Головними передумовами формування інтернет-залежності часто виступають труднощі у налагодженні та підтримці повноцінних соціальних зв'язків у повсякденному житті.

3. Кібербулінг. Цифрове цькування (кібербулінг) є однією з найгостріших проблем сьогодення. Це явище передбачає застосування інформаційно-комунікаційних засобів для здійснення агресивних дій, залякування або утиску інших осіб. Для цього зловмисник може використовувати соціальні платформи та інші канали комунікації для розповсюдження принизливої, загрозливої чи будь-якої іншої шкідливої інформації про жертву. Що може викликати психологічний дистрес, посилювати тривожність, сприяти появі депресивних станів і навіть може спричинити появу суїцидальної поведінки.

4. Ідеалізація реальності. Люди в соціальних мережах, зазвичай, поширюють лише ті новини та інформацію про себе, які прикрашають їхнє життя та створюють позитивне уявлення про них [5, с. 117]. Це соціальне явище відоме як самопрезентація, що призводить до значної ідеалізації навколишньої дійсності. Користувачі соцмереж схильні демонструвати лише позитивні аспекти свого життя, ретельно приховуючи труднощі, невдачі та негативні переживання. У результаті, спостерігачі отримують спотворене уявлення про реальне життя і можуть відчувати незадоволення власним, порівнюючи його з цим ідеалізованим образом, що транслюється в мережі.

5. Самовиявлення і самоствердження. Соціальні мережі слугують для досить багатьох молодих людей платформою для самовираження та самоактуалізації. Через публікацію власних фотографій, креативне оформлення та наповнення своїх сторінок, молодь прагне продемонструвати свою унікальність, інтереси та особливий стиль життя.

Користувач відчуває позитивне емоційне підкріплення, коли його публікації отримують оцінки, лайки та коментарі. Проте, коли залежність від такого зовнішнього схвалення стає надмірною, це може негативно

позначитися як на його самооцінці, так і на загальному психологічному благополуччі.

Узагальнюючи викладене, соціальні мережі виступають для студентської молоді водночас потужним ресурсом самовираження, комунікації та підтримки, і значущим чинником психологічних ризиків. Надмірне занурення в онлайн-простір, постійні соціальні порівняння, кібербулінг, ідеалізація реальності та залежність від «лайків» можуть призводити до зниження самооцінки, посилення тривожності, емоційного виснаження й депресивних проявів. Водночас усвідомлене, критичне використання соціальних мереж, розвиток навичок медіаграмотності та саморегуляції, а також своєчасна психологічна підтримка здатні мінімізувати негативні наслідки й посилити їхній конструктивний вплив на особистісний розвиток студентів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Асєєва Ю. О. Кіберкомунікативна залежність від соціальної мережі Instagram як проблема сучасної молоді. Габітус. 2020. № 14. С. 152–157. URL: https://repo.odmu.edu.ua:443/xmlui/handle/123456789/8327
2. Гоян І., Данилова Т. Вплив соціальних мереж на психологічне функціонування особистості: до постановки проблеми. Науковий журнал «Гуманітарні студії: педагогіка, психологія, філософія». 2021. Том 12, № 4. С. 118–124. DOI: 10.31548/hspedagog2021.04.117
3. Лазаренко О. А., Веретенко, Т. Г. Формування безпечної поведінки в Інтернет-мережі. Здобутки та досягнення прикладних та фундаментальних наук XXI століття». Черкаси: МЦНД, С. 26–34. URL: https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/mcnd/article/view/4218
4. О. Літвак. Соціальні мережі: поняття, історія виникнення. URL: https://zounb.zp.ua/resourse/zaporizkyy-kray/zaporizhzhya-bibliotechne/fahova-osvita/socialni-merezhi-piv
5. Тимошенко Є. О. Роботизація сучасності – щасливе майбутнє? Досягнення сучасної медичної та фармацевтичної науки – 2022 : зб. тез доп. Всеукр. наук.-практ. конф. студентів та молодих вчених. Запоріжжя : ЗДМУ, 2022. С. 117–118. URL: http://dspace.zsmu.edu.ua/handle/123456789/16503

Безпалько Вероніка Володимирівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Агапова Ірина Миколаївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

САМОКОНТРОЛЬ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

У сучасних соціально-психологічних реаліях, що характеризуються швидкими змінами, зростанням невизначеності та постійним інформаційним тиском, питання саморегуляції особистості набуває особливої значущості [1; 2]. Уміння свідомо керувати власними реакціями, поведінкою та внутрішніми станами стає не лише умовою психологічного благополуччя, а й важливим чинником адаптації до складного соціального середовища. У цьому контексті самоконтроль розглядається як один із ключових механізмів, що забезпечує узгодження внутрішніх спонукань людини з вимогами зовнішньої реальності.

Самоконтроль доцільно розуміти як багатокомпонентний психологічний ресурс, який дозволяє особистості не лише стримувати імпульсивні реакції, а й свідомо спрямовувати поведінку відповідно до обраних цілей і цінностей. Він охоплює здатність регулювати емоційні стани, контролювати пізнавальні процеси та підтримувати цілеспрямовану активність у складних або напружених ситуаціях. Саме завдяки цьому самоконтроль виступає важливим чинником відповідальності, психологічної стійкості та особистісного зростання.

Актуальність наукового аналізу самоконтролю значною мірою пов’язана з особливостями сучасного соціального розвитку, у межах якого молоді люди дедалі частіше стикаються з необхідністю самостійного прийняття рішень і відповідальності за їх наслідки. Психологічні дослідження вказують на те, що недостатній рівень самоконтролю пов’язаний із труднощами емоційної регуляції, підвищеною імпульсивністю, нестійкою самооцінкою та зниженням адаптаційних можливостей особистості [1; 7]. Натомість високий рівень самоконтролю розглядається як одна з умов формування зрілої, автономної та емоційно стабільної особистості.

У межах сучасної психології феномен самоконтролю досліджується з позицій різних теоретичних підходів. У когнітивно-поведінковій парадигмі (А. Бандура, Р. Баумайстер, К. Карвер, М. Шейєр) він трактується як система свідомої саморегуляції, що ґрунтується на процесах самоспостереження, оцінювання власних дій і самопідкріплення [3; 4]. Зокрема, Р. Баумайстер

розглядає самоконтроль як обмежений ресурс, ефективність якого залежить від мотиваційної залученості, чіткості цілей і здатності до вольового зусилля. У такому підході самоконтроль постає не лише як гальмівний механізм, а як активний процес цілеспрямованого управління поведінкою [1].

Емпіричні дані свідчать, що прояви самоконтролю мають динамічний характер і значною мірою залежать від контексту. Його ефективність може знижуватися в умовах тривалого стресу, емоційного виснаження або дефіциту соціальної підтримки, а також посилюватися за наявності значущих особистісних цілей [3; 4]. Це дозволяє розглядати самоконтроль не як фіксовану рису, а як психологічну здатність, що змінюється залежно від життєвих обставин.

Важливим аспектом сучасного розуміння самоконтролю є його зв'язок із розвитком метакогнітивних процесів. Усвідомлення власних думок, емоцій і поведінкових реакцій створює можливість помітити імпульс ще на етапі його виникнення та здійснити свідомий вибір щодо подальших дій. У цьому сенсі самоконтроль виходить за межі простого стримування та набуває значення інструменту особистісного самоуправління.

У гуманістичній психології (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл) самоконтроль інтерпретується як прояв внутрішньої свободи та відповідальності особистості за власний життєвий вибір [5; 6]. Він розглядається не як зовнішній примус, а як внутрішньо прийнята форма регуляції, що сприяє самореалізації та формуванню цілісної Я-концепції. Українські науковці (С. Максименко, Т. Титаренко, Н. Чепелєва, Л. Орбан-Лембрик) наголошують на інтегративному характері самоконтролю, визначаючи його показником психологічної зрілості та важливим чинником особистісного розвитку [2; 9].

Структурно самоконтроль включає когнітивний, емоційно-вольовий і поведінковий компоненти [7]. Когнітивний аспект пов'язаний з аналізом ситуацій і прогнозуванням наслідків дій; емоційно-вольовий - зі здатністю регулювати емоційні реакції та долати імпульсивні спонуки; поведінковий - із практичною реалізацією самодисципліни та цілеспрямованої активності.

З функціонального погляду самоконтроль виконує регулятивну, мотиваційну, емоційну, соціальну та ціннісну функції. Він сприяє узгодженню поведінки з довгостроковими цілями, стабілізації емоційного стану та підвищенню ефективності міжособистісної взаємодії [3; 4].

Особливої уваги потребує проблема обмеженості ресурсів самоконтролю. Згідно з ресурсною моделлю, тривале психоемоційне навантаження, багатозадачність і постійна необхідність прийняття рішень можуть призводити до тимчасового зниження здатності до саморегуляції [1; 4]. Водночас сучасні дослідження показують, що ресурси самоконтролю можуть відновлюватися за рахунок відпочинку, соціальної підтримки, внутрішньої мотивації та усвідомлення смислу діяльності.

Особливої значущості проблема самоконтролю набуває у юнацькому віці (17-23 роки), який є сенситивним періодом особистісного становлення [8].

У цей час відбувається активне формування самосвідомості, ціннісних орієнтацій і життєвих планів, а також завершується дозрівання нейропсихологічних механізмів, пов'язаних із плануванням і контролем імпульсів. Водночас емоційна нестабільність і підвищена чутливість до соціальної оцінки можуть ускладнювати процеси саморегуляції.

У студентському віці самоконтроль набуває особливого прикладного значення, оскільки саме в цей період зростає потреба в самостійній організації навчальної діяльності, регуляції навантаження та прийнятті рішень щодо професійного майбутнього. Недостатня сформованість самоконтролю може проявлятися у прокрастинації, академічній дезадаптації та емоційному виснаженні, тоді як його розвиток сприяє підвищенню навчальної успішності, стресостійкості та здатності до довготривалого планування.

Проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що самоконтроль є важливим інтегративним чинником особистісного розвитку, який поєднує когнітивні, емоційно-вольові та поведінкові процеси. Його сформованість у юнацькому віці створює психологічні передумови для розвитку відповідальності, самостійності та конструктивної взаємодії із соціальним середовищем, що обґрунтовує доцільність подальших емпіричних досліджень і розробки психопрофілактичних програм, спрямованих на розвиток навичок саморегуляції [1; 3; 7].

Список використаних джерел та літератури:

1. Баумайстер Р. Ф., Вохс К. Д. Сила волі: відкриття людської здатності до самоконтролю. Київ : Наш формат, 2019. 384 с.
2. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості**.** Київ : КММ, 2006. 256 с.
3. Duckworth A. L., Gross J. J. Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science.* 2020. Vol. 29(4). P. 319-325.
4. Baumeister R. F., Vohs K. D. Strength model of self-control revisited: A meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science.* 2021. Vol. 16(6). P. 1255-1272.
5. Rogers C. R**.** On Becoming a Person. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
6. Frankl V. E. Man's Search for Meaning**.** Boston : Beacon Press, 2006. 165 p.
7. Моросанова В. І. Саморегуляція і самоконтроль діяльності людини**.** Москва : Наука, 2010. 320 с.
8. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.
9. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія особистості і спілкування**.** Київ : Либідь, 2004. 576 с.

Гук Михайло Валерійович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Агапова Ірина Миколаївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Проблема міжособистісного спілкування є однією з актуальних проблем сьогодення, що зумовлено пандемією COVID-19 та триваючими військовими подіями в Україні. Скорочення безпосередньої офлайн-комунікації та зростання онлайн взаємодії призвело до зменшення «живого» міжособистісного контакту, що негативно позначилося на здатності до розпізнавання і регуляції емоційних станів. Зазначені зміни торкнулися і внутрішньоособистісної сфери, зокрема процесів саморефлексії та усвідомлення власних емоційних переживань. В умовах підвищеного фізичного, когнітивного, емоційного навантаження особи різного віку можуть відчувати труднощі у сфері емоційної регуляції та міжособистісної взаємодії. Особливо вразливою до цих чинників є молодь, зокрема студенти-психологи, професійне та особистісне становлення яких відбувається в умовах тривалої соціальної нестабільності та підвищених вимог до емоційної компетентності.

Важливість даної проблематики підсилюється тим, що емоційний інтелект є однією з ключових чинників у досягненні людиною успіху не лише в особистому житті, а й у професійній діяльності. У цьому контексті особливої актуальності набуває питання професійного становлення студентів-психологів, для яких розвиток емоційної компетентності є необхідною умовою майбутньої ефективної діяльності.

Мета/завдання: Проаналізувати психологічні особливості емоційного інтелекту студентів-психологів.

У психології існують багато теорій, підходів та визначень емоційного інтелекту. До основних із них належать: теорія емоційної компетентності Д. Гоулмана, К. Саарні; некогнітивна теорія емоційного інтелекту Р. Бар-Она; двокомпонентна теорія емоційного інтелекту Д. Люсіна; теорія емоційно-інтелектуальних здібностей Д. Карузо, Дж. Майєра, П. Соловея (яким у 1990 р. було вперше ведено поняття «емоційного інтелекту» [1; с. 95]) та інші [1; с. 66].

Проте всі вищеперераховані теорії і взагалі визначення поняття «емоційний інтелект» були сформовані на основі теорії множинного інтелекту Г. Гарднера [1; с. 66]. Інтелект - це загальне поняття, яке складається з різних видів інтелекту, до яких входять лінгвістичний, логіко-математичний, музичний, просторовий, тілесно-кінетичний та особистісний інтелект, який, у свою чергу, поділяється на дві форми [1; с.74]:

Міжособистісний інтелект, який орієнтований на оточуючих людей, дає здатність людині помічати різницю в настроях, темпераментах, почуттях і так далі. Натомість внутрішньоособистісний інтелект полягає у здатності людини відрізняти свої власні почуття (складні та прості) та на основі них приймати рішення [1; с. 85,86].

Гарднер наголошує, що особистісний інтелект є найважливішим з-поміж інших видів інтелекту, оскільки, якщо людина не розуміє своїх почуттів та почуттів інших людей і не може з ними будувати стосунки, то вона буде неспроможна налагодити нормальне життя в суспільстві [1; с. 88].

Думки Гарднера почали розвивати різні дослідники і дослідниці, а дискусії про загальне поняття емоційного інтелекту тривають і донині.

П. Селовей вважав, що емоційний інтелект - це точне розпізнавання своїх та чужих емоцій, управління своїми та чужими емоціями, стратегічне використання емоцій з метою розв’язання завдань та здатність до емпатії [1; с. 95]. Трохи інше поняття вводять Н. Коврига і Е. Носенко, вважаючи, що емоційний інтелект - це важлива інтегральна характеристика особистості, яка проявляється у здібностях розпізнавати емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних стосунках [1; с. 100]. А дослідник І. Ісаєв зазначає, що емоційний інтелект - це не протилежність інтелекту, а унікальне перетинання обох процесів [1; с. 99].

Окрім розбіжностей стосовно самого поняття емоційного інтелекту, відповідно до цього існують і різні думки щодо структури емоційного інтелекту. Вони також відрізняються одна від одної.

Серед зарубіжних дослідників даної проблеми є розбіжності саме з точки зору єдності когнітивної та емоційної складових у структурі емоційного інтелекту.

Так, Дж. Мейєр і П. Селовей у своїй структурі тісно пов’язують емоційний інтелект з когнітивними вміннями. До їхньої ієрархічної структури, де кожен із компонентів доповнює інший, належить: сприйняття, оцінка і вираз емоцій; використання емоцій для підвищення ефективності мислення і діяльності; розуміння і аналіз емоцій; свідоме управління емоціями [2; с. 351].

На противагу цій думці Бар-Он висуває свою теорію. Він вважає, що емоційний інтелект є сукупністю множинних некогнітивних здібностей і навичок, і вводить свою структуру, до якої належать: внутрішньоособистісний та міжособистісний емоційний інтелект, адаптивність, регуляція стресу та загальний настрій [2; с. 352].

Є й змішані структурні теорії, де емоційний інтелект поєднує у собі емоційний і когнітивний компоненти. Саме такою виступає структура Д.

Гоулмана. Дослідник вважав, що єдність інтелекту та емоцій є необхідною для успішної діяльності керівника. Проте все ж таки, на його думку, когнітивна складова виступає як другорядна. До структури Д. Гоулмана належать: емоційна самосвідомість, самоконтроль, соціальна чутливість, керування відносинами [2; с. 351, 352].

Цю думку поділяє й І. Андрєєва, але, на відміну від Гоулмана, вона зосереджується на внутрішньому світі людини. Окрім уже згаданих структурних компонентів (розпізнавання власних емоцій, володіння своїми емоціями, розуміння емоцій інших людей), вона виділяє компонент самомотивації [1; с. 123]. Дослідниця вважає, що саме прояв емоцій є сильним мотивуючим фактором у когнітивному пізнанні людини [1; с. 136].

Натомість вітчизняні дослідники у більшості поділяють думку, що емоційний інтелект поєднує у собі емоційний і когнітивний компоненти. Зокрема, Н. Коврига і Е. Носенко стверджують, що емоції виступають провокуючим фактором до пізнання нового [3; с. 23]. До їхньої структури входять: усвідомлення людиною власних емоцій, регулювання власних емоцій, спроможність налаштування і розуміння емоцій інших людей, здатність підтримувати доброзичливі стосунки з іншими людьми [1; с. 134].

Аналогічної думки дотримується і Зарлицька В., яка, спираючись на всі перелічені вище структури, пропонує власну. Вона виділяє чотири структурні компоненти: розуміння власних емоцій, самоконтроль і саморегуляцію емоцій, розуміння емоцій інших, використання емоцій у діяльності та спілкуванні [1; с. 146].

Зарлицька В. у своїй структурі орієнтувалася на розвиток емоційного інтелекту у молодого покоління, а саме у студентів, які готуються до майбутньої професійної діяльності [1; с. 147].

Зокрема, важливість формування і розвитку емоційного інтелекту проявляється особливо у тих студентів, які вибрали професію, у якій відбувається тісний контакт людини з людиною. І саме такою є професія психолога.

На сьогоднішній день формування емоційної компетентності майбутніх психологів вивчають О. Войтович, С. Загра, Л. Доценко, І. Євтушенко, О. Матвієнко, І. Литвиненко, Н. Ортікова, Н. Старинська та ін. Питання підготовки майбутніх психологів до консультативної роботи вивчають Т. Бородулькіна, В. Волошина, А. Грись, С. Кожушко та ін. [4, с. 109].

Дослідники звертають увагу на те, що емоційний інтелект студентів-психологів за своєю структурою є приблизно однаковим і практично не змінюється в процесі навчання [4; с. 110, 111].

Це явище О. М. Двойнін та Г. І. Данилова пояснюють тим, що молоді люди, які вирішили пов’язати своє життя з професією психолога, уже володіють певним рівнем розвитку емоційного інтелекту й рефлективності ще до того, як вступили на даний курс. Причини ж відсутності подальшого розвитку, на думку дослідників, полягають у можливому недоліку освітнього процесу, а саме у слабкій практичній спрямованості [4, с. 110, 111].

А якщо психолог позбавлений такої якості, як емоційна компетентність, то його взаємодія з майбутніми клієнтами буде більше схожа на гру, у якій психолог під час аналізу почуттів клієнта спиратиметься, скоріш за все, на власні фантазії, а не на внутрішній емоційний стан клієнта [4; с. 111].

Т. Андрєєва, Н. Кирєєва, Н. Москвичева та А. Реан у своєму дослідженні виділили, що вибір студентів у професіях, які йдуть у напрямі медицини та психології, обумовлений користю для суспільства [1; с. 357]. Також студенти філософського і психологічного факультетів провідним мотивом вибору професії назвали пізнавальний мотив (пізнання себе та інших і самого процесу навчання) [1; с. 358].

Тобто, якщо опиратися на десять типів загальної емоційної спрямованості Б. Додонова, вибір кожного з яких дає змогу зрозуміти вибір сфери діяльності людини, то для студентів-психологів більш характерними є два типи: альтруїстичний (бажання приносити користь людині) та гностичний тип емоційної спрямованості (прагнення розв’язувати складні пізнавальні (інтелектуальні) проблеми) [1, с. 343, 344].

Деякі дослідники вважають, що інтенсивний інтелектуальний розвиток припадає на вік від 18 до 30 років. Тобто пік інтелектуального розвитку, зокрема емоційного інтелекту, припадає на період студентського життя [1; с. 349].

Також відзначають, що даний період життя молодих людей стає більш багатим за змістом і диференційованим за відтінками почуттів; інтенсивно розвивається відкритість до емоційних впливів, здатність до співпереживання, емоційна чутливість [1; с. 343].

Цей період відзначається пластичністю мовленнєвого стереотипу (сенситивний період формування в людини у лексиконі наукових термінів і понять) [1, с. 350].

У цей період людина набуває основи емоційної культури. Так, П. Якобсон вважає, що емоційна культура включає в себе п’ять основних рис, одна з яких - здатність співпереживати почуттям інших людей, а також «входити» у світ переживань героїв творів і мистецтва [1, с. 344, 345]. Тобто для студентів-психологів це найбільш актуальний етап для розвитку емпатії та розуміння емоцій інших.

І. М. Мещеряковою була запропонована модель організації навчального процесу, яка зосереджувалася на розвитку компонентів емоційного інтелекту на групових заняттях. Дослідниця виділяє 5 етапів: Перший етап - пізнання самого себе (усвідомлення власних емоцій, саморефлексія і так далі); Другий етап - навчання управляти своїми емоціями й почуттями. Особлива увага приділяється розвитку толерантних установок; Третій етап - розпізнання емоцій інших, розуміння почуттів партнера. Можна сказати, що даний етап - це пізнання інших людей; Четвертий етап - оволодіння умінням управління станами партнерів по спілкуванню; П’ятий етап - розвиток психологічного професіоналізму [4, с. 111].

Також подібну періодизацію змін у студентів (усіх факультетів) інтелектуальних процесів на основі аналізу студентів Гарвардського і Редкліфського університетів пропонує У. Перрі. Дана періодизація складається з 3 етапів: Перший етап - дуалістичне сприйняття світу (все чітко розподіллено: є люди, які мають хибні думки, і є люди, які мають правдиві); Другий етап - розуміння, що існує безліч думок щодо одного питання. І найголовніше - усвідомлення, що кожна з них має право на існування. Другий етап, за У. Перрі, набуває особливої значущості для студентів-психологів, оскільки саме в психології більшою мірою, ніж в інших галузях знань, акцентується одна з фундаментальних властивостей психіки - суб'єктивне відображення особистістю об'єктивної реальності. Сформований на цьому етапі рівень емоційного інтелекту сприяє здатності майбутнього психолога усвідомлювати множинність інтерпретацій психологічних явищ, приймати різні позиції та проявляти емпатійне ставлення до інших. У подальшій професійній діяльності це забезпечує більш глибоке розуміння емоційних станів клієнтів, уважність як до позитивних, так і проблемних тенденцій у їхньому проживанні та поведінці. Третій етап, на думку У. Перрі - на основі різних думок сформувати власне бачення питань, власне бачення світу [1, с. 351-352]. Причому під час проходження всіх цих трьох етапів у студента-психолога, окрім міжособистісної сфери, розвивається і внутрішньоособистісна, а точніше саморефлексія.

Таким чином, розвиток емоційного інтелекту у студентів-психологів зумовлюється поєднанням вікових особливостей психічного розвитку, соціальних умов освітнього середовища впродовж періоду навчання у закладі вищої освіти, а також індивідуально-особистісних рис, що впливають на вибір професії психолога.

Висновок: теоретичний аналіз наукових джерел з теми емоційного інтелекту дозволяє стверджувати, що емоційний інтелект - це інтегральна сукупність різних компонентів, які впливають на всі сфери життя сучасної людини. Емоційний інтелект допомагає особистості створити позитивні стосунки з іншими і навіть певною мірою налагодити взаємини з власним «Я». Розвинений емоційний інтелект створює передумови для досягнення успіху в особистому та професійному житті. Зокрема це важливо і актуально для професії психолога, де сутністю професії є ефективна взаємодія у сфері «людина-людина». Актуальність проблематики відкриває перспективу для подальших досліджень, спрямованих на визначення ефективних психологічних методів та технологій розвитку емоційного інтелекту у студентів-психологів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Зарицька, В. Психологія емоційного інтелекту. Запоріжжя : ОЛДІ-ПЛЮС, 2022. 428 с. ISBN 978-966-289-548-3.
2. Максьом К. В. Емоційний інтелект: основні концептуальні підходи та структурна модель соціально-психологічного феномену. *Актуальні*

проблеми психології. Психологія обдарованості. 2012. Вип. 6, т. 14. С. 348-355.
3. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Дніпропетровськ : Дніпропетровський національний університет, 2003. С. 159.
4. Федорчук, В. М., & Комарницька, Л. М. (2023). Емоційний інтелект як важливий чинник успішної підготовки психологів. *Інклюзія і суспільство*, Вип. 1, С. 108-114.

Доценко Анастасія Олексіївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої
Одеського державного
університету внутрішніх справ

Науковий керівник:
Лебединський Едуард Броніславович
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та педагогіки
Одеського державного
університету внутрішніх справ

ПОТРЕБА В ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕАЛЬНА СПРОМОЖНІСТЬ УКРАЇНСЬКОЇ СИСТЕМИ

Повномасштабна війна в Україні спричинила безпрецедентне зростання потреби населення у психологічній підтримці, кризовому втручанні та довгостроковій реабілітації. Психологічна реабілітація сьогодні виступає не лише як важливий напрямок психологічної підтримки, але як необхідна складова інтеграції осіб, що повертаються після травматичного досвіду до мирного життя.

Попри активний розвиток державних програм та створення реабілітаційних центрів, Україна стикається з унікальними викликами у сфері психологічної реабілітації. Одним із ключових обмежень є відсутність українських опитувальників і методик, які б враховували специфіку воєнного контексту та соціально-психологічні наслідки збройного конфлікту.

Крім того, через низьку обізнаність населення про важливість психічного здоров'я існують упередження та стигматизація людей, які звертаються за психологічною допомогою. Це ускладнює розробку програм психологічної реабілітації, а люди відмовляються отримувати необхідну допомогу через страх стигматизації.

Серйозною проблемою для українців в контексті повномасштабного вторгнення та постійного стресу є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)

який швидко перетворився на масовий соціально-психологічний феномен. Він впливає не лише на емоційний стан окремої людини, а й на здатність громади та країни в цілому підтримувати стійкість, продуктивність та соціальну згуртованість.

За інформацією Міністерства Оборони України ситуація ускладнюється тим, що 29% усіх неврологічних захворювань, пов'язаних зі стресом серед військових, становить посттравматичний стресовий розлад(ПТСР), який часто залишається недіагностованим та нелікованим після демобілізації [1, с. 47].

Станом на 2016 р. розповсюдженість посттравматичного стресового розладу (ПТСР) в Україні серед учасників бойових дій становила 10–15%, на червень 2017 р. ПТСР мав місце у 60–70 тисяч учасників АТО, що становило 20–25% від загальної кількості учасників АТО. Низка досліджень доводить, що ПТСР становить від 10 до 50% всіх медичних наслідків бойових дій. За період повномасштабного вторгнення військ російської федерації на територію України має місце тенденція до зростання захворюваності на посттравматичний стресовий розлад відносно вищевказаної кількості. Також серед випадків ПТСР звертає на себе увагу збільшення кількості пацієнтів з додатковими (вторинними) симптомами [2]. Ключовим аспектом є те, що реальна поширеність ПТСР істотно вища за офіційну статистику.

У цей час в Україні майже відсутні випробувані українські діагностичні опитувальники, стандартизовані саме на українській вибірці. Переважно використовуються перекладені зарубіжні методики, такі як PCL-5, CAPS, IES-R, але фахівці вимушені адаптовувати їх самостійно та працювати без орієнтації на воєнний контекст України. Це в сукупності знижує точність і валідність, призводить до помилок діагностики, створює ризик як хибно позитивних, так і хибно негативних результатів, що впливає на ефективність реабілітації.

З урахуванням поточного становища України, доцільно буде проаналізувати об’єктивність іноземних методик у наших реаліях. До прикладу, PCL-5, який ґрунтується на DSM-5, добре виявляє частоту та інтенсивність симптомів, однак залишається занадто загальним і не враховує типові для українців тригери війни – постійні повітряні тривоги, вимушене переміщення, втрата домівки чи досвід окупації. CAPS, хоч і вважається «золотим стандартом», потребує високої кваліфікації, багато часу та не підходить для масових скринінгів. IES-R в свою чергу ефективно вимірює реактивність на стресові події, однак він був створений для цивільних кризових ситуацій, які лише частково співвідносяться з досвідом українців в реаліях повномасштабної війни.

Український опитувальник для діагностики ПТСР вимагає значно ширшого підходу, ніж просте відтворення міжнародних інструментів на кшталт PCL-5. З огляду на унікальний досвід війни, окупації, вимушеного переселення, ракетних атак і масових втрат, інструмент діагностики має враховувати специфіку травматичних переживань саме українського населення. Тому теоретичний фундамент опитувальника повинен інтегрувати

сучасні моделі ПТСР, концепції осмислення травми, що дозволить розглядати наслідки війни як комплексний феномен.

Базою для структурування симптоматики можуть слугувати критерії DSM-5, які описують чотири ключові кластери ПТСР: інтрузивні переживання, уникнення, негативні зміни у когніціях та настрої, а також симптоми гіперзбудження. Використання цієї моделі забезпечить сумісність українського інструменту з міжнародними протоколами та дозволить зберегти стандартизованість діагностики.

Структура українського опитувальника для діагностики посттравматичного стресового розладу, на нашу думку, може бути вибудувана у формі семи блоків, кожен з яких відображатиме як міжнародні діагностичні стандарти, так і специфіку українського воєнного контексту. Такий підхід дозволяє сформувати інструмент, що поєднує академічну валідність із високою чутливістю до українських соціокультурних і безпекових реалій.

Перший блок — «Пережитий травматичний досвід» — становить унікальну складову, відсутню в класичних зарубіжних опитувальниках. Він має фіксувати форми екстремальних подій, властивих саме умовам повномасштабної війни: перебування під ракетними та артилерійськими обстрілами, проживання в окупації, втрата житла, вимушене переміщення, тривалі розлуки з родиною. Наявність такого блоку забезпечує можливість точного встановлення характеру та інтенсивності травматичного досвіду, що критично важливо для коректної діагностики ПТСР в українському суспільстві.

Другий блок — «Інтрузії» — ґрунтується на положеннях Dual Representation Theory, що пояснює механізми нав’язливих сенсорних спогадів, флешбеків та фрагментованих образів. Питання цього блоку мають відображати особливості повторного переживання травми, характерні для осіб, що зазнали впливу воєнних подій.

Третій блок — «Уникнення» — має бути адаптований до сучасних українських реалій. Симптоми уникнення та зациpеніння (намбінг) відображають спробу індивіда психологічно дистанціюватися від травми. Деякі дослідники вважають, що симптоми уникнення є реакцією на повторні переживання травматичної ситуації. Нав'язливі спогади про травму супроводжуються пов'язаними із нею негативними емоціями. Через це виникає прагнення уникати думок і почуттів, ситуацій і подій, що нагадують про травму, або насправді забути важливі аспекти травми. Уникнення спогадів про травму призводить до тимчасового ослаблення хворобливих емоцій, що посилює поведінку, що уникає [3, с. 22]. До нього можуть входити питання про уникнення локацій, пов’язаних із загрозою (бункери, станції метро під час повітряних тривог), уникнення новин про війну, а також уникнення гучних звуків, місць великого скупчення людей або будь-яких стимулів, які можуть нагадувати про пережите.

Четвертий блок — «Негативні зміни в мисленні та настрої» — ґрунтується на діагностичних критеріях DSM-5 та загальних положеннях

когнітивної теорії А. Бека, в якій негативні схеми («світ небезпечний», «я беззахисний», «я винен у тому, що сталося») відіграють центральну роль у розвитку та підтриманні ПТСР. Питання можуть стосуватися деперсоналізації, емоційного оніміння, втрати відчуття майбутнього та почуття провини — типових проявів у контексті тривалого стресу. Водночас у значної частини постраждалих переважають не стільки автоматичні думки, скільки нав'язливі образи — яскраві, емоційно насичені уявні сцени, що повторно відтворюють травмувальні епізоди. У таких випадках дезадаптивним чинником стає не потік мислення, а саме уява, яка безконтрольно повертає людину до події [4, с. 138].

П'ятий блок — «Гіперзбудження» — має враховувати українські повсякденні тригери. Основою тут виступає теорія фізіологічної збудливості У. Кеннона [5, с. 2] («бий або тікай») та модель сенсибілізації нервової системи [6, с.20], які пояснюють підвищену готовність організму до реакції на найменші подразники. Саме тому частими проявами є гіперпильність, різкі старт-реакції, напруження, дратівливість та порушення сну. У воєнному контексті ці реакції найбільш виразно проявляються у відповідь на сирени, вибухи, салюти, різкі звуки побутової техніки чи транспортні шуми — тобто стимули, що нагадують реальну небезпеку.

Шостий блок — «Функціональні порушення» — є визначальним у формуванні маршруту реабілітації. Він спирається на біопсихосоціальну модель Дж. Енгеля [7, с. 479], яка підкреслює, що психологічні симптоми відображаються на роботі, навчанні, сімейних стосунках і повсякденній активності. Питання цього блоку визначають ступінь зниження функціональності: уникнення соціальних контактів, зниження працездатності, труднощі у виконанні повсякденних обов'язків. Наприклад: «Чи уникаєте Ви соціальних контактів?» або «Наскільки симптоми впливають на Вашу здатність працювати чи навчатися?».

Сьомий блок — «Коморбідні симптоми» — є необхідним елементом українського діагностичного інструментарію, оскільки ПТСР в умовах війни часто супроводжується депресією, генералізованою тривогою, панічними атаками та соматичними проявами. Питання цього блоку мають бути спрямовані на виявлення супутніх станів, що ускладнюють перебіг ПТСР та потребують комплексного лікування.

Створення національного опитувальника, побудованого за такою структурою, дає можливість не лише адаптувати міжнародні підходи до українських умов, а й суттєво підвищити точність, валідність і практичну корисність психодіагностики ПТСР. Це, у свою чергу, сприятиме вибудові ефективної системи психологічної реабілітації, здатної відповідати на виклики, з якими стикається українське суспільство в умовах війни.

Сучасна ситуація в Україні формує безпрецедентний суспільний запит на доказову, доступну та культурно релевантну психологічну реабілітацію. Масовість травматичного досвіду, значний рівень поширеності ПТСР і супутніх розладів, брак фахівців та обмежені ресурси системи ментального

здоров'я створюють суттєвий розрив між реальною потребою населення та можливостями держави. У цих умовах особливої ваги набуває розробка саме українського діагностичного інструменту для виявлення ПТСР, який враховуватиме воєнний контекст, специфічні тригери, соціокультурні особливості та суміжні психологічні наслідки війни.

Список використаних джерел та літератури:

1. Kotukh Y, Riabokin M, et al. Integration of vr technologies into the system of psychological rehabilitation: innovative potential and scaling prospects in ukraine [j]. psychological journal, 2025, 11(4): 46–60. URL: https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/view/74
2. Горшков О. О., Баранов І. І., Домініченко Я. Л. Особливості клінічної діагностики птср з психотичними симптомами // Науково-практична конференція молодих вчених Української військово-медичної академії «Актуальні аспекти військової охорони здоров'я – наукові досягнення молоді». 17 трав. 2024., м. Київ (Україна) / С. 21–24. URL: https://surl.li/ihyoef
3. В.С. Перший, В.Ф. Сухий Організація надання комплексної медико-психологічної допомоги особам з посттравматичним стресовим розладом. Гуманітарно-педагогічна освіта: здобутки, проблеми, перспективи. V Всеукраїнська науково-практична конференція (з міжнародною участю) (20 листопада 2024 р. - 19 хешвана 5785 р.). Дніпро: Акцент ПП. 2024. – 211 с.
   URL: https://surl.li/xepfuj
4. Пушко Є.І. Основні техніки з використанням уяви в когнітивно - поведінковій психотерапії. Психологічні координати розвитку особистості : реалії і перспективи : зб. наук. матеріалів V Міжнарод. наук.-практ. онлайн-конф. (27-28 квітня 2020 р., м. Полтава). Полтава, 2020. 245 с. URL: https://surl.lu/eanwhl
5. Науменко Г., Жук А., Янчук Т. Важливі навички в період стресу. досвід проведення навчання в самодопомозі. Психосоматична медицина та загальна практика, вип. 8, вип. 2, Червень 2023. URL: http://ir.librarynmu.com/bitstream/123456789/13157/1/%d0%9d.pdf
6. Danyliuk, I., & Burkalo, N. (2024). Sensory integration and its significance for child development. psychological journal, 10(2), 7–26. URL: https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1604
7. Хрол , Н. (2024). Еволюція розуміння психосоматичних розладів у медичній психології . Психіатрія, неврологія та медична психологія, 11(4(26), 476-481. URL: https://ukrmedsci.com/index.php/pnmp/article/view/111/108

Жарій Олена Вікторівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМАТИКИ САМОТНОСТІ ТА ДЕПРЕСІЇ У ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

У сучасних умовах соціальної нестабільності, воєнних подій, глобальної невизначеності та зростаючого темпу життя проблема самотності й депресії в дорослому віці набуває особливої актуальності. Для дорослої людини цей період часто є етапом реалізації життєвих планів, професійного становлення, побудови сімейних і соціальних зв'язків. Однак саме в дорослому віці особистість стикається з кризами сенсу, втратою близьких стосунків, емоційним вигоранням і відчуттям внутрішньої порожнечі. Такі переживання нерідко стають підґрунтям для розвитку депресивних станів. Тому дослідження взаємозв'язку між феноменами самотності й депресії є важливим напрямом сучасної психологічної науки, що поєднує в собі когнітивні, емоційні, соціально-психологічні та екзистенційні аспекти людського існування.

Самотність, за визначенням більшості сучасних дослідників, є складним, багатовимірним феноменом, який не зводиться лише до фізичної ізоляції. Її розглядають як екзистенційний стан, що виникає тоді, коли особистість відчуває розрив між потребою у близькості й неможливістю її реалізації. Як підкреслював В. Франкл, самотність часто є наслідком так званого «екзистенційного вакууму» як втрати здатності бачити сенс власного буття, що призводить до внутрішнього відчуття безцільності життя [3].

Подібну думку розвиває К. Роджерс, наголошуючи, що відчуття ізоляції зростає тоді, коли людина віддаляється від свого автентичного «Я», намагаючись відповідати зовнішнім очікуванням та соціальним вимогам [1].

Таким чином, самотність може бути не лише наслідком відсутності соціальних контактів, а й внутрішнім досвідом втрати зв'язку із самим собою. У цьому контексті феномен самотності тісно пов'язаний із проблемою ідентичності та цілісності особистості. Людина, яка не має внутрішньої опори, здатної надати смисл подіям і стосункам, схильна сприймати власне життя як фрагментоване, позбавлене емоційної підтримки.

Дослідження М. Аргайла, Л. Пеплау, Д. Вейса доводять, що визначальним є не кількість соціальних контактів, а суб'єктивне сприйняття самотності, тобто відчуття емоційного дефіциту, недостатньої підтримки та розуміння. Оскільки, людина може бути оточена іншими, але водночас відчувати глибоку внутрішню ізоляцію. Саме цей розрив між зовнішньою присутністю інших і внутрішнім переживанням віддаленості стає одним із головних чинників формування депресивних станів.

Депресія ж в психологічному розумінні – це не лише емоційне пригнічення, а системний стан виснаження всієї психічної діяльності, що проявляється у зниженні енергії, мотивації, втраті сенсу, погіршенні самосприйняття та соціальної активності. За когнітивною концепцією А. Бека, депресія базується на негативних схемах сприйняття – про себе («я нічого не вартий»), про світ («світ ворожий і байдужий») і про майбутнє («нічого не зміниться на краще»). Ці установки часто формуються саме під впливом тривалого переживання самотності, що підживлює відчуття безнадійності й ізольованості [4].

В аспекті психоаналітичної традиції (З. Фройд, Е. Еріксон, Г. Саллівен) депресія трактується в якості реакції на втрату об'єкта любові або порушення емоційної прив'язаності. Згідно з Е. Еріксоном, у дорослому віці людина проходить стадію розвитку, пов'язану з конфліктом «близькість-ізоляція». Якщо потреба у близьких, довірливих стосунках залишається незадоволеною, формується стан соціальної ізоляції, що з часом може перерости у депресію. Отже, самотність і депресія перебувають у прямому взаємозв'язку, утворюючи психологічне коло, де кожне явище посилює інше.

З точки зору сучасної нейропсихології, тривала самотність впливає на фізіологічні процеси організму. Як показують дослідження Дж. Каччоппо та Л. Хоклі, хронічне відчуття ізоляції активізує гіпоталамо-гіпофізарно-надниркову систему, спричиняє підвищений рівень кортизолу, порушення сну та когнітивні розлади, тобто ті самі механізми, що спостерігаються при депресії, що, в свою чергу, підтверджує, що самотність є не лише емоційним чи соціальним феноменом, а має психофізіологічну природу, тісно пов'язану з функціонуванням нервової системи [2].

В українській психологічній науці проблематика самотності та депресії досліджується у працях Т. Титаренко, Л. Орбан-Лембрик, Н. Пов'якель, які наголошують, що в умовах кризових подій і втрати стабільності самотність стає одним із провідних чинників емоційного неблагополуччя дорослої людини. Самотність, за Т. Титаренко, є «простором внутрішнього діалогу», який може бути як ресурсом для самоусвідомлення, так і джерелом болю, якщо людина не здатна наповнити його смислом. Таким чином, депресія може розглядатися як наслідок нездатності інтегрувати досвід самотності у конструктивну форму внутрішнього розвитку [2].

Важливо також враховувати соціально-психологічні чинники, які підсилюють взаємозв'язок між самотністю та депресією. Серед них відмічається і низький рівень соціальної підтримки, і професійне вигорання, і

руйнування сімейних зв'язків, а також інформаційна перевантаженість і фрагментація міжособистісного спілкування. Сучасні дорослі часто перебувають у стані емоційної дисоціації, оскільки активна комунікація у цифровому просторі не компенсує дефіцит автентичного контакту, а лише створює парадокс «соціальної присутності без близькості», який є характерною рисою постмодерного суспільства [2].

Теоретичний аналіз дозволяє виокремити декілька рівнів взаємозв'язку самотності та депресії. На когнітивному рівні це проявляється у формуванні песимістичних схем мислення та переконань про власну нецінність. На емоційному рівні – у відчутті порожнечі, туги, втрати радості. На поведінковому рівні – у зниженні соціальної активності, униканні контактів, самозамиканні. На екзистенційному рівні – у відчутті втрати сенсу й безпорадності перед життям. Ці рівні взаємодіють між собою, утворюючи цілісну динамічну систему, де порушення в одній сфері призводить до дисбалансу в усій психічній структурі.

Таким чином, виходячи з вищевикладеного, підкреслимо, що самотність і депресія в дорослому віці є взаємопов'язаними феноменами, які відображають глибинні процеси становлення особистості в умовах змінного світу. Вони можуть виступати не лише як деструктивні переживання, а й як імпульс до внутрішньої трансформації, якщо людина має психологічні ресурси для саморефлексії та пошуку нових смислів. Теоретичне осмислення цих явищ відкриває перспективу формування нових моделей психологічної допомоги, орієнтованих на розвиток зрілості, автентичності та психологічного благополуччя дорослої особистості.

Список використаних джерел та літератури:

1. Роджерс К. Р. Становлення особистості. Погляд на психотерапію / пер. з англ. Володимир Горбатько. Київ : КСД, 2023. 608 с.
2. Усамітнення та самотність в житті особистості. / Збірник тези за матеріалами круглого столу (on-line, 24 квітня 2020 р.). Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2020. 100 с.
3. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Х. : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2020. 160 с.
4. Fernandes, Joana, Juliana Pedro, Maria Emília Costa, and Mariana Veloso Martins. 2021. "Effect of Depression and Anxiety on Sexual Functioning in Couples Trying to Conceive with and without an Infertility Diagnosis." *Psychology & Health* 0(0): 1–18.

Іщенко Анастасія Антонівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

РОЛЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА У ПРОФІЛАКТИЦІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

Сучасне суспільство стикається з низкою соціально-психологічних проблем, серед яких особливе місце займає зростання рівня девіантної поведінки серед дітей та молоді. Агресивність, схильність до правопорушень, булінг, залежності та інші форми соціальної дезадаптації створюють серйозну загрозу гармонійному розвитку особистості та соціальній стабільності в цілому. Ці явища зумовлені комплексом чинників: кризами у сімейних відносинах, дефіцитом емоційної підтримки, негативним впливом однолітків і медіасередовища, низьким рівнем саморегуляції та ціннісної орієнтації молодої людини.

У цих умовах зростає значення діяльності практичного психолога, який є фахівцем, здатним здійснювати превентивну, консультативну та корекційно-розвивальну роботу. Профілактика девіацій вимагає системного підходу, що охоплює як індивідуальний, так і груповий рівень роботи, а також співпрацю з батьками, педагогами та соціальними службами.

Метою дослідження є визначення ролі практичного психолога у профілактиці девіантної поведінки дітей та молоді, аналіз основних напрямів, методів і форм його діяльності у цьому процесі.

У сучасній психології девіантна поведінка трактується як система соціально неприйнятних дій або форм активності, що відхиляються від моральних, правових чи культурних норм суспільства [1, с. 25]. Вона є результатом складної взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. За визначенням Г. Андрєєвої, девіантна поведінка - це «соціально дезадаптована форма поведінки, що порушує гармонію між особистістю та соціальним середовищем» [1, с. 41].

У науковій літературі виділяють кілька основних типів девіантної поведінки:

- *Деструктивно-агресивна поведінка* - фізична чи вербальна агресія, булінг, жорстокість;
- *Адиктивна поведінка* - залежність від алкоголю, психоактивних речовин, інтернету, ігор тощо;

- *Делінквентна поведінка* - правопорушення, крадіжки, втечі з дому, хуліганство;
- *Аутоагресивна поведінка* - самопошкодження, суїцидальні тенденції;
- *Соціально пасивна поведінка* - ухилення від навчання, байдужість, втеча від соціальної активності [2, с. 57].

Кожен із цих видів відображає певний спосіб реагування на внутрішні чи зовнішні труднощі, і потребує специфічних форм психологічної допомоги.

Серед основних психологічних детермінант девіантної поведінки дослідники виокремлюють [3; 5]:

- Сімейну дезадаптацію - порушення емоційних зв'язків у сім'ї, гіперопіку або байдужість батьків, конфліктність у родинних стосунках;
- Емоційну нестабільність - імпульсивність, труднощі у саморегуляції, підвищену тривожність;
- Низьку самооцінку та деформацію образу «Я», що сприяє формуванню почуття неповноцінності або, навпаки, компенсаторної агресивності;
- Негативний соціальний вплив - тиск девіантних груп однолітків, неадекватні медіа-моделі, дефіцит позитивних рольових прикладів.

Психологічна профілактика девіантної поведінки має бути спрямована на нейтралізацію цих чинників через формування позитивних ціннісних орієнтацій, розвиток емоційного інтелекту, комунікативних навичок і внутрішнього контролю поведінки.

Практичний психолог відіграє важливу роль у системі профілактики девіантної поведінки, адже саме він допомагає дитині зрозуміти власні емоції, навчитися контролювати їх і знаходити конструктивні способи взаємодії з оточенням.[2, с. 56]. Робота психолога спрямована не лише на реагування на вже наявні проблеми, а насамперед - на їх попередження [4, с. 19].

До основних напрямів діяльності фахівця належать:

- *Діагностика* - виявлення дітей групи ризику, які мають труднощі у спілкуванні, низьку самооцінку чи схильність до агресії;
- *Просвітницька робота* - проведення занять, тренінгів і бесід, спрямованих на розвиток емоційної культури, вміння долати стрес і вирішувати конфлікти без насильства;
- *Консультування* - індивідуальна допомога дітям, підліткам та їхнім батькам у розв'язанні особистісних і міжособистісних проблем;
- *Корекційна діяльність* -тпідтримка дітей із проявами девіантної поведінки через спеціальні вправи, рольові ігри, групові тренінги самопізнання та саморегуляції. [2, с. 60]

Ефективність роботи практичного психолога значною мірою залежить від співпраці з педагогами, соціальними працівниками та сім'єю дитини. Важливо, щоб усі учасники цього процесу діяли узгоджено й підтримували спільну мету - створення безпечного, доброзичливого середовища, у якому дитина зможе розвиватися без страху і тиску [4, с. 22].

Отже, діяльність практичного психолога в профілактиці девіантної поведінки полягає у поєднанні професійних знань, емпатії та практичних методів допомоги [3, с. 109]. Завдяки системній роботі фахівця діти отримують можливість усвідомити власну цінність, навчитися відповідальності та розвинути позитивні моделі поведінки, що запобігає формуванню девіацій у майбутньому [5, с. 52].

Практичні аспекти роботи психолога спрямовані на безпосередню взаємодію з дитиною, сім'єю та педагогічним колективом. Основне завдання полягає у створенні таких умов розвитку, які б сприяли формуванню позитивних соціальних навичок, самоповаги та адекватної поведінки [1, с. 78].

Психологічна профілактика реалізується на трьох рівнях:

первинна профілактика - орієнтована на всіх дітей і має на меті формування здорового соціально-психологічного клімату в освітньому середовищі (через тренінги, ігрові програми, заняття з розвитку емоційного інтелекту) [2, с. 33];

вторинна профілактика - спрямована на дітей «групи ризику» з проявами емоційної нестабільності, труднощами в навчанні чи поведінці [4, с. 61];

третинна профілактика - передбачає корекційно-реабілітаційну роботу з тими, хто вже має досвід девіантної поведінки або перебуває під впливом негативного соціального оточення [3, с. 92].

У практичній діяльності психолог використовує різні **м**етоди і форми роботи:

1. тренінгові програми (розвиток самоконтролю, відповідальності, комунікативних умінь);
2. індивідуальні консультації для аналізу причин деструктивної поведінки;
3. психодіагностику для виявлення емоційних порушень, заниженої самооцінки, схильності до агресії;
4. групові заняття для формування позитивних моделей взаємодії та навичок ефективного спілкування [5, с. 83].

Важливим аспектом є співпраця з батьками, які часто не усвідомлюють власного впливу на поведінку дитини. Психолог проводить консультації, родинні тренінги, обговорення типових помилок у вихованні, допомагає батькам побудувати довірливі стосунки з дитиною [2, с. 37].

Загалом, практичні аспекти діяльності психолога в профілактиці девіантної поведінки передбачають комплексну роботу, що поєднує діагностику, консультування, тренінгову та просвітницьку діяльність. Такий підхід дозволяє створити сприятливі умови для гармонійного розвитку особистості [1, с. 81].

Висновки. Проблема профілактики девіантної поведінки залишається однією з найактуальніших у сучасній психології та педагогічній практиці. Девіантні прояви формуються під впливом комплексу чинників - сімейних, соціальних, емоційних та особистісних, тому підхід до їх попередження має бути системним і багаторівневим.

Практичний психолог забезпечує психологічний супровід дітей і молоді, сприяє розвитку емоційної стабільності, саморегуляції та конструктивної

поведінки. Ефективність профілактики значною мірою залежить від поєднання діагностичної, консультативної, просвітницької та корекційної роботи.

Особливе значення має співпраця психолога з педагогами, батьками та соціальними службами, що дозволяє створити цілісну систему підтримки для дітей групи ризику. Застосування сучасних психокорекційних методик, тренінгів розвитку комунікативних умінь і програм формування відповідальної поведінки підвищує рівень соціальної адаптації молоді та знижує ризик девіацій.

Список використаних джерел та літератури:

1. Андрєєва, Г. М. *Соціальна психологія: навчальний посібник.* - К.: Центр навчальної літератури, 2021. - 368 с.
2. Долинська, Л. В. *Психологія девіантної поведінки підлітків.* - Львів: Сполом, 2020. - 280 с.
3. Панченко, О. І. «Профілактика девіантної поведінки у підлітків у діяльності шкільного психолога». *Психологія і суспільство*, 2022, №2, с. 45-52.
4. World Health Organization. *Preventing youth violence: an overview of the evidence.* - Geneva: WHO Press, 2023.
5. Яценко, Т. С. *Основи психологічної корекції девіантної поведінки дітей та підлітків.* – К.: Академвидав, 2021. - 312 с.

Ковель Тетяна Василівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СИМПТОМІВ

Проблема психосоматичних розладів залишається однією з найважливіших у сучасній психологічній науці, оскільки зростаючий рівень стресу та емоційної напруги призводить до збільшення кількості випадків із психосоматичними скаргами [1; 8]. Психосоматика вивчає тісний зв’язок між психологічним станом людини та соматичними проявами, що виникають за відсутності органічних захворювань або ж посилюють перебіг уже існуючої патології. Серед ключових факторів формування таких симптомів варто

виділити підвищену тривожність, яка може мати як ситуативний, так і особистісний характер [2; 9].

Сучасні дослідження показують, що тривожність активує фізіологічні механізми стресу, які за тривалого впливу виснажують адаптаційні ресурси організму та призводять до соматизації емоційних переживань. Типові наслідки хронічної тривожності включають вегетативний дисбаланс, м'язове напруження, розлади сну, а також функціональні порушення травної, серцево-судинної та дихальної систем, що підтверджено численними дослідженнями [4; 6].

Актуальність цієї проблеми особливо зростає через збільшення рівня тривожних станів серед населення, що погіршується в умовах соціальної нестабільності та затяжного стресу, які є характерними для сучасної України [7]. У цих обставинах психосоматичні симптоми часто стають своєрідним індикатором перевтоми, внутрішніх конфліктів або неефективних способів емоційної регуляції [5; 10]. Вивчення тривожності як чинника розвитку психосоматичних симптомів є важливим для підвищення якості психологічної допомоги, профілактики та покращення життя загалом.

Метою цього теоретичного огляду є аналіз сучасних підходів до розуміння ролі тривожності у формуванні психосоматичних станів і систематизація даних українських емпіричних досліджень із цієї тематики.

У науковій літературі виділяється декілька механізмів впливу тривожності на розвиток психосоматичних порушень. Насамперед говорять про фізіологічну активацію, що супроводжується підвищенням рівня кортизолу і катехоламінів, дисфункцією вегетативної нервової системи та порушенням гомеостазу [6; 8]. При хронічній тривожності ці реакції стають постійними і провокують стійке напруження м'язів, травні розлади, головний біль, кардіальні дискомфорти та інші функціональні порушення, добре задокументовані у наукових працях [1; 4].

Інший важливий механізм пов'язаний із когнітивно-емоційною оцінкою стресових ситуацій. Люди з високим рівнем тривожності схильні до катастрофічного мислення, гіперчутливості до змін у функціонуванні власного тіла та хибного тлумачення природних фізіологічних реакцій як патологій [7]. Ця схильність поглиблює процес перенесення емоційного напруження на соматичний рівень і створює замкнуте коло симптомів тривоги [2].

Суттєву роль відіграють також особистісні та емоційно-регуляційні фактори. Низька здатність до емоційної регуляції, труднощі у вираженні почуттів, алекситимія, схильність до внутрішнього конфлікту та придушення емоцій значно підвищують ризик виникнення психосоматичних симптомів [5; 10]. У працях українських дослідників наголошується, що тривожні особистості частіше демонструють неадаптивні копінг-стратегії, що не дозволяє ефективно знижувати рівень напруги й сприяє соматизації дистресу [6; 7].

Емпіричні дані свідчать про наявність виразної кореляції між рівнем тривожності та кількістю і характером психосоматичних скарг. Зокрема, у дослідженнях студентської молоді встановлено, що підвищена тривожність пов'язана з частішими проявами таких симптомів, як порушення сну, головний біль, вегетативна нестабільність та розлади з боку шлунково-кишкового тракту [4]. Аналогічні спостереження підтверджено в дослідженнях дорослого населення, де тривожність не лише передбачає суб’єктивні тілесні відчуття, але й посилює перебіг уже існуючих хронічних соматичних захворювань [1; 5].

Сучасна психологія пропонує широкий набір методів, спрямованих на зниження рівня тривожності та пов'язаних із нею психосоматичних симптомів. Одним із ретельно вивчених є когнітивно-поведінковий підхід, що акцентує увагу на перебудові дисфункціональних переконань, раціоналізації ірраціонального сприйняття тілесних сигналів та розвитку адаптивних механізмів боротьби зі стресом [3]. Ефективність цього підходу у зменшенні соматичних проявів неодноразово підтверджено як у вітчизняних, так і міжнародних дослідженнях, особливо у контексті соматизації емоцій та тривожних розладів [1; 5].

Важливим елементом є методики, спрямовані на розвиток емоційної регуляції та усвідомлення власних переживань. Низький рівень емоційної обізнаності або складнощі у розпізнаванні почуттів можуть спричиняти їх соматичну маніфестацію, що підтверджується дослідженнями українських вчених, які вивчають зв’язок між алекситимією та соматичними скаргами [7; 10]. Такі підходи, як майндфулнес, техніки дихальної регуляції та тілесно-орієнтовані практики, допомагають знижувати фізіологічний стрес і покращують здатність ідентифікувати й переробляти емоції [6; 8].

Модель «стрес — вразливість — соматизація» пояснює ролі тривожності як медіатора між психологічними труднощами та проявами на фізичному рівні. У цій моделі саме тривога провокує фізіологічні реакції, підтримує негативні когнітивні схеми та уповільнює процеси відновлення, створюючи основу для виникнення психосоматичних симптомів [2; 9]. Це стає особливо очевидним під час тривалого впливу стресу, коли ресурси організму виснажуються, а емоційні перевантаження швидко трансформуються у тілесні прояви [4; 6].

Окремі науковці підкреслюють значущість інтегрованого підходу, що поєднує когнітивні, емоційні й тілесні інтервенції. Такий підхід сприяє не лише зниженню рівня тривожності, а й роботі з глибинними психологічними механізмами, які впливають на соматизацію [10]. Підвищення психологічної обізнаності, формування навичок саморегуляції та розвиток здатності усвідомлено реагувати на стрес стають ключовими елементами профілактики психосоматичних порушень.

На основі сучасних українських досліджень можна зробити висновок, що тривожність відіграє центральну роль у формуванні переважної більшості психосоматичних проявів, особливо у групах із підвищеним рівнем стресу.

Наприклад, дослідження студентів виявляють чітку кореляцію між тривожністю та частотою тілесних скарг, які виявляються у вигляді головного болю, порушень сну, підвищеної втомлюваності або вегетативної нестабільності [4]. Аналогічні результати спостерігаються і у дослідженнях, присвячених дорослому населенню. Тривожність не лише ускладнює перебіг хронічних соматичних захворювань, але також може бути фактором, що запускає або підсилює соматичні прояви у психоемоційно вразливих осіб [1; 5].

Українські автори зазначають, що поєднання високого рівня тривожності з неадаптивними стратегіями подолання стресу є одним із найсильніших предикторів соматизації. Невміння ефективно регулювати емоції, уникнення негативних переживань, схильність до внутрішнього напруження та придушення емоцій створюють умови, за яких психічні стани трансформуються у фізичні симптоми [7; 10]. Такі дані узгоджуються з теоретичними моделями соматизації, які розглядають психосоматичні симптоми як своєрідний захисний механізм, що знижує внутрішній конфлікт або спрямовує психічний стрес у фізіологічну площину [2; 8].

Один із важливих напрямів сучасних досліджень полягає у вивченні соціальних і середовищних факторів, що сприяють підвищенню рівня тривожності. Перебування в умовах тривалої соціальної нестабільності, надмірної інформаційної напруги, невизначеності щодо майбутнього та постійних змін у зовнішньому середовищі зумовлює формування стійких тривожних моделей реагування у значної частини населення [6; 9]. За таких обставин психосоматичні прояви набувають не лише індивідуально-психологічного характеру, а й перетворюються на соціально-психологічну проблему, що позначається на загальному рівні психічного здоров’я суспільства.

Отже, аналіз наукових даних дозволяє дійти висновку, що тривожність є багатофакторним і комплексним явищем, яке впливає на формування психосоматичних симптомів. Розуміння цього взаємозв’язку має ключове значення для створення профілактичних і корекційних програм, спрямованих на зниження тривожності, розроблення адаптивних копінг-стратегій та покращення психологічного здоров’я особистості.

Список використаних джерел та літератури:

1. Василенко Л. П. Психосоматичні розлади: сучасні підходи до діагностики та корекції. Київ: Видавничий дім «Слово», 2020.
2. Іванченко Г. М. Тривожність як предиктор соматизації емоційних станів. *Психологія і суспільство*, №3, 2019. С. 45–52.
3. Кочубей Т. О. Когнітивно-поведінкові механізми тривожності та їх зв’язок з психосоматичними проявами. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка, 2021.
4. Пастухова К. В. Рівень тривожності та соматичні скарги у студентської молоді. *Актуальні проблеми психології*, Т. 14(2), 2022. С. 112–118.
5. Захарченко О. А. Психологічні механізми соматизації емоцій у

дорослих. Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2017.
6. Любарська О. Психологічні особливості стресових реакцій та їх роль у формуванні психосоматичних симптомів. *Науковий вісник ХЕРСОНДУ*, №12, 2021. С. 89–95.
7. Кравченко М. І. Емоційна регуляція як чинник профілактики психосоматичних розладів. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія психологія, №5, 2020. С. 30–36.
8. Федоренко Ю. М. Психологія стресу та психосоматичних наслідків. Київ: Центр учбової літератури, 2018.
9. Шульга Н. В. Роль особистісної тривожності у появі психосоматичних скарг у підлітків. *Освіта і розвиток обдарованої особистості*, №7, 2022. С. 54–60.
10. Лещинська Л. М. Психосоматика в клінічній та консультативній психології: теорія та практика. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2019.

Лубенець Ірина Григорівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Панфілова Галина Борисівна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОГО ОНЛАЙН-КОРИСТУВАННЯ

В умовах стрімкого розвитку цифрових технологій та доступності Інтернету спостерігаються істотні зміни в процесі соціалізації та психологічного функціонування сучасної молоді. Однією з найбільш залучених до онлайн-середовища вікових груп є особи віком 18-25 років, оскільки саме в цьому життєвому періоді здійснюється професійне самовизначення, формується ідентичність та соціальні зв’язки (професійні, особисті тощо). Активне використання сучасних гаджетів та цифрових платформ є невід’ємною частиною їх повсякденного життя, що у свою чергу створює певні виклики для психічного здоров’я та емоційного благополуччя. Нас зацікавила тема дослідження впливу інтернет-середовища на емоційний стан молоді та визначення ролі саморегуляції у збереженні їхнього психологічного здоров’я.

Дослідженню проблеми впливу онлайн-середовища, зокрема соціальних мереж на психологічний стан людини було присвячено багато наукових робіт як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. Зокрема, Ю. Асєєва у своєму науковому доробку дослідила кіберкомунікативну залежність сучасної молоді від соціальної мережі Instagram. Авторка наголошує, що активне використання соцмережі зумовлене бажанням компенсувати різного роду психологічні (як особистісні, так і комунікативні) проблеми користувачів, викликаючи у окремої їх частини адикції [1].

Група українських дослідників, зокрема О. Гречановська, О. Мегем, Л. Потапюк, досліджуючи вплив соціальних мереж на психологічних стан української молоді, розглядають загальну цифровізацію як з позитивного, так і негативного боку. Насамперед автори зауважують, що перебування в соцмережах є позитивною можливістю для самовираження та соціальної підтримки. Однак, при цьому не слід забувати про ризики, пов'язані із соціальним порівнянням, залежністю від зовнішньої оцінки, кібербулінгом і зниженням психологічного благополуччя.[2; 3; 4].

Подібної думки дотримуються й італійські науковці (Rossella Bottaro, Palmira Faraci), які у своєму дослідженні також говорять про наявність позитивних та негативних сторін, пов'язаних з використанням Інтернету та соціальних мереж. Автори зауважують, що ризик розвитку проблемного використання соціальних мереж залежить від часу, проведеного в соціальних мережах, активного чи пасивного використання, а також соціальних та емоційних навичок молодих людей [5].

У цьому контексті проблема саморегуляції як психологічного ресурсу адаптації набуває особливої актуальності.

Таким чином, саморегуляція виступає певним механізмом, завдяки якому людина здатна усвідомлено керувати власною поведінкою, емоційним станом та діяльністю відповідно до внутрішніх намірів, цілей, а також зовнішніх вимог. Оскільки у молодому віці процеси саморегуляції ще перебувають у стадії формування, то спостерігається певна вразливість до зовнішніх стресорів, у тому числі цифрового навантаження. Тому активне використання інформаційно-комунікативних технологій може знижувати здатність до самоконтролю, планування діяльності та концентрації уваги. Сучасні дослідження доводять, що тривала багатозадачність, цифрове перенасичення, кліпове мислення – все це сприяє когнітивному виснаженню, що негативно впливає на процеси емоційної регуляції [6].

Одним із показників психологічного здоров'я людини виступає емоційне благополуччя, яке визначається як суб'єктивне відчуття психологічного комфорту, задоволеності життям та здатності ефективно адаптуватись до життєвих обставин. Згідно з результатами емпіричних досліджень, проведених серед молоді Індії, яка інтенсивно використовує інтернет-середовище та соціальні мережі, спостерігається висока поширеність симптомів депресії – 37,9%, тривожності – понад 33%, ознаки хронічного стресу – понад 43%, низької самооцінки – більше 25% [6].

Не можна не згадати всім відомий феномен так званої «Facebook-депресії», що пов'язаний із постійним соціальним порівнянням та спотвореним уявленням про успішність і благополуччя інших користувачів соцмереж. Численні емпіричні дослідження підтверджують, що надмірне використання соціальних мереж корелює з вищим рівнем депресії, тривоги та зниженням самооцінки [7].

Необхідно відмітити, що онлайн-середовище суттєво впливає на емоційний стан та самоконтроль (саморегуляцію) молодої людини через низку пов'язаних між собою психологічних механізмів (процесів). По-перше, активний користувач часто потерпає від *когнітивного перевантаження*, що проявляється у споживанні надмірної кількості інформації, швидкій зміні контенту, неспроможності до тривалої концентрації уваги. Результатом є виснаження когнітивних ресурсів та погіршення емоційної саморегуляції. По-друге, спостерігається негативний вплив на психіку людини внаслідок *соціального порівняння*. Оскільки в соцмережах демонструється ідеалізований образ життя інших користувачів, це сприяє формуванню у молодої людини негативної, заниженої оцінки власного життя, що підвищує ризик розвитку депресивних станів [8]. По-третє, формується *механізм емоційного підкріплення та залежності* від коментарів віртуального товариства. Тобто постійне очікування коментарів, повідомлень, лайків, які виконують роль швидкого позитивного підкріплення спонукає користувача постійно звертатись до гаджета, щоб знов поринути у віртуальне середовище. За відсутності такого фідбеку (лайків, коментарів тощо) у інтернет-користувачів часто спостерігається зниження настрою, дратівливість, тривожність тощо [9]. По-четверте, *порушення рівноваги* між реальним і віртуальним спілкуванням значно знижує якість міжособистісних контактів, що сприяє емоційній ізоляції, розвитку відчуття самотності.

Водночас у вищезгаданих дослідженнях зазначається, що негативний вплив цифрового навантаження зменшується при розвиненому рівні саморегуляції. Тобто молоді люди, які володіють високими навичками управління емоціями, контролю часу та поведінкою здатні проявляти психологічну стійкість та емоційне благополуччя навіть при активному користуванні новітніми технологіями та мережею Інтернет.

Висновки. На сьогоднішній день, одним із домінуючих факторів впливу на саморегуляцію та емоційне благополуччя молодих людей віком 18-25 років є інтенсивне використання гаджетів та онлайн-середовища. Спираючись на низку наукових досліджень можна констатувати, що надмірне цифрове навантаження асоціюється з появою дратівливості, підвищенням рівня тривожності, депресивних симптомів, а також емоційного виснаження. При цьому, розвиток цифрової гігієни, саморефлексії та усвідомленого відповідального використання онлайн-ресурсів можуть виконувати захисну та профілактичну функцію запобігання психоемоційним порушенням серед молоді.

Список використаних джерел та літератури:

1. Асєєва Ю. О. Кіберкомунікативна залежність від соціальної мережі Instagram як проблема сучасної молоді. Габітус. 2020. № 14. С. 152–157. URL: https://repo.odmu.edu.ua:443/xmlui/handle/123456789/8327
2. Гречановська О.В., Мегем О.М., Потапюк Л.М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2023. Том 34 (73). № 4. С. 60-66. DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.4/11
3. Панфілова Г.Б. Особливості трансформації психологічної автобіографії студентів в ускладнених життєвих ситуаціях (на прикладі екзаменаційної сесії). *Вісник Національного університету оборони України. Зб-к наук. праць. №* 4 (23). К.: НУОУ. 2011. С. 222-226.
4. Панфілова Г.Б. Самовідношення та самооцінка студентів в період екзаменаційної сесії. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вип.27. Житомир: Видавництво ЖДУ імені І. Франка. 2011. С. 232-241.
5. Bottaro R., Faraci P. The Use of Social Networking Sites and Its Impact on Adolescents' Emotional Well-Being: a Scoping Review. Curr Addict Rep. 2022; 9(4): 518-539. doi: 10.1007/s40429-022-00445-4.
6. Saleem Sheikh Mohd, Jan Shah Sumaya. A Cross-sectional Study of Mental Health Effects of Excessive Screen Time and Social Media Use among Indian Adolescents and Young Adults. Journal of Nature and Science of Medicine 7(3):p 210-217, 2024. DOI: 10.4103/jnsm.jnsm_37_24
7. Shannon H, Bush K, Villeneuve P, Hellemans K, Guimond S. Problematic Social Media Use in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-analysis. *JMIR Ment Health* 2022;9(4):e33450. DOI: 10.2196/33450
8. Casingcasing M.L.S., Nuyens F.M., Griffiths M.D. *et al.* Does Social Comparison and Facebook Addiction Lead to Negative Mental Health? A Pilot Study of Emerging Adults Using Structural Equation Modelling. *J. technol. behav. sci.* 8, 69–78 (2023). https://doi.org/10.1007/s41347-022-00289-9
9. Mohamed E.F., Mohamed A.E., Youssef A.M. *et al.* Facebook addiction among medical students: prevalence and consequences. *Middle East Curr Psychiatry* 32, 7 (2025). https://doi.org/10.1186/s43045-025-00501-5

Луніна-Вершняк Катерина Сергіївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Самойлов Олександр Єжиєвич
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ НА РОЗВИТОК ТА ФУНКЦІОНУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Положення сучасної системи знань про різні аспекти проблеми розвитку емоційного інтелекту розроблені багатьма вченими [6; 7; 16 та ін.].

При вивченні особливостей проявів емоційного інтелекту у підлітковому віці дослідники спираються на теоретико-методологічні основи, які були розроблені в працях Л.С. Виготського, С.Я. Рубінштейна, О.Н. Леонтьєва, Л.І. Божович, Г.С. Костюка, С.Д. Максименко, В.О. Моляко, Е.Л. Носенко, В.В. Зарицької, Г.Р. Дубровинського, С.П. Дерев'янко, Т.В. Павленко, Н.В. Ковригі, І.В. Булах, Л.М. Вахрушевої, К.В. Максьом та ін.

Найбільшій інтерес викликає у вчених на теперішній час особливості питання емоційного інтелекту в онтогенезі.

Підлітковий вік є важливим етапом онтогенезу, що характеризується значними психологічними та фізіологічними змінами, які потребують особливої уваги й підтримки [18].

Дослідники підкреслюють, що саме підлітковий вік є найбільш суперечливим періодом через його перехідний характер, який пов'язаний з кризами розвитку [8]. «Підлітковий вік завжди розглядався як період «бурі і тиску», «тектонічних зрушень» і тріщин в емоційному плані душі» [8, с. 23].

Сенситивність підліткового періоду знаходить свій прояв у розвитку потреб, формування спрямованості особистості, становлення ідеалів [21]. Вчені дослідили розвиток потреб підлітків в ході онтогенезу, розвиваються: потреба в самовираженні, потреба вміти щось робити, потреба щось значити для інших, потреба рівноправного спілкування з дорослими, потреба статевої ідентифікації, потреба спілкування з однолітками, потреба в самостійності та незалежності, потреба в емансипації від дорослих і визнання прав з боку інших. Особливістю цього періоду стає зростання необхідності розуміння емоцій інших людей та управління ними, тому що провідної діяльністю цього періоду є інтимно-особистісне спілкування з однолітками [11; 14 та ін.].

Бажання підлітків бути прийнятими іншими підтримує спрямованість на формування емоційних контактів з однолітками та розвиток емпатичних взаємозв’язків [10]. Особливостями спілкування з однолітками становіться

вихід за межі шкільного життя та навчальної діяльності, формуються нові інтереси, види діяльності, стосунки. Завдяки чому розвивається опосередкованість емоційних станів.

Основним новоутворенням підліткового віку є розвиток самосвідомості в напрямку формування почуття дорослості, що призводить до нових вимог до дорослого, той повинен визнавати рівність підлітка з дорослими. Період кризи підліткового віку характеризується емоційними відхиленнями у поведінці, спалахами агресії та непокори [11; 14 та ін.].

Розвиток кризи підліткового віку часто супроводжується емоційною лабільністю, епізодами агресивних проявів та тенденції протесту, зростає потреба в розумінні емоцій інших [3; 9 та ін.].

Дослідники вважають, що цей етап онтогенезу характеризується значними змінами в емоційній сфері, що робить емоційний інтелект особливо актуальним для формування підлітків [7; 4 та ін.].

Під впливом соціальної ситуації розвитку емоційна сфера підлітка набуває певних рис порівняно із дитинством. Чинниками, які впливають на характер змін в пізнавальної та емоційної сферах психіки підлітка є стать та вік, включеність в ситуації інтелектуального розвитку, включеність в ситуації розвитку емоційної сенситивності, в ситуації соціальної взаємодії (в сім'ї, в шкільному колективі, з дорослими, з вчителями та однолітками), освіти та самоосвіти.

Дослідники визначають найбільш характерні для емоційної сфери підлітків особливості [14, с. 67]:

(1) домінування великої емоційної збудливості, що призводить до дратівливості, бурхливого прояву своїх почуттів, пристрасно відстоювання своїх поглядів,

(2) формування великої стійкості до емоційних переживань,

(3) розвиток тривожності,

(4) наявність суперечливості почуттів,

(5) формування розвинутого почуття прив'язаності до групи,

(6) формування вимогливості до дружби та її інтимності.

Дерев'янко С.П. вказує на наступні особливості емоційної сфери підлітків [7, с. 26]: наявність емоційної експресивності, бурхливого виявлення почуттів, зростання частоти використання пасивних способів реагування (переочікування, уникнення складнощів), посилення емоційної саморегуляції, її тісний зв'язок із копінг-поведінкою.

Вчені вказують на можливість розвитку емоційного інтелекту двома шляхами: безпосередньо через цілеспрямовані програми й опосередковано через розвиток суміжних особистісних якостей [22].

Зовнішніми детермінантами ставлення та розвитку емоційного інтелекту дослідники вважають [19]: засоби масової інформації, стилі виховання, школа, ведення соціальної роботи.

Розуміння розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці спирається на думки про те, що формування самосвідомості сприяє розвитку розуміння та

управління своїми емоціями та зростання соціальної значущості міжособистісних відносин формує здатність до розуміння емоційного стану інших та взаємодії з іншими [12].

За Булах І.С., ключовими компонентами цього періоду, які найбільш впливають на розвиток емоційного інтелекту підлітків є наступні [3, с. 97]: підвищена сенситивність до оцінювання, вибірковість в оцінці інших, перехід до складніших когнітивних суджень, диференціація міжособистісного ставлення, актуалізація мотивації досягнення, розвиток потреби в інтимно-особистісного спілкування, формування прагнення до автономії, усвідомлювання приналежності до певної генерації.

За Дубровинським Г.Р. передумовами розвитку емоційного інтелекту у підлітковий час є наступні [9, с. 196]: (1) диференціація інтелектуальних здібностей с кількісної та якісної площини, виникнення супроводження пізнавальних процесів емоційно-вольовими виявами, (3) виділення навчальної діяльності як провідної, (4) виникнення значимості взаємостосунків із однолітками, (5) збільшення критичності само оцінювання, (6) формується вибіркове ставлення до предметів навчання завдяки змінам «Я»-концепції, (7) формування профільної спрямованості.

За Власової О.І. [5, с. 280–281], молодші підлітки характеризуються наявністю здатності до системної ідентифікації емоційної експресії людини, та набуттям здатності соціально адаптованої поведінки в емоційно напружених ситуаціях.

Старші підлітки характеризуються становленням окремих механізмів емоційного самоусвідомлення: розрізнення та диференціації емоційних станів. Старшокласниці більш активні в виразі своїх емоцій, старшокласники краще емоційними станами керують [5, с. 281], кінець підліткового періоду характеризується досягненням рівня середніх нормативних показників емоційного інтелекту дорослої людини. К кінцю підліткового віку відбувається становлення емоційного самоусвідомлення, формується ефективне розрізнення і диференціації емоцій.

За І.Г. Павловою [20], у віці 13 – 14 років суттєво покращується здатність керування підлітками власних емоцій, а в період з 14 до 15 років – підвищується рівень довільності вираження емоцій у спілкуванні. Порівняльний аналіз надає можливість висловити думку про те. що дівчата краще ніж хлопчики відчувають емоції інших людей.

Завдяки досягненню високого рівню емоційного інтелекту підлітки здійснюють кращу адаптивність до середовища та демонструють ефективність у спілкуванні та діяльності [1, с. 25–30]. В протилежність цьому, підліток з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту є особою соціально дезадаптованою та має різноманітні емоційні та поведінкові розлади.

Дослідники вказують на те, що успішна самореалізація підлітків можлива лише при високому рівні розвитку складових емоційного інтелекту: емоційної пам’яті, емпатії, впевненості в собі та комунікативних навичок [23].

Емпатія дозволяє формувати свої поведінкові реакції відповідно до того, що відчувають та переживають інші, тому її можливо вважати основою для формування моральності підлітків [2]. «Емпатія (від грецького empatheia – співпереживання) – цілісний феномен, що пов'язує між собою свідомий і підсвідомий рівні психіки, мета якого – проникнення у внутрішній світ іншої людини» [17, с. 84].

В дослідженнях Ю.В. Давидової [23] вказане на те, що в підлітковому віці емоційний інтелект має складу структуру. Аналіз дозволяє говорити о наявності в неї двох факторів: (1) зовнішній фактор – розуміння емоція та (2) внутрішній фактор – емоційна саморегуляція. За Давидової Ю.В., прояви емоційного інтелекту у дівчат вищі, ніж у хлопців, що пов'язане із загальної розвиненістю розпізнання емоційних станів інших.

Дослідження дають можливість сформулювати думку про те, що з високим рівнем емоційного інтелекту у підлітків є позитивно пов'язаною соціально орієнтована поведінка [13]. Підвищення рівня емоційного інтелекту призводить до того, що підлітки починають сприймати себе благополучними та розуміти, що знаходяться у більшої безпеки, ставляться до себе з більшою повагою.

За даними А. Бекона, наявність високого рівня емоційного інтелекту проявляється в маніпулювання емоціями інших при взаємодії, мета цього маніпулювання формування підтримки суб'єктом власного соціального статусу [13].

За даними К. Клеверлі низький рівень емоційного інтелекту у підлітків є пов'язаним з агресією, що спрямована на завдання шкоди жертві [15].

Максьом К.В. стверджує, що в залежності від ступеню розвитку емоційного інтелекту залежить ступінь залученості підлітка в ситуації булінга [15].

Таким чином, підсумовуючі результати нашого теоретичного дослідження розвитку та функціонування підліткового емоційного інтелекту ми можемо зробити висновок про те, що цей розвиток та функціонування носять складний характер та пов'язаний з багатьма факторами.

Список використаних джерел та літератури:

1. Бантишева О.О. Взаємозв'язок емоційного інтелекту зі схильністю осіб юнацького віку до віктимної поведінки. *Вісник ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка*. 2014. С. 25–30.
2. Бреус Ю.В. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2019.С. 20. DOI: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/9213
3. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця : ТОВ «НіланЛТД», 2016. С. 96–101.
4. Вахрушева Л.М. Психологія емоційного інтелекту в юнацькому віці. Львів : Психологія і суспільство, 2021. 232 с.

5. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с.
6. Гоулман Д. Емоційний інтелект. пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 213 с.
7. Дерев'янко С.П. Феноменологія емоційного інтелекту : навч.-метод. посібник. Чернігів : Десна Поліграф. 2016. С. 312.
8. Дерев'янко С.П. Активізація розвитку емоційного інтелекту як спосіб оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації особистості. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут»*. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2019. № 3(27). Ч. 1. С. 93–98.
9. Дубровинський Г.Р. Розвиток емоційного інтелекту в процесі фахової підготовки психолога. *Психологічний часопис* : зб. наук. Праць. / за редакцією Максименка С.Д. Київ, 2020. Том 6, № 3. С. 193–208.
10. Журавльова Л.П. Психологія емпатії. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.
11. Заброцький М.М. Вікова психологія : [навч. посіб Київ : МАУП, 1998. 92 с.;
12. Зарицька В.В. Психологія емоційного інтелекту. Запоріжжя : Олді Плюс, 2022. С. 107–151.
13. Колесникова А.Е. Розвиток емоційного інтелекту як основа протидії підліткового боулінгу. *Габітус*. Випуск 39. 2022. 150-154.
14. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія: (курс лекцій) : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. М-во освіти і науки України. Ін-т соц. роботи та упр. НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ : Центр навч. літ., 2005. 128 с.
15. Максьом К.В. Соціально-психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту підлітків як чинник запобігання шкільному булінгу : кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису ; дис. … канд. психол. наук за спец. 19.00.05 «Соціальна психологія, психологія соціальної роботи». Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2020.
16. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
17. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: моногр. Київ : Вид-во «Освіта України», 2020. 182 с.
18. Павелків Р.В. Вікова психологія : підручник. Кондор, 2015. С. 225–248.
19. Павленко Т.В. Особистісні чинники розвитку комунікативних властивостей підлітків: автореф. дис. … канд. псих. наук : 19.00.07. Київ, 2020. 21 с.
20. Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / І.Г. Павлова. Одеса, 2005. 19 с.

21. Сахно П.І., Теслик Н. М. Вікова психологія : конспект лекцій. Суми : Сумський державний університет, 2024. С. 123–136
22. Хараджи М.В., Медак В.А. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітків. *Ментальне здоров'я*. №2, 2025, 106-111.
23. Шпак М. Особливості розвитку емоційного інтелекту і підлітковому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Сер.: Психологічні науки. 2022. Т. 2, вип. 5. С. 80-84.

Мережко Анастасія Дмитрівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Маріупольського державного університету

Науковий керівник:
Блашкова Олена Миколаївна
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Маріупольського державного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОСТІ У ЖІНОК

Сексуальність жінки є складним інтегративним феноменом, що формується упродовж онтогенезу під впливом взаємодії біологічних, психологічних та соціокультурних чинників. У межах психологічної науки сексуальність розглядається як важлива складова особистісного розвитку, що включає емоційні, когнітивні, мотиваційні та ціннісні компоненти.

Сексуальність людини є багатоплановим феноменом, що включає біологічні, соціальні, психологічні та культурні аспекти. Психологічний компонент визначає емоційне сприйняття, ставлення до сексу, вподобання та поведінкові моделі.

Формування сексуальної ідентичності відбувається в дитинстві та підлітковому віці під впливом сімейного виховання, моделей поведінки батьків, спілкування з ровесниками та культурних установок. Психологічні мотиви, установки та цінності значно впливають на розвиток сексуальної поведінки, формування переконань та моральних норм[1].

Важливим чинником розвитку жіночої сексуальності є вікові та життєві етапи, на яких змінюються психологічні потреби, уявлення про себе та власну тілесність. Підлітковий вік характеризується становленням сексуальної ідентичності та підвищеною чутливістю до оцінки з боку оточення, тоді як у дорослому віці сексуальність набуває більшої інтегрованості з емоційною близькістю, партнерськими стосунками та особистісною зрілістю. Події

життєвого циклу, зокрема шлюб, материнство, розлучення або травматичний досвід, можуть істотно трансформувати сексуальне самосприйняття жінки.

Емоційна сфера є ключовим чинником сексуальності, емоційна прив'язаність, тривожність, почуття сорому чи провини можуть стимулювати або пригнічувати прояви сексуальності. Самосприйняття, задоволеність власним тілом та сексуальна самооцінка визначають рівень розвитку сексуальної компетентності. Негативне сприйняття власного тіла може затримувати процес формування сексуальної ідентичності.

Рівень психологічної зрілості та здатність до емоційної саморегуляції також є значущими чинниками розвитку жіночої сексуальності. Усвідомлення власних потреб, меж і бажань, а також уміння відкрито їх комунікувати у партнерських стосунках сприяють формуванню автентичної та задовільної сексуальної взаємодії. Низький рівень рефлексії або труднощі з емоційною регуляцією можуть призводити до фрагментарності сексуального досвіду та внутрішніх суперечностей.

Соціальне середовище, медіа та культурні стереотипи формують уявлення про сексуальність, моделі поведінки та ролі, що відображаються на індивідуальному розвитку. Психологічні механізми сексуального розвитку включають наслідування поведінки дорослих та ровесників, ідентифікацію з певними образами або ролями, а також внутрішнє психічне дозрівання.

Травми, стресові ситуації та порушення психічного здоров'я можуть сповільнювати або викривлювати розвиток сексуальності. Позитивне психологічне здоров'я, безпечне соціальне середовище та підтримка сприяють формуванню здорової сексуальної ідентичності[2].

Одним із провідних психологічних чинників розвитку жіночої сексуальності є образ **Я,** зокрема тілесне самосприйняття та рівень самоприйняття. Ставлення жінки до власного тіла формується у процесі соціалізації, міжособистісної взаємодії та під впливом культурних стандартів жіночності. Позитивний тілесний образ сприяє відчуттю сексуальної впевненості та відкритості до інтимної взаємодії, тоді як негативне самосприйняття може виступати чинником внутрішньої напруги та сексуальної тривожності.

Важливу роль у становленні сексуальності відіграє емоційний досвід та характер міжособистісних стосунків**.** Тип прихильності, сформований у ранньому дитинстві, впливає на здатність жінки до довіри, емоційної близькості та переживання інтимності у дорослому віці. Надійна прив'язаність асоціюється з гармонійним розвитком сексуальності, тоді як тривожні або унікальні патерни можуть ускладнювати сексуальну самореалізацію. Якість попереднього сексуального та романтичного досвіду істотно впливає на подальший розвиток жіночої сексуальності. Підтримувальні, безпечні та емоційно значущі стосунки сприяють зростанню сексуальної впевненості та відчуття задоволення, тоді як негативний досвід, знецінення або насильство можуть формувати захисні психологічні механізми та ускладнювати інтимну близькість.

Окреме значення мають внутрішні установки, переконання та сексуальні сценарії, що формуються під впливом сімейного виховання, освіти та соціальних норм. Суперечливі або заборонні установки щодо сексуальності можуть призводити до внутрішніх конфліктів, виникнення тензійного стану та зниження суб'єктивного рівня сексуального благополуччя.

У сучасних психологічних дослідженнях особлива увага приділяється поняттю сексуального благополуччя, яке розглядається як інтегративний показник психічного здоров'я та якості життя та включає суб'єктивне відчуття задоволеності, безпеки, автономії й відповідності сексуального життя власним цінностям і потребам. Відповідно до концептуального підходу Всесвітньої організації охорони здоров'я, сексуальне благополуччя визначається як стан фізичного, емоційного, психічного та соціального благополуччя у сфері сексуальності [3], що у подальших дослідженнях було розширено та операціоналізовано в сучасних міжнародних документах і наукових оглядах, які акцентують увагу на правах людини, гендерній рівності та доступі до якісної сексуальної освіти [4].

У межах теорії прив'язаності Дж. Боулбі [5] доведено, що досвід ранніх емоційних стосунків із батьками або значущими дорослими значною мірою визначає здатність жінки до довіри, переживання безпеки та емоційної близькості в інтимних взаєминах у дорослому віці, що підтверджується сучасними емпіричними дослідженнями зв'язку стилів прив'язаності із сексуальним і репродуктивним благополуччям. Дослідження Т. Кеша у межах когнітивно-поведінкового підходу підкреслюють ключову роль тілесного образу та самоприйняття у формуванні сексуальної впевненості та задоволеності, що також знаходить підтвердження у сучасних систематичних оглядах, присвячених сексуальній грамотності та тілесному самосприйняттю молоді [6], [7].

Роботи Е. Імпетт та Л. Пеплау [8] акцентують увагу на мотиваційних аспектах сексуальної поведінки, зокрема на важливості добровільності та узгодженості сексуальних дій із власними бажаннями, що корелює з сучасними даними про негативний вплив сексуального примусу та конформності на психологічне благополуччя жінок [9]. Автори зазначають, що відсутність автономної мотивації у сексуальних стосунках пов'язана зі зниженням задоволеності та зростанням психологічного дистресу. У дослідженнях Д. Толман [10] підкреслюється значення усвідомлення власного бажання та голосу жінки у процесі формування зрілої сексуальності, що залишається актуальним і в сучасних наукових дискусіях щодо сексуального самовизначення та агентності жінок.

Відповідно до сучасних наукових підходів, усвідомлене ставлення до власної сексуальності, позитивний тілесний образ, безпечні емоційні зв'язки та автономна мотивація сексуальної поведінки виступають ключовими психологічними умовами формування сексуального благополуччя та гармонійного розвитку особистості жінки.

Розвиток жіночої сексуальності є динамічним процесом, що відбувається протягом усього життя та визначається взаємодією психологічних, соціокультурних і особистісних чинників. Розуміння психологічних механізмів цього процесу є важливим не лише для наукового аналізу, а й для практичної психологічної допомоги, спрямованої на підвищення якості життя, зміцнення психічного здоров'я та формування гармонійних інтимних стосунків.

Список використаних джерел та літератури:

1. Індекс ґендерної рівності в Україні 2025. Аналітичне дослідження Український жіночий фонд. URL:https://hromady.org/wp-content/uploads
2. Коренєва Ю. П., Ляшко А. В. Гендерні особливості уявлень сучасної молоді про сексуальність. *Електронний вісник Національного університету «Острозька академія»*. 2023. URL: https://eir.nuos.edu.ua/items/c264b125-2c71-4a6b-840c-78fa894e49e0
3. World Health Organization. (2006). Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health. Женева. WHO.URL: https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2009/defining_sexual_health.pdf
4. World Health Organization. (2017). *Sexual health and its linkages to reproductive health: An operational approach*. Женева. WHO.URL: https://www.who.int/publications/i/item/978924151288
5. Bowlby J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books.URL: https://www.increaseproject.eu/images/DOWNLOADS/IO2/HU/CURR_M4-A13_Bowlby_(EN-only)_20170920_HU_final.pdf
6. Cash, T. F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. New York: Guilford Press.
7. Allen C.L., Muschialli L., Nihlén Å., Coates A. та ін. *Barriers to sexual and reproductive health care faced by transgender and gender diverse people: a systematic review.* Reprod Health, 2025.
8. Impett, E. A., Peplau, L. A. (2006). Sexual compliance: Gender, motivational, and relationship perspectives. *Journal of Sex Research*, 43(2), 87–100.
9. Muehlmann M., Nieradt K., Tomczyk S. A COSMIN Systematic Review of Sexual Health Literacy Self-Report Measures for Adolescents *Archives of Sexual Behavior* (2025) 54. https://doi.org/10.1007/s10508-025-03142-1
10. Tolman, D. L. (2002). Dilemmas of Desire: Teenage Girls Talk about Sexuality. *Cambridge, MA: Harvard University Press. URL: https://archive.org/details/dilemmasofdesire0000tolm*

Мініченко Іванна Олексіївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Тарасевич Інна Юріївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ НА ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

Актуальність дослідження: У сучасному світі студентський вік стає періодом найбільших змін і викликів, які впливають на їх психологічний стан і життєдіяльність, часто призводячи до зростання рівня тривожності.

Пандемія COVID-19 змусила студентську молодь перейти у формат онлайн-навчання, що порушило звичний ритм життя, посилило ізоляцію і додало невизначеності щодо свого здоров'я та майбутнього. Повномасштабне вторгнення Росії в Україну з 2022 року лише загострило ситуацію: постійні страх і загрози, втрати близьких, економічна та фінансова нестабільність, а також перевантаження інформацією роблять тривогу звичайною частиною повсякденного життя.

До цього додаються і високі вимоги, які суспільство висуває студентам: успіх у навчанні, професійному зростанні та особистому житті одночасно, що створює постійний тиск від очікувань, призводячи до зростання тривожності. Студенти стикаються з втратою мотивації й зацікавленості у навчанні, прокрастинацією, проблемами в спілкуванні з однолітками та викладачами, та постійною невизначеністю щодо себе і свого місця у світі. Все це разом робить тривожність одним із головних факторів, що негативно впливає на якість життя, здоров'я та успішності студентів.

Актуальність дослідження полягає в необхідності розкрити тривожність як ключовий фактор, який вже є масовим явищем серед студентської молоді і значно знижує їх здатність адаптуватися, вчитися і будувати своє майбутнє саме в той період, коли закладаються основи дорослого життя.

Основна частина: Тривожність – це емоційний стан очікування небезпеки чи невдачі, який супроводжується напругою, неспокоєм і часто фізичними проявами (прискорене серцебиття, пітливість, задишка). За класичними концепціями, такими як теорія Ч. Спілбергера, тривожність поділяється на ситуативну (реакцію на конкретний стресор або ситуацію) та особистісну (стабільну рису характеру, коли людина постійно очікує загрози) [2, с. 102; 3, с. 26-27].

Ситуативна тривожність у студентів виникає, наприклад, перед іспитами, презентаціями чи важливими подіями. Вона може знижувати

здатність концентруватися, приймати рішення, виконувати завдання та ефективно взаємодіяти з іншими людьми [3, с. 27-29]. Особистісна тривожність більш стійка, пов'язана з темпераментом, характером та іншими психологічними рисами, і може посилювати негативний вплив ситуативних стресових факторів [2, с. 102-103; 4, с. 61]. У студентів часто поєднуються ці два типи, оскільки повсякденні та навчальні стреси посилюють вже існуючу особистісну тривожність.

Підвищена тривожність серед студентів проявляється у нервозності, страху перед невдачею, очікуванні негативної оцінки та зниженні самооцінки й ініціативності [2, с. 103].

В умовах пандемії COVID-19 та війни тривожність посилюється через ізоляцію, втрату стабільності та необхідність адаптуватися до нових умов життя і форм навчання, що призводить до виснаження особистісних ресурсів, зниження самоефективності, соціальної активності та порушення психологічного благополуччя загалом [4, с. 62].

Негативний вплив тривожності на життєдіяльність студентів проявляється через взаємозв'язок і вплив на різні сфери життєдіяльності студента.

1. Навчальна діяльність та успішність. Висока тривожність погіршує концентрацію уваги, пам'ять, швидкість мислення, і призводить до прокрастинації та уникнення завдань. Під час сесії тривожні студенти частіше «зависають», не можуть зібратися силами і думками, отримують нижчі бали, ніж очікували, та мають пропуски. Ситуативна тривога перед іспитами може навіть викликати «ефективний провал», коли студент знає матеріал, але через страх і паніку не може його відтворити [3, с. 28-29].

2. Емоційна сфера та психологічне благополуччя. Постійна тривога виснажує, призводить до емоційного вигорання, зниження мотивації, апатії або дратівливості. У студентів війна та пандемія посилили відчуття безпорадності, страху за своє майбутнє та життя. Багато хто відчуває провину, що «я нічого не роблю, коли інші страждають», а також самотність і втрату сенсу життя [2, с. 104; 4, с. 62-63; 5, с. 135].

3. Соціальні стосунки. Тривожні студенти або уникають спілкування шляхом ізоляції, або стають надто нав'язливими чи агресивними. Знижується здатність будувати близькі стосунки, довіряти людям і брати участь у груповій роботі. Під час пандемії та війни це ще більше посилилося через реальну чи вимушену ізоляцію [2, с. 105; 4, с. 62].

4. Фізичне здоров'я та повсякденне життя. Постійна й тривала тривога викликає порушення сну, головний біль, проблеми зі шлунком, зниження імунітету. Студенти гірше справляються зі звичайним режимом дня, частіше хворіють та швидше втомлюються [1, с. 57; 5, с. 134].

5. Особистісний розвиток та життєстійкість. Тривожність знижує самооцінку, самостійність та віру в себе. Студенти з високою тривожністю рідше ставлять собі довгострокові цілі, важче адаптуються до змін й частіше відчувають своє безсилля [11, с. 56-57; 4, с. 63].

Особливо гостро проблема стоїть в умовах сучасності: постійні повітряні тривоги, втрати, переїзди, блекаути, невизначеність із навчанням і працевлаштуванням роблять тривогу «новою нормою», а не винятком [2, с. 101]. Студенти втрачають відчуття контролю над своїм життям, що ще більше посилює тривожність.

Важливою складовою, що пом'якшує негативний вплив тривожності, є стресостійкість – здатність витримувати стресові ситуації, зберігати емоційний баланс й адаптуватися до нових ситуацій. Вона допомагає студентам зберігати мотивацію, ефективно виконувати завдання, підтримувати соціальні контакти і мінімізувати виснаження [1, с. 55-56]. Відсутність достатніх ресурсів стресостійкості, саморегуляції, а також соціальної підтримки посилює негативні наслідки тривожності і може призводити до хронічного стресу, вигорання й погіршення загальної життєдіяльності [1, с. 57; 2, с. 105].

Дослідження також показують, що помірний рівень тривожності може мати адаптивний ефект, підвищуючи концентрацію й стимулюючи підготовку до важливих подій. Але, коли тривожність стає надмірною, її прояви переходять у деструктивні – стрес, погіршення навчальної успішності й виснаження [3, с. 27]. Умови пандемії та війни значно збільшують ризик виникнення такого деструктивного рівня тривожності, тому що до звичайних стресорів додаються страх за своє життя, здоров'я рідних та близьких людей, а також економічна нестабільність [4, с. 63; 5, с. 134].

У висновку, тривожність є одним із найпоширеніших психологічних чинників, що визначає якість життєдіяльності студентської молоді. Вона проявляється як у внутрішніх переживаннях, так і у поведінкових реакціях, впливаючи на навчальну мотивацію, концентрацію уваги, міжособистісні стосунки і загальне психологічне благополуччя. В умовах сучасних зовнішніх криз та соціальних викликів тривожність студентів посилюється, набуваючи стійкого характеру. Підвищена тривожність пов'язана зі зниженням стресостійкості, адаптації до нового середовища та виснаженням ресурсів саморегуляції. Водночас тривожність не є виключно негативним явищем: її помірний рівень може виконувати адаптивну функцію, стимулюючи активність і мобілізуючи внутрішні ресурси. Але, саме її надмірний рівень призводить до дезорганізації поведінки і погіршення якості життя студентів. Тому особливо актуальним є створення умов для вчасного виявлення тривоги, розвитку навичок саморегуляції й підвищення стресостійкості, а також формування підтримувального освітнього середовища, щоб знизити її руйнівний вплив, відновити внутрішній контроль і повернути студентам можливість жити повноцінно навіть у складних умовах сучасності.

Список використаних джерел та літератури:

1. Бужинська С. М., Скляр С. С., Даніліч-Скакун А. А. Стресостійкість студентів як складник успішності навчання у ЗВО // Загальна

психологія. Історія психології. 2021. С. 55–59. URL: http://habitus.od.ua/journals/2021/23-2021/11.pdf
2. Внотченко Н. М., Шпортун О. М. Тривожність як чинник негативного впливу на життєдіяльність молоді в умовах воєнного стану. КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти». С. 101–107. URL: https://docs.academia.vn.ua/bitstream/handle/123456789/1758/%D0%92%D0%BD%D0%BE%D1%82%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%9C._%D0%A8%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%83%D0%BD%20%D0%9E.%D0%9C..pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Галієва О. М. Психологічні аспекти прояву ситуативної тривожності студентів // Психологічні науки. С. 26–31. URL: https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/download/613/572/
4. Сидоренко Ж. В., Слободянюк О. С. Підвищена тривожність як ознака порушення психологічного здоров'я особистості в умовах пандемії COVID-19 (на прикладі студентської молоді) // Психологічний вісник. 2021. Вип. 4. С. 60–64. URL: https://dspace.uzhnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/40671352-ccd2-472b-93f9-7b8c4b98a98c/content
5. Скакунова О., Дрозд О. В. Психологічні шляхи подолання тривожності у молоді в умовах війни // Вікова та педагогічна психологія. 2024. Вип. 61. С. 133–137. URL: http://habitus.od.ua/journals/2024/61-2024/25.pdf

Савченко Альона Ярославівна
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Агапова Ірина Миколаївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ХАРАКТЕР МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЖІНОК

Актуальність дослідження.

У сучасних соціокультурних умовах емоційний інтелект дедалі частіше розглядається як один із базових психологічних чинників, що визначає ефективність міжособистісної взаємодії. Прискорений ритм життя, зростання інформаційного навантаження, соціальна нестабільність і підвищений рівень емоційної напруги створюють ситуацію, у якій здатність людини усвідомлювати власні емоції, регулювати їх та адекватно інтерпретувати

емоційні стани інших стає необхідною умовою психологічного благополуччя. Саме рівень сформованості емоційного інтелекту значною мірою визначає якість комунікації, розвиток емпатії, асертивності, психологічної гнучкості та здатність до конструктивного подолання міжособистісних труднощів [2; 4].

Особливої наукової уваги потребує аналіз емоційного інтелекту жінок молодого та середнього дорослого віку (25-35 років), оскільки цей життєвий період пов'язаний із професійною самореалізацією, формуванням партнерських і сімейних стосунків, поєднанням кількох соціальних ролей та зростанням рівня відповідальності. В українському соціальному контексті додаткового значення набуває активна участь жінок у підтримувальних спільнотах, волонтерських проєктах і професійних ком'юніті, що вимагає розвиненої емоційної зрілості, толерантності та здатності до саморегуляції.

Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту.

Поняття емоційного інтелекту було введене П. Саловеєм і Дж. Майером, які визначили його як здатність сприймати, розуміти, інтерпретувати та регулювати емоції - як власні, так і емоції інших людей [1]. У межах моделі здібностей автори виокремили чотири взаємопов'язані компоненти: сприйняття емоцій, використання емоцій у процесі мислення, розуміння емоційних станів та управління ними [4].

Подальший розвиток концепції емоційного інтелекту пов'язаний з роботами Д. Ґоулмана, який запропонував розширене трактування цього феномену, включивши до його структури самосвідомість, саморегуляцію, мотивацію, емпатію та соціальні навички. Дослідник наголошував, що саме емоційний інтелект виступає важливішим предиктором ефективної міжособистісної взаємодії та життєвого успіху, ніж рівень когнітивного інтелекту [2].

У моделі Р. Бар-Она емоційний інтелект розглядається як сукупність емоційних і соціальних компетенцій, які забезпечують адаптацію особистості до вимог середовища, ефективне подолання стресових ситуацій та підтримку психологічної стійкості [3].

В українській психологічній науці суттєвий внесок у вивчення емоційного інтелекту зробили Є. Л. Носенко та І. Ф. Аршава, які розглядають його як багаторівневу інтегративну систему, що поєднує емоційні, когнітивні та особистісні механізми регуляції поведінки [5]. Значущими є також праці І. М. Андрєєвої, у яких емоційна компетентність і емоційна зрілість аналізуються як необхідні умови відповідальної соціальної взаємодії [6]. У контексті комунікативних процесів заслуговують на увагу дослідження В. В. Бойка, присвячені проблемам толерантності у спілкуванні та психологічним бар'єрам міжособистісної взаємодії.

Серед українських учених, які досліджують суміжні аспекти емоційного інтелекту, варто також відзначити праці С. Д. Максименка, присвячені емоційній регуляції як складовій саморозвитку особистості; Л. М. Карамушки, яка аналізує емоційну компетентність у професійній взаємодії; О. Я. Чебикіна,

що досліджує емоційну сферу особистості; а також Т. М. Титаренко, яка розглядає емоційну зрілість у зв'язку з життєстійкістю та самовизначенням.

У сучасних українських дослідженнях емоційний інтелект тісно пов'язується з процесами саморегуляції, адаптації та психологічного благополуччя. Зокрема, у працях С. Д. Максименка емоційна регуляція розглядається як базовий механізм особистісного зростання, що забезпечує цілісність Я-концепції та стійкість у міжособистісних взаєминах. Л. М. Карамушка наголошує на ролі емоційної компетентності у професійній комунікації та профілактиці емоційного вигорання.

Гендерні та вікові аспекти емоційного інтелекту жінок.

Емоційна сфера жінки формується під впливом складної взаємодії біологічних, соціальних і культурних чинників. У процесі соціалізації жінки, як правило, заохочуються до більшої емоційної відкритості, чутливості та орієнтації на взаємини, що сприяє розвитку емпатії та навичок міжособистісного розуміння. Водночас сучасні соціальні умови висувають підвищені вимоги до здатності жінок до самоконтролю, відповідальності та асертивної поведінки.

Важливим теоретичним підґрунтям для аналізу гендерних особливостей емоційного інтелекту є концепція психологічної андрогінності С. Бем, згідно з якою поєднання фемінних і маскулінних рис підвищує адаптивність особистості та ефективність емоційної регуляції [7]. У дорослому віці така інтеграція сприяє формуванню емоційної зрілості, гнучких стилів реагування та здатності до конструктивної взаємодії.

Гендерна специфіка емоційного інтелекту жінок проявляється не лише у вищому рівні емпатії, а й у характерних стратегіях емоційного реагування. Орієнтація на збереження взаємин, емоційний контакт і підтримку, з одного боку, сприяє формуванню довірливих стосунків, а з іншого - може підвищувати ризик емоційного виснаження за умови недостатньо сформованих психологічних меж.

У дорослому віці розвиток емоційного інтелекту жінки дедалі більше пов'язується зі здатністю поєднувати емоційну чутливість із саморегуляцією та відповідальністю за власні реакції. Саме цей баланс розглядається як показник емоційної зрілості та психологічної адаптованості.

Емоційний інтелект як чинник міжособистісної взаємодії жінок.

Міжособистісна взаємодія жінок зазвичай характеризується високою емоційною насиченістю та значною мірою залежить від уміння усвідомлювати й регулювати власні емоційні стани. Дослідження свідчать, що високий рівень емоційного інтелекту пов'язаний із більшою толерантністю у спілкуванні, здатністю до емпатійного слухання, конструктивного розв'язання конфліктів і формування підтримувальних стосунків [2; 5; 9].

Важливу роль у цьому процесі відіграють емоційна зрілість та асертивність. Емоційно зрілі жінки здатні брати відповідальність за власні переживання, підтримувати психологічні кордони та зберігати внутрішню стабільність у складних комунікативних ситуаціях. Асертивність, у свою

чергу, дозволяє відкрито висловлювати власні потреби без порушення прав інших, що знижує ймовірність прихованих конфліктів і міжособистісної напруги.

Таким чином, емоційний інтелект виступає важливим психологічним ресурсом, який визначає характер і якість міжособистісної взаємодії жінок у дорослому віці та сприяє формуванню підтримувального соціального середовища.

В умовах сучасних соціальних викликів в Україні особливої актуальності набуває роль жіночих спільнот як простору емоційної підтримки, взаємодопомоги та соціальної згуртованості. Жінки дедалі частіше виконують функції емоційного лідерства - у сім'ї, професійному середовищі, волонтерських і громадських ініціативах. У цьому контексті емоційний інтелект постає не лише як індивідуальна характеристика, а як важливий ресурс соціальної стійкості, що забезпечує здатність до співпереживання, толерантності та ефективної взаємодії навіть за умов підвищеного стресу.

Висновки.

Проведений теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що емоційний інтелект є інтегральною характеристикою особистості, яка поєднує емоційні, когнітивні та соціально-комунікативні компоненти. Рівень його розвитку істотно впливає на здатність жінок будувати гармонійні міжособистісні стосунки, зберігати емоційну рівновагу, діяти асертивно та ефективно взаємодіяти в соціальному середовищі. Це зумовлює доцільність подальших емпіричних досліджень впливу емоційного інтелекту на якість міжособистісної взаємодії жінок різного віку.

Список використаних джерел та літератури:

1. Mayer J. D., Salovey P. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*. 1990. Vol. 9, № 3. P. 185-211.
2. Goleman D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.
3. Bar-On R. *EQ-i: Bar-On Emotional Quotient Inventory. Technical Manual*. Toronto : Multi-Health Systems, 1997. 183 p.
4. Salovey P., Mayer J. D., Caruso D. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, № 3. P. 197-215.
5. Носенко Є. Л., Аршава І. Ф. *Емоційний інтелект: теоретичні засади і психодіагностика*. Дніпро : Інновація, 2010. 304 с.
6. Андрєєва І. М. Емоційна компетентність як складова розвитку особистості. *Психологія і суспільство*. 2006. № 4. С. 95-104.
7. Bem S. L. The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1974. Vol. 42, № 2. P. 155-162.
8. Brackett M. A., Rivers S. E., Salovey P. Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*. 2011. Vol. 5, № 1. P. 88-103. DOI: 10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x

9. Kotsou I., Nelis D., Grégoire J., Mikolajczak M. Emotional intelligence interventions: A meta-analysis. *Emotion Review*. 2019. Vol. 11, № 2. P. 163-177. DOI: 10.1177/1754073917735907
10. Sánchez-Álvarez N., Extremera N., Fernández-Berrocal P. The relation between emotional intelligence and well-being: A meta-analytic review. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2020. Vol. 20, № 2. P. 89-101. DOI: 10.1016/j.ijchp.2020.03.001

Самохвал Дар'я Миколаївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Миколаївського національного
аграрного університету

Науковий керівник:
Кучмійова Тетяна Сергіївна
кандидат економічних наук, доцент,
доцент кафедри економічної кібернетики,
комп'ютерних наук та інформаційних технологій
Миколаївського національного
аграрного університету

ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Психологічне вигорання студентів у період дистанційного навчання стало однією з найактуальніших проблем сучасної освіти, оскільки різка зміна формату взаємодії, збільшення екранного часу та відсутність стабільної соціальної підтримки створили умови для підвищеного стресу та виснаження. Освітній процес, який традиційно спирався на живе спілкування, наочність, динаміку активностей і структуровану атмосферу аудиторії, в онлайн-середовищі зазнав суттєвої трансформації. Це спричинило зміни у психологічному стані студентів, які одночасно змушені адаптуватися до нових способів навчання та підтримувати власну продуктивність без звичних механізмів підкріплення.

Психологічне вигорання – це не ситуативний стрес, а складний стан, який розвивається поступово й включає емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження ефективності [4]. У студентському середовищі цей стан проявляється у втраті інтересу до навчання, зниженні мотивації, зростанні прокрастинації, труднощах із концентрацією та погіршенні загального самопочуття. Особливо інтенсивно такі симптоми проявляються в умовах дистанційної роботи, адже цифрове середовище не забезпечує тих факторів, що природно підтримують психічний баланс у традиційному

навчанні: зміни простору, рухової активності, миттєвого соціального контакту та відчуття групової присутності.

Дистанційний формат створив середовище підвищеного когнітивного навантаження. Студенти вимушені обробляти більше інформації самостійно, постійно перемикатися між кількома вкладками, сервісами, платформами й навчальними чатами. Така багатозадачність спричиняє швидке виснаження робочої пам'яті та знижує здатність до тривалої концентрації. Крім того, частина студентів має обмежені технічні ресурси або перебуває у домашньому середовищі, яке містить багато відволікаючих чинників. Це посилює стрес і формує відчуття, що навчання стало більш трудомістким [2].

Щоб оцінити реальний психологічний стан студентів та виявити найбільш поширені прояви вигорання, було проведено анонімне анкетування, у якому взяли участь 28 респондентів. Результати опитування виявили тенденції, що повністю корелюють із теоретичними моделями вигорання і підтверджують, що дистанційне навчання є фактором ризику для емоційного та когнітивного здоров'я молоді.

Перший блок запитань стосувався рівня втоми, яку студенти відчувають ще до початку навчального дня (Рис. 1) та після відвідування занять (Рис. 2).

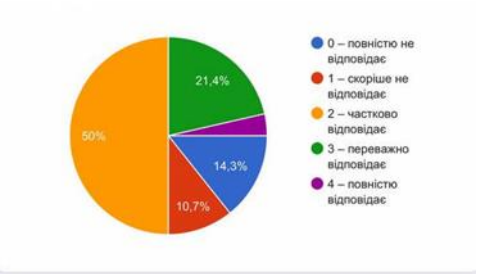

Рисунок 1. Результати опитування, щодо відчуття втоми перед початком навчального дня

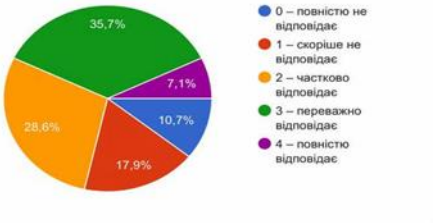

Рисунок 2. Результати опитування, щодо впливу онлайн-занять на емоційний стан студентів

Проаналізувавши результати, ми маємо інформацію, що сукупно понад 60% студентів починають день чи завершують його у виснаженому стані, що є характерною ознакою ранньої стадії вигорання. Тільки близько 15% респондентів зазначили, що твердження повністю або частково не відповідає їхньому стану. Таким чином, під час навчального процесу велика частина студентів не має достатнього рівня ресурсності для ефективної участі у заняттях.

Другий блок стосувався концентрації під час занять (Рис. 3). На твердження «Мені складно зосереджуватися під час дистанційного навчання» 42,9% студентів відповіли, що це переважно відповідає їхньому стану. Ще 17,9% обрали варіант «частково відповідає», а 14,3%, що твердження повністю відповідає. Сумарно це означає, що понад 75% студентів відчувають серйозні проблеми з концентрацією під час онлайн-занять. Такий високий показник свідчить про наявність когнітивного перевантаження, яке є ключовою ознакою

вигорання та призводить до зниження навчальної результативності, збільшення часу на виконання завдань, прокрастинації та відчуття внутрішньої скутості.

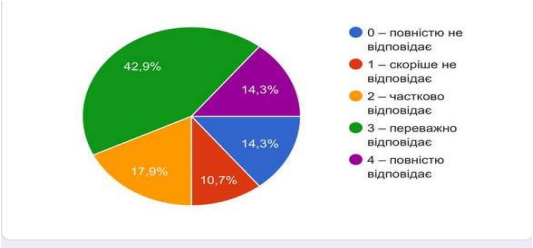

Рисунок 3. Результати опитування, щодо труднощів концентрації уваги в умовах дистанційного навчання

Третій блок був спрямований на з'ясування двох ключових аспектів: наскільки студенти здатні виконувати навчальні завдання завдяки внутрішній мотивації чи силі волі (саморегуляція) (Рис. 4) та чи відчувають вони, що ефективність їхнього навчання за останній час знизилася (Рис. 5).

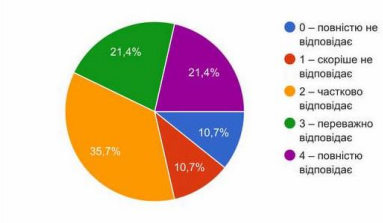

Рисунок 4. Самооцінка впливу втоми та мотивації на відкладання навчальних завдань

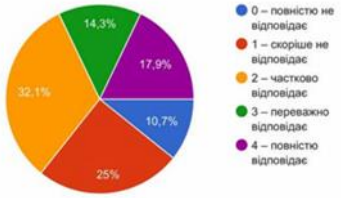

Рисунок 5. Самооцінка змін ефективності навчальної діяльності студентів

Лише 40 % респондентів погоджуються з твердженням, що виконують навчальні завдання переважно через внутрішню мотивацію чи силу волі. Натомість близько 60%: зазначають, що внутрішні ресурси саморегуляції у них вичерпані або значно послаблені. Водночас 55 % студентів відчувають зниження ефективності свого навчання, а повністю заперечують таке зниження лише 11 % опитаних. Тобто більше половини студентів суб'єктивно констатують погіршення своїх навчальних результатів і продуктивності.

Отримані дані вказують на значне виснаження внутрішніх мотиваційних ресурсів та ресурсів вольового контролю в більшості студентів, що супроводжується помітним падінням ефективності навчальної діяльності. Це є ще одним підтвердженням наявності ознак вигорання або передвигорання у значної частини студентської вибірки. Соціальна ізоляція, яка характерна для онлайн-формату, також відіграє помітну роль у формуванні вигорання. Відсутність живого спілкування, обмежений неформальний контакт з одногрупниками, неможливість поділитися труднощами або отримати негайну підтримку створюють відчуття відчуження й самотності.

З огляду на результати анкетування та аналіз теоретичних аспектів можна стверджувати, що подолання психологічного вигорання студентів потребує системного підходу. Навчальні заклади мають впроваджувати

механізми підтримки психічного здоров'я, а студенти повинні навчитися ефективно організовувати свій день, робити регулярні перерви, дотримуватися режиму сну, обирати комфортне робоче місце й практикувати техніки саморегуляції.

Отже, психологічне вигорання у студентів під час дистанційного навчання є багатофакторним явищем, що формується на перетині емоційного виснаження, когнітивної перевтоми та соціальної ізоляції. Результати анкетування підтверджують високу поширеність втоми, труднощів у концентрації та емоційної нестійкості серед студентів. Для запобігання розвитку вигорання необхідна комплексна взаємодія між освітніми інституціями та самими студентами, спрямована на формування здорового, збалансованого та стійкого освітнього середовища, яке враховує потреби психічного та емоційного добробуту молоді.

Список використаних джерел та літератури:

1. Житова, О., & Бутузова, Л. (2023). Стан психоемоційного здоров'я студентів в умовах дистанційного навчання. *Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*, 91((II) 1), 45-58. https://doi.org/10.38014/osvita.2023.91.04
2. Грузинська І (2022) Комунікативна депривація в умовах дистанційного навчання студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2022. Випуск 12. С. 31–39
3. Прокопенко О. А. (2025) Емоційне виснаження студентів та втома під час війни. *Проблеми сучасних трансформацій*. *Серія педагогіка та психологія*. 2025. № 7. https://doi.org/10.54929/2786-9199-2025-7-10-01
4. Якимчук Б. (2023) Відчуження від навчання та емоційне вигорання студентів в умовах off-line навчання. *Psychology Travelogs*, 2023, № 3. С. 72-81. https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-7

Дунайцева Ганна Іванівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Наукова керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧІ ВІДНОСИНИ В СІМ'ЯХ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ (ВПО) В УКРАЇНІ

Мета тези. Систематизувати сучасні наукові дані (2024-2025 рр.) про особливості, динаміку та наслідки батьківсько-дитячих відносин у сім'ях ВПО внаслідок війни, з опорою на українські емпіричні дослідження Л. М. Карамушки, О. В. Чепелівої, «Голоси дітей», УКУ, UNICEF та інших дослідників.

Дитячо-батьківські відносини мають великий вплив на психологічний розвиток, самоідентифікацію, соціальну компетентність та загальний добробут дитини. Вони впливають на формування особистості, цінностей, ставлень та навичок, які дитина засвоює у своєму ранньому віці. Ось деякі параметри, що визначають важливість дитячо-батьківських відносин:

Емоційний клімат: сприятливий емоційний клімат в сім'ї, заснований на любові, підтримці, співчутті та взаєморозумінні, сприяє позитивному психічному розвитку дитини. Відносини, що відзначаються відсутністю насильства, знущань та негативних емоцій, створюють безпечне середовище для виростання дитини.

Взаємодія та спілкування: Якісна взаємодія та відкрите спілкування між батьками та дітьми допомагають дитині розуміти свої емоції, висловлювати свої думки та вчаться вирішувати конфлікти конструктивним способом.

Стратегії виховання: Від того, як батьки вчать, підтримують та виховують своїх дітей, залежить формування їхньої самооцінки, дисципліни, моральних цінностей та навичок.

Моделювання поведінки: Діти навчаються багатьом речам через спостереження за поведінкою батьків. Якщо батьки демонструють позитивні риси та способи взаємодії, це може бути дорогоцінним зразком для дитини.

Підтримка в самовизначенні: Розуміння батьками індивідуальних потреб та інтересів дитини сприяє її здатності самовизначатися та розвивати свої унікальні характеристики.

Ставлення до помилок і невдач. Як батьки реагують на помилки та невдачі дитини може впливати на її віру в себе та готовність ризикувати в майбутньому.

Підтримка та заохочення. Батьківська підтримка і заохочення сприяють розвитку позитивної самооцінки та внутрішньої мотивації.

Встановлення меж. Відомість меж та правил допомагає дитині розуміти, що є припустимою поведінкою, і сприяє формуванню внутрішньої дисципліни.

Погіршення якості батьківсько-дитячих відносин у ВПО є індикатором глибоких психосоціальних змін, що відображають не лише індивідуальний дистрес, але й системні фактори війни. Згідно з Карамушкою Л. М. (2023), у посібнику «Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни», ці відносини сигналізують про:

- Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) або субклінічний дистрес у батьків (Карамушка Л. М., 2023; Чепеліва О. В., 2024). Емпіричні дані показують кореляцію (r=0.68) між рівнем ПТСР матері та емоційною дистанцією з дитиною, де авторитарний стиль маскує тривогу батьків.
- Вторинної травматизації дітей через емоційне вигорання батьків. У звіті «Голоси дітей» (2023) 68 % дітей ВПО описують «емоційну покинутість», що передається через байдужий стиль, посилюючи дитячі симптоми тривоги.
- Руйнування «безпечної бази» прив'язаності (за Джоном Боулбі**).** Дослідження Чепелівої (2024) фіксує, як гіперопіка в шоковій фазі (2022) переходить у відсторонення, руйнуючи довіру; це підтверджує UNICEF (2024) для 47 % дітей 7-17 років з депресивними розладами.
- Економічної та соціальної депривації (втрата роботи, житла, мережі підтримки). Карамушка Л. М. та співавтори (2022-2023) у емпіричному дослідженні ВПО зазначають, що 78 % батьків мають вигорання через ці фактори, що корелює з авторитарним стилем як спробою відновити контроль.

Ці індикатори, за даними МОЗ та UNICEF (2024), підвищують ризик поведінкових проблем у 18-22 % підлітків ВПО.

Особливо небезпечними з точки зору довготривалого впливу на особистість дитини (за Лічком) є три типи, що домінують у ВПО зараз:
Домінування → висока ймовірність істеричної, епілептоїдної та нестійкої акцентуацій у підлітків.
Гіпопротекція + емоційне відкидання → шизоїдна, психастенічна акцентуації + ризик адиктивної та делінквентної поведінки.
Підвищена моральна відповідальність → тривожно-астенічний, сенситивний типи + соматизація та депресія у старшому віці.

Саме ці три типи виховання за Лічком у 2024-2025 рр. складають разом понад 85 % у сім'ях ВПО (за непрямими оцінками на основі даних Карамушки та «Голоси дітей»), що є безпрецедентно високим показником за всю історію досліджень в Україні.

Динаміка за 2022-2025 рр. (за лонгітюдними та крос-секційними дослідженнями) відображає фази травматичного стресу, описані Карамушкою Л. М. (2023) у серії рекомендацій з психологічної допомоги.

2022 рік – «шокова фаза»:

- Гіперопіка та тривожна прив'язаність (батьки не відпускали дітей навіть до школи), як адаптаційний механізм до загрози.
- Зростання фізичних покарань на 37 % (дослідження Карамушки Л. М. та співавтори, 2022-2023), через спалах агресії від адреналінового стресу; звіт «Голоси дітей» (2023) фіксує це в 62 % сімей ВПО.

2023 рік - «фаза хронічного стресу»:

- Емоційне відсторонення батьків (симптом «емоційного оніміння»), де авторитарний стиль переходить у байдужий.
- Зростання конфліктності на 54 % порівняно з довоєнним періодом (Чепеліва О. В., 2024), з кореляцією r=0.68 між материнським ПТСР та дистанцією; UNICEF (2024) додає, що 47 % дітей відчувають тривогу від цього.

2024–2025 рр. - «фаза виснаження та розчарування**»:**

- Значне зростання байдужого стилю виховання (з 11 % у 2021 до 29-34 % у 2024), через кумулятивне вигорання (Карамушка Л. М., 2023).
- Діти 12-17 років повідомляють про відчуття «емоційної покинутості» у 68 % випадків (дослідження УКУ та UNICEF, 2024).

У 2024-2025 рр. з'явився феномен «зворотного батьківства» (parentification): діти беруть на себе турботу про молодших братів/сестер і навіть про емоційний стан батьків (Карамушка Л. М. та Лагодзінська В. І., 2024). Хоча пряма доповідь не знайдена, суміжні роботи Карамушки (2023) з НАПН описують це як наслідок вигорання в 38 % сімей з дітьми 10-17 років, де діти виконують ролі «маленьких дорослих» для стабілізації сім'ї.

Висновки. Батьківсько-дитячі відносини в сім'ях ВПО за 2022-2025 роки пройшли шлях від гіперопіки до емоційного виснаження і значного зростання байдужого стилю виховання. Це є прямим наслідком пролонгованої травматизації батьків і руйнування соціально-економічних основ сім'ї, як підкреслено в звітах UNICEF та МОЗ (2024). Без системної психологічної та соціальної підтримки (наприклад, через програми «Ти як?» та центри «Голоси дітей») ці зміни загрожують формуванням «втраченого покоління» з серйозними порушеннями прив'язаності та психічного здоров'я. Рекомендується інтеграція сімейної терапії для відновлення авторитетного стилю.

У сім'ях внутрішньо переміщених осіб за період 2022-2025 рр. відбулася масова трансформація стилів виховання у бік трьох найпатогенніших типів за А. Є. Лічком: домінування, гіпопротекція/емоційне відкидання та підвищена моральна відповідальність (зворотне батьківство). Ці типи виховання мають доведений прямий зв'язок із формуванням важких акцентуацій характеру, психічних розладів та девіантної поведінки у дітей та підлітків. Без негайного

впровадження системної сімейної психокорекційної роботи (особливо з батьками-ВПО) існує реальна загроза появи «втраченого покоління» з масовими порушеннями психічного здоров'я та соціальної адаптації у 2030-2040 роках.

Список використаних джерел та літератури:

1. Карамушка Л. М., Терещенко К. В., Креденцер О. В. (2023). Психологічна допомога сім'ям ВПО в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія, 2(26), 62-74.
2. Чепеліва О. В. (2024). Особливості батьківсько-дитячих відносин у сім'ях ВПО в умовах тривалої війни: дис. … канд. психол. наук. Київ.
3. Фонд «Голоси дітей» & УКУ (2024). Щорічний моніторинг психічного здоров'я дітей війни 2024. URL: https://voices.org.ua
4. UNICEF Ukraine (2024). Психічне здоров'я дітей та психосоціальна підтримка дітей і сімей в Україні 2024. URL: https://www.unicef.org/ukraine
5. Личко А. Е. (1983). Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина (1983-2007).

Мала Світлана Вікторівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОСПІВЧУТТЯ, ОБРАЗУ ТІЛА ТА САМООЦІНКИ У ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

Обґрунтування актуальності. У сучасному соціокультурному просторі жінки перебувають під значним тиском ідеалізованих стандартів зовнішності, що транслюються через медіа та соціальні мережі. Це зумовлює підвищений ризик формування негативного образу тіла, зростання самокритики та зниження самооцінки, особливо у середньому віці, коли природні вікові зміни стають більш помітними. У зв'язку з цим зростає значущість самоспівчуття як психологічного ресурсу, що дозволяє пом'якшувати вплив соціальних порівнянь, підтримувати прийняття себе та сприяти збереженню психологічного благополуччя.

Виклад основних теоретичних відомостей. Систематичні теоретичні огляди та метааналізи підтверджують, що за останнє десятиліття значно зросла кількість досліджень, присвячених взаємозв'язку між самоспівчуттям та образом тіла, образом тіла та самооцінкою. Наприклад, метааналіз 2020 року включив 59 досліджень, які вивчали наведені зв'язки, зокрема серед жінок різного віку: студентів та молоді [7]. Однак, не дивлячись на значну розробленість окреслених тем, можна відмітити присутність прогалини у диспуті психологічної науки у вигляді відсутності системного огляду особливостей взаємозв'язку самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку в контексті вітчизняної психології.

Тож, у сучасному суспільстві, де значну роль відіграють соціальні стандарти зовнішності, успішності та самопрезентації, питання взаємозв'язку між образом тіла, самооцінкою та самоспівчуттям набуває особливої актуальності. Постійний інформаційний тиск, ідеалізація певних фізичних параметрів у медіапросторі та соціальних мережах призводять до формування нереалістичних уявлень про власне тіло, що може зумовлювати зниження самооцінки та емоційне неблагополуччя. У цьому контексті важливим є психологічний конструкт сприйняття тіла людиною – образ тіла.

Образ тіла – це психологічна конструкція, яка відображає уявлення людини про власне тіло: його зовнішність, розміри, форму, привабливість, а також ставлення до цих уявлень [2]. Це суб'єктивне переживання власного тіла, яке формується у процесі взаємодії з оточенням, медіа та значущими іншими людьми [2]. Образ тіла охоплює не лише фізичні характеристики, а й емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти, що мають потенційний вплив на самосприйняття, самооцінку та соціальну адаптацію особистості [2].

Обґрунтовуючи образ тіла самооцінка, як психологічний феномен, визначається як стабільне але і динамічне інтегральне ставлення до себе, що визначає відчуття власної цінності й значущості [1].

У визначенні самооцінки багато сучасних дослідників звертається до концептуального розуміння самооцінки Моррісом Розенбергом.

М. Розенберг визначає самооцінку (self-esteem) як загальну установку людини щодо самої себе, тобто як позитивне або негативне ставлення до власного Я. У його концепції самооцінка є оцінним (evaluative) компонентом Я-образу і відповідає на питання, чи вважає людина себе гідною, цінною, «достатньо хорошою», або ж, навпаки, негідною й невартою поваги. Розенберг підкреслює, що йдеться не про окремі здібності чи риси, а про узагальнене почуття власної цінності [6].

Формулюючи це в термінах соціальної психології, він розглядає самооцінку як напрямок установки щодо себе (direction of self-attitude): висока самооцінка – це загалом позитивне ставлення до себе, низька самооцінка – загалом негативне, самознецінювальне ставлення.

Сам Розенберг прямо зазначає, що його «поворотною змінною» є саме це питання: чи має індивід сприятливу чи несприятливу думку про самого себе, чи вважає себе гідним або негідним

У підсумку, у класичному розенбергівському розумінні самооцінка — це не впевненість, не самоповага в моральному сенсі і не уявлення про компетентність, а глобальна афективно-оцінна позиція людини щодо власного Я.

Теорія Розенберга заклала підґрунтя для багатьох досліджень сучасності, його методика для перевірки самооцінки перекладена та адаптована більш ніж у п’ятидесяти країнах світу, що дало повштовх для актуалізації нових розробок цьому напрямку. Так, відомо про перехресні дослідження взаємозв’язку самооцінки та образу тіла такими дослідниками, як: вітчизняними науковцями Ю. С. Кириченко, О. А. Ляшенко, О. В. Остапенко, В. В. Пономарьовою, М. І. Попіль, І. М. Левицькою, які у своїх працях розглядали образ тіла як значущий чинник формування глобальної та часткової самооцінки особистості.

Також, відзначаються наукові розгляди специфіки зв’язку самооцінки та самоспівчуття: К. Нефф, П. Гілберт, Т. Гермер, М. Розенберг, Дж. Крокер, Ф. Сіруа, а також вітчизняних науковців В. О. Дорошенко, Н. Ф. Шевченко, С. О. Назірової, які підкреслюють, що самоспівчуття пов’язане з більш стабільною, менш залежною від зовнішніх оцінок самооцінкою та виступає адаптивним ресурсом психологічного благополуччя. Це підкреслює важливість визначення самоспівчуття у цьому констексті.

Самоспівчуття визначається як здатність проявляти підтримку, доброту та співчуття до себе у складні часи (часи життєвих викликів), приймати власні емоції та недосконалості без надмірної самокритики чи заперечення [4]. За концепцією К.Нефф: «Самоспівчуття стосується того, як ми ставимося до себе у випадках усвідомленої невдачі, неадекватності або особистих страждань.» [4, URL].

Це не жалість до себе, а конструктивне ставлення, яке допомагає переживати труднощі, визнавати власний біль і водночас залишатися добрим до себе. Самоспівчуття ґрунтується на усвідомленості – здатності зосереджуватися на теперішньому моменті, приймати свої емоції як частину людського досвіду. В українській психологічній традиції самоспівчуття переважно аналізується в контексті самоставлення, самоприйняття та саморегуляції. Вітчизняні дослідники наголошують на багатовимірності цього феномену, що охоплює емоційні, когнітивні, поведінкові та регуляторні компоненти, а також підкреслюють його роль у підтримці цілісності Я-образу [5].

Попередній теоретичний аналіз дозволив визначити підґрунтя для проведення подальшого емпіричного дослідження особливостей взаємозв’язку самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку.

Виклад результатів дослідження. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку.

Методи та вибірка. У дослідженні взяли участь 118 жінок віком від 35 до 60 років. Для збору емпіричних даних використано такі психодіагностичні методики: шкалу самоспівчуття (Self-Compassion Scale – SCS-SF), шкалу прийняття тіла (Body Appreciation Scale – BAS-2), шкалу самооцінки Розенберга (RSES), опитувальник безумовного самоприйняття (USAQ), а також шкалу суб'єктивного благополуччя BBC-SWB. Для обробки результатів застосовувалися методи описової статистики, кореляційного аналізу (коефіцієнт Спірмена) та регресійного аналізу.

Основні результати. Отримані результати засвідчили наявність статистично значущих позитивних зв'язків між рівнем самоспівчуття та задоволеністю власним тілом, а також між самоспівчуттям і самооцінкою жінок середнього віку. Встановлено, що вищий рівень самоспівчуття асоціюється з більш прийнятним і позитивним образом тіла, підвищенням психологічного благополуччя у жінок середнього віку.

Таким чином, самоспівчуття виступає психологічним чинником, який пом'якшує негативний вплив соціальних порівнянь і вікових змін зовнішності на самооцінку.

Висновки. Самоспівчуття є важливим особистісним ресурсом, що опосередковує взаємозв'язок між образом тіла та самооцінкою у жінок середнього віку. Розвиток самоспівчуття сприяє формуванню більш стабільної та позитивної самооцінки, прийняттю тілесних змін і підвищенню психологічного благополуччя. Практична цінність результатів полягає у можливості їх використання в психологічному консультуванні та психоосвітніх програмах, спрямованих на підтримку жінок середнього віку.

Список використаних джерел та літератури:

1. Зарицька В., Козаченко Д. Феномен самооцінки у психологічному дискурсі. Journal of Psychology Research. 2024. Вип. 29. С. 19-25.
2. Остапенко О. В., Ляшенко О.А. Теоретичні основи розуміння поняття «образ тіла» у психологічній науці.. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2023. вип. 21(66). Сер.12. С. 52–60.
3. McComb S. E., Mills J. S. A systematic review on the effects of media disclaimers on young women's body image and mood. Body Image, 2020. 32. P. 34–52. DOI: https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.10.010
4. Neff K. D. Self-compassion: Theory, method, research, and intervention. Annual review of psychology. 2023. Is. 74, Vol. 1. P. 193–218. URL: https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-psych-032420-031047 (дата звернення: 05.10.2025).
5. Nightingale B.A., Cassin S.E. Self-Compassion May Have Benefits for Body Image among Women with a Higher Body Mass Index and Internalized Weight Bias. Healthcare (Basel). 2023. Vol. 11(7). P. 970-975.

6. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press. Online. 1965. 322 p. URL: https://www.docdroid.net/Vt9xpBg/society-and-the-adolescent-self-image-morris-rosenberg-1965-pdf (Last accessed: 05.10.2025).
7. Turk F., Waller G. Is self-compassion relevant to the pathology and treatment of eating and body image concerns? A systematic review and meta-analysis.. Clinical psychology review, 2020. Vol. 79. P. 101-116. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101856.

Багач Руслан Володимирович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового інституту
«Українська інженерно-педагогічна академія»
Харківського національного університету ім. Каразіна

Науковий керівник:
Кучеренко Сергій Михайлович
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій
Навчально-наукового інституту
«Українська інженерно-педагогічна академія»
Харківського національного університету ім. Каразіна

КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ НА БЕЗПЕКУ СИСТЕМИ ВАДС

Актуальність дослідження. Сучасна транспортна система є частиною глобальної системи “Природа - Людина - Техносфера - Соціосфера”. Кожна із цих підсистем взаємодіє з іншими, формуючи як позитивні, так і негативні ефекти для безпеки. Особливо помітний вплив психологічного стану водія: рівень стресу, психофізіологічна готовність до прийняття рішень і швидкість адаптації до змінних умов руху визначають ефективність і надійність системи ВАДС.

Зниження психофізіологічного стану водія - наприклад, через втому, емоційне перенавантаження або стрес - може стати прямою причиною ДТП.

Тому роль психологічного чинника у забезпеченні безпеки дорожнього руху є визначальною.

Аналіз останніх досліджень. Сучасні дослідження безпеки транспортних систем присвячені вивченню взаємозв'язку психофізіологічних показників водія і дорожньої обстановки. Такі роботи проводили Шапенко Є.М., Ляшук, О. Л., Цьонь, О. П., Дзюра, В. О., Бабій, М. В., Кристопчук, М. Є., Лисенко, С. В., Бодоряк, Ю. Д., Степанов, О. В. та інші дослідники, які доводили, що безпека транспортної системи неможлива без врахування емоційного стану водія, рівня його втоми та стресостійкості [1-3].

У сучасних дослідженнях особливу увагу приділяють:

- взаємозв'язку інтенсивності руху та нервово-психічного напруження водія;
- впливу погодних умов, освітлення та дорожньої розмітки на швидкість реакцій водія;
- ролі вольових якостей водія у запобіганні аварійним ситуаціям.

Дослідження показують, що водії з високим рівнем емоційної стійкості демонструють менший рівень помилок у складних умовах руху, таких як ожеледиця або туман. У той же час водії з низьким рівнем стресостійкості схильні до імпульсивних рішень, що підвищує ризик ДТП [4, с. 37-50].

Метою роботи є детальне вивчення проблем безпеки комплексної системи ВАДС із врахуванням психологічного чинника водія, визначення психофізіологічних критеріїв надійності та формування рекомендацій щодо підвищення ефективності системи.

У процесі керування транспортним засобом можна виділити три рівні поведінки водія.

1. Поведінка на основі знань - водій аналізує альтернативи дій, порівнює їх і обирає оптимальну. Цей процес потребує значних когнітивних ресурсів і підвищує психоемоційне навантаження.
2. Поведінка на основі правил - водій використовує сформовані алгоритми дій для певних дорожніх ситуацій. Цей рівень менш енергозатратний і дозволяє швидко приймати рішення.
3. Поведінка на основі навичок - автоматизовані реакції, які забезпечують максимально ефективне управління у критичних умовах з обмеженим часом на аналіз ситуації.

Оптимізація системи ВАДС досягається шляхом підвищення ефективності другого і третього рівнів.

Психофізіологічні показники водія.

Надійність водія визначається:

- швидкістю та точністю прийняття рішень;
- здатністю зберігати концентрацію у стресових ситуаціях;
- сенсомоторною координацією рухів;
- емоційною стійкістю та самоконтролем;
- адаптивністю до змін дорожніх умов.

Як приклад, можна зазначити, що сенсомоторна координація забезпечує водієві можливість одночасно контролювати швидкість, напрямок руху та дистанцію до інших об'єктів на дорозі, а також аналізувати поведінку інших учасників дорожнього руху.

Вплив екстремальних умов на надійність.

Виділяють три режими роботи водія:

- мінімальний низьке навантаження, наприклад, на малозавантаженій дорозі;
- оптимальний керування в умовах міського руху;
- екстремальний різке ускладнення дорожньої ситуації (аварійна обстановка, несправність автомобіля, екстремальні погодні умови).

Дослідження показують, що водії зі сильною нервовою системою добре справляються з екстремальними умовами, тоді як водії зі слабкою нервовою системою під час критичних ситуацій втрачають контроль і роблять помилки.

Емоційна стійкість визначається рівнем самоконтролю, темпераментом, вольовими якостями. Водії з високим рівнем емоційної стійкості менш схильні до імпульсивних рішень і можуть зберігати концентрацію під час стресу.

Увага водія є ключовим показником безпеки. Відомо, що людина здатна концентруватися переважно на одному каналі сприйняття, тому розподіл уваги між різними сигналами (візуальними, слуховими, тактильними) потребує тренування. Автоматизовані навички допомагають водієві одночасно виконувати кілька завдань без втрати безпеки [5, с. 197-209].

Також можна навести низку додаткових прикладів, які підтверджують значущість психологічного чинника у забезпеченні безпеки дорожнього руху. Зокрема, вплив погодних умов є одним із ключових факторів: дослідження, проведені в умовах ожеледиці, показали, що водії зі слабкою нервовою системою допускають приблизно на 40 % більше помилок під час екстреного гальмування.

Не менш важливим є фактор нічного руху. Водії з високою швидкістю психічних процесів демонструють значно кращу реакцію на раптові та непередбачувані перешкоди порівняно з тими, у кого такі процеси відбуваються повільніше.

Окремої уваги заслуговує вплив втоми та тривалості керування: після шести годин безперервного водіння точність прийняття рішень знижується на 25 - 30 %, що суттєво підвищує ймовірність виникнення аварійних ситуацій [6, с. 176–180]**.**

Висновки. У результаті проведеного дослідження встановлено низку положень, що дозволяють комплексно оцінити значущість психологічного чинника у забезпеченні безпеки системи «Водій - Автомобіль - Дорога - Середовище».

Елемент «водій» є найбільш вразливою складовою системи ВАДС. Ефективність функціонування системи безпеки без урахування

психофізіологічних характеристик водія істотно знижується, що підтверджує необхідність їх оцінювання та контролю.

1. Психофізіологічний відбір водіїв є дієвим механізмом підвищення надійності транспортної системи. Застосування таких методів дозволяє збільшити надійність системи на 10 - 25 % і скоротити рівень аварійності на 40 - 70 %, що свідчить про їхню високу практичну цінність.
2. Забезпечення безпеки дорожнього руху потребує комплексного підходу, який включає:

- системний аналіз причин і механізмів виникнення ДТП;
- оцінювання надійності всіх елементів транспортної системи;
- розроблення та впровадження методів психофізіологічного добору та тренування водіїв;
- врахування впливу зовнішніх факторів, зокрема погодних умов, інтенсивності руху та рівня освітлення.

3. Психологічні характеристики водія, серед яких стресостійкість, рівень концентрації уваги та емоційна стабільність, виступають ключовими детермінантами безпеки дорожнього руху та визначають здатність водія ефективно діяти в ускладнених або екстремальних умовах.
4. Високий рівень професійно важливих якостей водія сприяє мінімізації ризику виникнення аварійних ситуацій та забезпечує підвищення загальної ефективності функціонування комплексної системи ВАДС.

Список використаних джерел та літератури:

1. Шапенко, Є. М. (2020). Психофізіологічні особливості роботи водіїв автобусів в містах . Центральноукраїнський науковий вісник. Технічні науки : зб. наук. пр. - Кропивницький : ЦНТУ, 2020. - Вип. 3 (34). - С. 344-350.

2. Ляшук, О. Л.,Цьонь. О. П., Дзюра, В. О. (2022). Дослідження безпеки дорожнього руху на автошляхах. Центральноукраїнський науковий вісник. Технічні науки : зб. наук. пр. - Кропивницький : ЦНТУ, 2022. - Вип. 5(36). - Ч. 1. - С. 311-317.

3. Степанов, О. В. (2019). Концепція безпеки автомобільних транспортних засобів у транспортному процесі з урахуванням закономірностей впливу фактора людини (Doctoral dissertation, Харківський національний автомобільно-дорожній університет).

4. Бочелюк В.Й Застело А.О (2021). Соціально-психологічні особливості розвитку стресостійкості особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психології. - 2021. - № 1. - С. 37-50.

5. Чернишов, В. О. (2023). Формування емоційної стійкості кандидатів у водії при вивченні правил дорожнього руху. Психологія та соціальна робота, 53(1), 197-209.

6. Жемчужкіна, Т. В. Носова, О. Ю. Малахова. (2019). Система контролю стомлення м’язів водія перед рейсом. Безпека на транспорті – основа ефективної інфраструктури: проблеми та перспективи : наук. пр. IV Міжнар. наук.-практ. конф., 26–27 листоп. 2019 р. / Харків. нац. автомоб.-дор. ун-т. – Харків, 2019. – С. 176–180.

Багач Руслан Володимирович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового інституту
Українська інженерно-педагогічна
академія»
Харківського національного університету
ім. Каразіна

Науковий керівник:
Кучеренко Наталія Сергіївна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та
інноваційних оздоровчих технологій
Навчально-наукового інституту
«Українська інженерно-педагогічна
академія»
Харківського національного університету
ім. Каразіна

ЕМОЦІЙНА РЕГУЛЯЦІЯ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ УЧНІВ АВТОШКІЛ

Актуальність дослідження. Безпека дорожнього руху є комплексною міждисциплінарною проблемою, що охоплює технічні, організаційні та психофізіологічні аспекти. Попри важливість досконалих дорожніх умов, технічного стану транспортних засобів та ефективної організації руху, центральним елементом системи безпеки залишається людина, її психофізіологічні характеристики та емоційна стабільність. Саме поведінкові реакції водія визначають здатність прогнозувати ризики, адекватно реагувати на дорожні ситуації та ухвалювати рішення під тиском стресу [1].

Процес навчання в автошколі супроводжується значним рівнем емоційної напруги. Майбутні водії стикаються з новими когнітивними вимогами, високою відповідальністю, необхідністю швидкої сенсомоторної реакції, непередбачуваністю дорожнього середовища та страхом помилок. На

початкових етапах це призводить до підвищення ситуативної та особистісної тривожності, що негативно впливає на формування навичок безпечного керування [2]. До додаткових стресорів належать фізіологічний дискомфорт, страх невдач, високі очікування, нерівномірний темп опанування практики та невідповідність між досвідом учня і складністю дорожніх ситуацій [3; 4].

У контексті таких викликів особливої значущості набуває копінг-поведінка - система стратегій, за допомогою яких особистість долає стрес, зберігає емоційну рівновагу та забезпечує ефективність діяльності в умовах напруження. Незважаючи на значний обсяг досліджень у сфері стресу й копінгу, взаємозв'язок копінг - стратегій і тривожності саме у кандидатів у водії залишається недостатньо вивченим. Це підкреслює актуальність проблеми як з теоретичної, так і з прикладної точки зору.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні основи копінг-поведінки закладені у працях Р. Лазаруса і С. Фолькман, які розглядають копінг як когнітивно-поведінковий процес адаптації до стресу [5; 6]. Значний вклад у розвиток моделі копінгу здійснили Г. Хекхаузен, Л. Бірмен, С. Девідсон, Д. Амірхан, К. Карвер, Г. Сельє, що розкривають механізми психологічної регуляції та подолання стресових впливів [7].

У вітчизняній психології питання копінгу досліджували В. Абрамов, А. Вдовиченко, О. Войцеховська, Л. Карамушка, Г. Закалик, які аналізували копінг у професійній діяльності, навчально-виховному процесі та в контексті стресостійкості особистості [8; 9].

Зв'язок копінг - стратегій із психоемоційним напруженням, тривожністю та стресостійкістю детально описаний у дослідженнях Є. Бітюцької, Н. Водоп'янової, С. Макаренка, О. Сергієнко, А. Журавльова [10].

Проблематика психофізіології водія, адаптації до дорожнього середовища та поведінкових реакцій під час керування транспортним засобом розкрита у роботах В. Гайдукевича, Н. Гюлєва, М. Коц, М. Склярова, Т. Павловської [11].

Попри значний обсяг наукових праць у галузі психології стресу, дослідження копінг-поведінки майбутніх водіїв у процесі навчання водінню є фрагментарними. Це зумовлює необхідність проведення комплексного аналізу взаємозв'язку копінг-стратегій з емоційною регуляцією в учнів автошкіл.

Метою дослідження є вивчення копінг-стратегій учнів автошколи «Автомобіліст» м. Харків з урахуванням вікових і гендерних особливостей та визначення їх взаємозв'язку з емоційними станами та поведінковими реакціями в процесі формування навичок водіння.

Організація та методи дослідження. Період дослідження: 01.09.2025 – 01.12.2025. Вибірка: 35 учасників віком 18–55 років, серед яких:

- 12 % чоловіки;
- 88% жінки.

Методики:

1. «Діагностика копінг-поведінки» (Ендлер, Паркер; адаптація Т. Крюкової);
2. «Самооцінка станів тривожності, агресивності, фрустрації та ригідності» (адаптація Айзенка);
3. Google Forms для збору даних;
4. Статистична обробка у MS Excel 2019.

Результати дослідження

1. Типи копінг – стратегій

Серед учнів автошколи «Автомобіліст» м. Харків виявлено три основні стратегії:

- проблемно-орієнтована;
- емоційно-орієнтована;
- уникнення.

Поширеність:

- 75 % проблемно-орієнтована;
- 15 % уникнення;
- 7 осіб емоційно-орієнтована;
- 3 особи змішаний тип.

Домінування проблемно-орієнтованої стратегії свідчить про готовність учнів активно опановувати навички та долати труднощі.

2. Вікові особливості

- проблемно-орієнтовані середній вік 30 років;
- емоційно-орієнтовані середній вік 40 років.

Кореляційний аналіз:

- r = 0,12 вік і проблемно-орієнтований копінг;
- r = 0,17 вік і емоційний копінг;
- r = 0,01 вік і уникання.

Вікові відмінності статистично незначущі.

3. Гендерні особливості

Чоловіки:

- 100 % проблемно-орієнтований стиль.

Жінки:

- 75 % проблемно-орієнтований;
- 10 % емоційно-орієнтований;
- 15 % уникнення;
- окремі випадки змішаних стратегій.

Гендерні тенденції узгоджуються з літературними даними [12] .

Висновки

1. Копінг - поведінка є ключовим чинником психологічної готовності майбутніх водіїв. Обрані стратегії впливають на контроль емоцій, рівень тривожності та безпечність поведінки на дорозі.

2. Проблемно-орієнтований копінг домінує серед учнів автошкіл м. Харків, що відображає їх мотивацію до активного навчання та подолання труднощів.
3. Емоційно-орієнтовані та унікальні стратегії зустрічаються рідше, але саме вони підвищують психологічні ризики в процесі навчання.
4. Гендерні відмінності в копінгу узгоджуються з попередніми дослідженнями: чоловіки частіше орієнтуються на вирішення проблем, тоді як жінки демонструють ширший спектр реакцій [12].
5. Вікові відмінності несуттєві, що підтверджує домінування індивідуально-психологічних чинників над віковими.

Результати доцільно використовувати для розроблення тренінгів емоційної регуляції, програм формування стресостійкості та психологічної підтримки в автошколах.

Список використаних джерел та літератури:

1. Гайдукевич В. А., Потійчук О. Б. Основи транспортної психології: навч. посіб. Рівне: НУВГП, 2012. 207 с.
2. Павловська Т. С., Коць М. О. Феномен страху в освоєнні водійських навичок. Міжгалузеві диспути: динаміка та розвиток сучасних наукових досліджень: зб. наук. праць з матеріалами V Міжнар. наук. конф. (м. Тернопіль, 22 березня, 2024 р.). Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп, 2024. С. 144−147.
3. Гюлєв Н. У. Особливості ергономіки та психофізіології в діяльності водія: навч.посібник. Харків: ХНАМГ, 2012. 185 с.
4. Крутенко Ю. М. Сучасні підходи до психологічної підготовки водіїв. Наука і Освіта. 2010. Вип. 8. С. 23−28.
5. Абрамов В. В. Теоретико-методологічні підходи до дослідження копінг поведінки. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2013. Вип. 4. С. 108−114.
6. Александров Ю. В. Проблема копінг-стратегії в ситуації неуспіху. Особистість, суспільство, закон: тези доп. учасників міжнар. наук.-практ. конф. (м. Харків, 25 квіт. 2019 р.). Харків, 2019. С. 11–15. Журнал «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина») № 4(38) 2024
7. Іванова О. С. Взаємозв’язок рівня стресу та самооцінки стресостійкості з копінг стратегіями поведінки. Дніпропетровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2022. № 2. С. 109−116.
8. Вдовиченко А. В. Особливості копінг–поведінки особистості у життєвих та професійних ситуаціях. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2013. Вип. 114. С. 17−20.

9. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг- стратегій особистості. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. № 2. С. 95−104.
10. Макаренко С. С., Сидор Я. А. Сучасний підхід вивчення копінг-стратегій поведінки особистості в екстремальних умовах. 2019. URL: http://ena.lp.edu.ua:8080/bitstream/ntb/49324/2/2019_Makarenko_S_S Suchasnyi_ pidkhid_vyvchennia_106-108.pdf
11. Савченко О. С. Вплив психофізіологічних якостей майбутніх водіїв на безпеку дорожнього руху. Педагогіка та психологія. 2015. Вип. 51. С. 219–227.
12. Шайхлісламов З. Р, Горбенко В. Ю. Теоретичні підходи визначення копінг - стратегії поведінки особистості. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2023. Том 34 (73), № 1. С. 64−69.

Агапєєва Дар'я Володимирівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВІДНОСИН В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Сучасне українське суспільство функціонує в умовах тривалої соціальної та емоційної нестабільності, зумовленої воєнними подіями, вимушеними міграціями, розлуками членів сімей та загальним зростанням рівня стресу [1]. Такі обставини безпосередньо впливають на сім'ю як базове середовище розвитку дитини. Психоемоційне навантаження на батьків істотно зростає, тоді як доступ до ресурсів підтримки часто є обмеженим [2].

У цій ситуації потреба дитини у відчутті психологічної безпеки стає особливо гострою. Безпека перестає бути лише фоновою умовою розвитку й перетворюється на ключовий чинник емоційної стабільності. Саме сім'я формує перший досвід довіри до світу, прийняття та захищеності, який надалі впливає на спосіб сприймання реальності та себе в ній [3].

У центрі формування психологічної безпеки перебувають батьківсько-дитячі стосунки. Дослідники підкреслюють, що саме якість емоційної взаємодії між дорослим і дитиною визначає формування базової довіри,

здатність до емоційної регуляції та подальші моделі міжособистісних взаємин [4].

Ще в межах психоаналітичного підходу було показано, що ранні взаємини з батьками глибоко впливають на внутрішній світ дитини. З. Фройд наголошував, що дитина активно переживає стосунки з батьками, а ці переживання інтегруються у структуру особистості й визначають подальші способи реагування на напруження та конфлікти [3].

Подальший розвиток цих ідей отримав у теорії прив'язаності Дж. Боулбі. Автор довів, що для дитини принципово важливою є не окрема поведінка дорослого, а стабільність, чутливість і передбачуваність взаємодії. Саме досвід надійної прив'язаності створює внутрішнє відчуття опори, яке дозволяє дитині досліджувати світ без постійного страху втрати підтримки [4].

У сучасних психологічних підходах сім'я розглядається як цілісна система, у межах якої всі елементи перебувають у взаємозв'язку [5; 6]. Зміни в емоційному стані одного з членів сім'ї неминуче відображаються на інших. Напруженість між дорослими, хронічна втома або тривале переживання стресу створюють емоційний фон, який дитина зчитує навіть без вербалізації.

Гуманістичні підходи, зокрема концепція К. Роджерса, акцентують увагу на значенні безумовного прийняття, емпатії та автентичності дорослого [7]. За таких умов дитина отримує можливість вільно проявляти свої почуття, не побоюючись знецінення чи відкидання, що є важливою умовою формування психологічної безпеки.

Українські дослідники також підкреслюють значення повсякденних, на перший погляд незначних, взаємодій у сім'ї. Саме повторювані епізоди — інтонації, реакції на втому, спосіб підтримки в буденних ситуаціях — формують загальний емоційний клімат родини [8; 9].

У психологічній літературі повною вважається сім'я, у якій дитина проживає з обома батьками, тоді як неповною — сім'я з постійною відсутністю одного з них [10]. Водночас сучасні дослідження наголошують, що формальна структура сім'ї сама по собі не визначає якості батьківсько-дитячих стосунків [11].

У повних сім'ях існує потенціал для розподілу відповідальності та взаємної підтримки між дорослими [12]. За сприятливих умов це створює більш стабільний емоційний простір для дитини. Однак у випадках хронічних конфліктів між батьками цей ресурс може втрачатися, а відчуття безпеки дитини — порушуватися [13; 14].

У неповних сім'ях основне навантаження часто покладається на матір, що підвищує ризик емоційного та фізичного виснаження [15]. Водночас у багатьох таких сім'ях спостерігається висока емоційна близькість і згуртованість, які можуть компенсувати структурні обмеження та слугувати ресурсом психологічної стійкості.

Воєнні події суттєво змінюють умови функціонування як повних, так і неповних сімей. Мобілізація, вимушені переїзди, розлука членів родини часто призводять до тимчасової або тривалої втрати звичних ролей і підтримки [16].

Війна виступає хронічним стресором, що виснажує психоемоційні ресурси батьків. Дослідження показують, що тривале перебування дорослих у стані тривоги знижує їх здатність до емоційної чутливості та послідовності у взаємодії з дитиною, що безпосередньо відбивається на її психологічному стані.

Водночас збереження емоційної доступності хоча б одного дорослого значно підвищує адаптаційні можливості дитини навіть за складних зовнішніх умов.

В українських реаліях саме мати найчастіше виступає ключовою фігурою, через яку дитина інтерпретує події навколишнього світу. У неповних сім'ях це навантаження особливо зростає. Дослідники описують ризик інверсії ролей, коли дитина починає брати на себе відповідальність за емоційний стан матері [17; 18].

Хоча така динаміка може тимчасово знижувати напруження в сім'ї, у довгостроковій перспективі вона порушує межі та ускладнює формування відчуття психологічної безпеки дитини.

Таким чином, повні й неповні сім'ї в сучасних умовах стикаються з подібними викликами, однак мають різні ресурси й способи адаптації. Тип сім'ї доцільно розглядати не як оцінний критерій, а як контекстний фактор, що задає рамку для материнсько-дитячих взаємин.

Вирішальним для формування психологічної безпеки дитини є не формальний склад сім'ї, а якість емоційної взаємодії, рівень прийняття, близькості та організованості сімейних стосунків. Саме ці параметри й потребують подальшого емпіричного аналізу, що й зумовлює логіку наступного етапу дослідження.

Для подальшого аналізу важливим є не сам факт повноти чи неповноти сім'ї, а якість емоційної взаємодії, рівень прийняття, близькості та організованості стосунків. Саме ці параметри визначають, наскільки сімейне середовище може виконувати функцію психологічної безпеки для дитини. Це й зумовлює необхідність емпіричного дослідження особливостей материнсько-дитячих взаємин у повних і неповних сім'ях у сучасних умовах.

Список використаних джерел та літератури:

1. Богуславська, С. Ю., Довгань, А. О. (2023). Психологічні особливості функціонування сімей військовослужбовців та їхня адаптація до сучасних умов. Психологія і суспільство, (2), 52–61.
2. Лукашенко, З. В., Яцишин, А. М. (2024). Батьківський стрес та його вплив на емоційне вигорання в умовах тривалої невизначеності. Український психологічний журнал, (1), 78–89.

3. Фрейд, З. (2020). Вступ до психоаналізу (Лекції 1–15). Харків : Клуб Сімейного Дозвілля. (448 с.).
4. Bowlby, J. (1988). A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York: Basic Books. (240 p.).
5. Minuchin, S. (1974). Families and Family Therapy. Cambridge, MA: Harvard University Press. (236 p.).
6. Ейдеміллер, Е. Г., Юстицкис, В. В. (2008). Психологія і психотерапія сім'ї. Санкт-Петербург : Пітер. (672 с.).
7. Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin. (420 p.).
8. Карамушка, Л. М., Терещенко, К. В. (2023). Психологічні чинники забезпечення безпеки дитини в освітньому середовищі. Психологічні науки: проблеми і здобутки, (1), 24–30.
9. Кочубей, Т. Д. (2021). Дослідження емоційного клімату сім'ї у контексті формування особистості дитини. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота, (2), 160–164.
10. Савчук, Б. П. (2018). Соціологія сім'ї: Навчальний посібник. Київ : Кондор. (324 с.).
11. Рахімова, О. С. (2020). Якість батьківсько-дитячих стосунків у різних типах сімей. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія, (66), 115–123.
12. Титаренко, Т. М. (2019). Психологічне здоров'я особистості: механізми саморегуляції. Київ : ТОВ «Інформаційні системи». (368 с.).
13. Шевченко, Н. Ф. (2022). Вплив подружніх конфліктів на емоційний стан дитини. Проблеми сучасної психології, (1), 98–105.
14. Гридковець, М. В. (2023). Роль сімейної медіації у збереженні психологічної безпеки дітей. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціологія, (2), 45–51.
15. Орбан-Лембрик, Л. Е. (2017). Соціальна робота з сім'ями: Навчальний посібник. Київ : Академвидав. (248 с.).
16. Коваленко, М. А. (2024). Адаптація сімей військовослужбовців до зміни соціальних ролей. Психологія і соціум, (2), 34–45.
17. Хомич, А. В. (2021). Інверсія ролей у неповних сім'ях як фактор ризику порушення психологічних меж. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки, (1), 114–120.
18. Скрипченко, О. В. (2019). Психологічні наслідки порушення сімейних меж. Теоретичні і прикладні проблеми психології, (1), 90–97.

Беляєва Юліана Станіславівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПРОСВІТНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ У ШКОЛІ: МЕТОДИ ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПЕДАГОГІВ, БАТЬКІВ ТА УЧНІВ

Психодіагностика є фундаментальним елементом професійної діяльності практичного психолога, оскільки від її якості, точності та відповідності етичним нормам залежить ефективність подальшої психокорекційної, консультативної або психотерапевтичної роботи. У сучасному суспільстві, де темп життя, рівень стресу та інформаційне навантаження постійно зростають, важливість кваліфікованої психодіагностики неможливо переоцінити. Вона дозволяє зрозуміти індивідуальні психологічні особливості людини, її внутрішні ресурси та конфлікти, а також виявити фактори, що можуть спричинити психологічний дискомфорт або дезадаптацію. Актуальність теми підкріплюється необхідністю дотримання психологами високих професійних та етичних стандартів, оскільки необережне або неправильне використання діагностичних методів може призвести до помилкових висновків, зашкодити психічному стану клієнта та підірвати довіру до професії психолога в цілому [1, с. 15].

Мета даної роботи – надати теоретичний та аналітичний огляд основних методів психодіагностики, визначити нормативні та методологічні вимоги до її проведення, проаналізувати етичні принципи, що регулюють професійну діяльність практикуючого психолога.

Психодиагностика трактується як процес виявлення, вимірювання та аналізу психологічних характеристик особи, групи або ситуації за допомогою спеціально розроблених методів та інструментів [2, с. 38]. Її головним завданням є отримання об'єктивної, достовірної та науково обґрунтованої інформації, яка дозволяє зрозуміти структуру людської психіки, механізми її поведінки та особливості сприйняття, пам'яті, мислення та емоційної сфери. У рамках психодіагностики існує кілька груп методів, які доповнюють один одного. Стандартизовані методи (тести, опитувальники, шкали) дають змогу отримати кількісні показники, порівняти результати з нормами та сформувати статистично обґрунтовані висновки. До таких інструментів належать шкала

тривожності Спілбергера-Ханіна, тест Айзенка, опитувальник Бека тощо; їх використання вимагає перевірки валідності та надійності, а також адаптації до відповідного культурного середовища [3, с. 59]. Якісні методи — спостереження, інтерв'ю, аналіз продуктів діяльності, клінічна бесіда — спрямовані на глибше розуміння індивідуального досвіду, мотивів, установок і емоційних реакцій клієнта; вони дозволяють враховувати контекст життєвої ситуації, який не завжди піддається кількісному вимірюванню.

Окрему групу складають проективні методи, спрямовані на виявлення несвідомих тенденцій, внутрішніх конфліктів та емоційних установок (тест Роршаха, тематичний аперцептивний тест, «Будинок-Дерево-Людина», «Неіснуюча тварина» тощо).

Оптимальною практикою вважається поєднання різних методів в рамках єдиної «батареї тестів», що забезпечує комплексний аналіз особистості. У цьому процесі психолог виступає не тільки як технічний тестувальник, але й, перш за все, як дослідник, який формулює гіпотези, інтерпретує результати, співвідносить їх з даними спостережень та інтерв'ю і інтегрує їх у цілісну психологічну модель клієнта. Якість психодіагностичної діяльності визначається не тільки правильним підбором методів, але й дотриманням низки професійних вимог. Що стосується інструментів, то необхідно використовувати стандартизовані, адаптовані та психометрично перевірені методи; неприпустимо покладатися на «популярні» або несертифіковані онлайн-тести, які не мають наукового обґрунтування, а також використовувати застарілі або неправильно перекладені анкети, що неминуче призводить до діагностичних помилок. Процедура обстеження повинна бути максимально стандартизованою: проводитися в спокійній, безпечній атмосфері, без зайвих подразників та психологічного тиску, з суворим дотриманням інструкцій, фіксацією реакцій клієнта та мінімізацією суб'єктивного впливу з боку фахівця.

Особливої уваги заслуговують вимоги до компетентності психолога. Фахівець повинен мати достатні теоретичні знання про закономірності розвитку та функціонування психіки, розуміти межі застосування кожної техніки та мати практичний досвід її використання. Інтерпретація результатів повинна здійснюватися з урахуванням вікових, соціокультурних та індивідуальних психологічних особливостей клієнта, а не зводитися до механічного прочитання числових показників. Важливо також дотримуватися правил зберігання та захисту діагностичних даних: протоколи, форми та інші матеріали повинні бути надійно захищені від доступу сторонніх осіб і використовуватися виключно в професійних цілях [4, с. 26].

Етика є центральним елементом психодіагностичної практики. Психологи усвідомлюють свою відповідальність за наслідки своєї роботи і повинні дотримуватися основних етичних принципів. Інформована згода вимагає добровільної участі клієнта в дослідженні та його обізнаності про його мету, тривалість, можливі емоційні реакції та те, як будуть використовуватися

результати. Принцип конфіденційності вимагає, щоб інформація, отримана під час діагностики, зберігалася в таємниці, і забороняє її передачу третім особам без згоди клієнта, за винятком ситуацій, коли існує реальна загроза життю або безпеці. Принцип компетентності означає, що психолог не має права проводити психодіагностику без відповідної підготовки та належного оволодіння методологією; систематичне самоосвіту, супервізія та професійний розвиток є обов'язковими компонентами практики. Принцип «не нашкодь» забороняє використання результатів тестування для маніпулювання, дискримінації або приниження людської гідності. Нарешті, відповідальність і чесність означають, що неприпустимо навмисно спотворювати результати або «підганяти» їх під очікування клієнта чи адміністрації; етична цілісність є основою професійної довіри до психологів [5, с. 19]. Дотримання цих принципів створює атмосферу довіри, безпеки та взаємної поваги між клієнтом і фахівцем, що є необхідною передумовою ефективної психологічної роботи.

Психодиагностична діяльність є складним, багаторівневим процесом, який вимагає від практикуючого психолога високого рівня професійної компетентності, методологічної точності та етичної свідомості. Вона поєднує використання науково обґрунтованих методів дослідження з гуманістичними принципами людських відносин та особистою відповідальністю фахівця. Тільки за умови дотримання нормативних і методологічних вимог (валідність, надійність, адаптивність методів), об'єктивності досліджень та етичних стандартів (конфіденційність, інформована згода, компетентність і нешкідливість) результати психодіагностики можуть стати надійною основою для подальшої психокорекційної або психотерапевтичної роботи. Професійно організована психодіагностика не тільки допомагає глибше зрозуміти особистість клієнта, але й служить важливим засобом підтримки, розвитку та зміцнення його психологічного благополуччя.

Список використаних джерел та літератури:

1. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика : підручник. Київ : Академвидав, 2021. 320 с.
2. Карпенко З. С. Психодіагностичні методи в практиці психолога. Львів : Світ, 2019. 276 с.
3. Сидоренко О. Г. Адаптація зарубіжних психодіагностичних тестів у вітчизняній практиці. Науковий вісник Київського університету імені Т. Шевченка. Психологія. 2020. № 7. С. 50–60.
4. Етичний кодекс психолога. Київ : Товариство психологів України, 2017. 25 с.
5. Мороз Т. В. Етичні принципи діяльності практичного психолога. Психологічний журнал. 2021. № 2. С. 17–23.

Борзова Лариса Валеріївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ПОДОЛАННЯ ВНУТРІШНІХ БАР'ЄРІВ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Наукове психологічне забезпечення підготовки спортсменів обов'язково включає в більшому або меншому ступені пророблення абсолютно всіх проблем, що зустрічаються у спортсменів.

Виділимо чотири напрямки практичної роботи психолога в підготовці спортсменів.

1. Індивідуалізація прийомів управління спортивною діяльністю.

Це стосується форм спілкування (в першу чергу тренера, наукового і обслуговуючого персоналу) зі спортсменом: стиль спілкування; настанов перед змаганнями; елементів емоційної підтримки.

2. Особливе місце в психологічному забезпеченні займає праця по контролю навантажень тренування спортсменом, готовності до тренувань, змагань.

3. Важливими в підготовці спортсменів є прийоми психологічних засобів відновлення психічної свіжості і функціональної працездатності, настроювання на майбутню, особливо щодо змагань, діяльність.

4. Психотерапевтична робота зі спортсменами. Практика роботи в сфері спорту вищих досягнень свідчить про достатньо високий відсоток (від 7 до 12) спортсменів, що мають стійкі психопатологічні порушення, викликані саме особливостями спортивної діяльності.

У сучасних умовах зростання психологічних навантажень у спортивній діяльності особливого значення набуває проблема подолання внутрішніх психологічних бар'єрів. Такі бар'єри, як страх поразки, невпевненість у власних силах, знижена мотивація та емоційне напруження, істотно впливають на ефективність спортивної діяльності та особистісний розвиток спортсмена.

В багатьох випадках ефективність діяльності спортсмена знижується від того, що перед роботою або в процесі її виконання у нього розвиваються

несприятливі психофізіологічні стани: тривожність, страх, монотонія, психічне пересичення, стомлення, фрустрація.

Стан психічної напруженості невеликого і середнього ступеня виразності підвищує ефективність діяльності у всіх спортсменів, незалежно від їх типології. Однак при великій напрузі раніше погіршується ефективність діяльності у спортсменів зі слабкою нервовою системою і з перевагою збудження по «зовнішньому» балансу, так як у них швидше розвивається позамежне гальмування.

Стан боязкості (страху) легше формується у осіб, що мають типологічний комплекс: слабку нервову систему, рухливість гальмування і перевагу гальмування по «зовнішньому» балансу. Обумовлено це тим, що особи зі слабкою нервовою системою більш тривожні, більш чуттєві до зовнішніх факторів і, крім того, володіють меншою сміливістю, тобто здатністю подавляти страх, направляти свою свідомість на досягнення мети, а не на переживання почуття страху.

У осіб з типологічним комплексом боязкості відзначається посилення реакції при повторному потраплянні в суб'єктивно небезпечну для них ситуацію. Лише багаторазове повторення ситуації викликає у них звикання до неї.

Стан стомлення пізніше розвивається у осіб зі слабкою нервовою системою і інертністю нервових процесів. Це пояснюється тим, що особи зі слабкою нервовою системою працюють більш економічно, ніж особи з сильною нервовою системою.

Особи, з сильною нервовою системою, з перевагою гальмування по «зовнішньому» балансу, з перевагою збудження по «внутрішньому» балансу і з інертністю нервових процесів здатні краще протистояти наступаючому стомленню, так як володіють більшою терпимістю, що виражається в здатності підтримувати тривалий час заданий рівень інтенсивності роботи на фоні виниклої утоми. Як видно, особи з інертністю нервових процесів можуть довше працювати як до появи стомлення, так і після.

Стан фрустрації у спортсменів з сильною нервовою системою розвивається, як правило, лише після тривалого і масивного психічного впливу і виражається частіше усього в різноманітних стенічних реакціях. У спортсменів зі слабкою нервовою системою стан фрустрації може з'явитися і при впливі незначного по силі психічного впливу і проявляється частіше за все в формі астенії, ефектних реакцій.

Висновки:

1.Проаналізовано внутрішні психологічні бар'єри як складні особистісні утворення, що виникають у процесі спортивної діяльності та зумовлюються індивідуальними особливостями, рівнем саморегуляції й мотивації.

2. Обґрунтовано роль таких психологічних механізмів подолання бар'єрів, як усвідомлення власних емоційних станів, розвиток самоконтролю, формування адекватної самооцінки та внутрішньої мотивації.

3. Показано, що ефективне подолання бар'єрів сприяє підвищенню результативності діяльності, зниженню тривожності та зміцненню психологічної стійкості.

4. Подолання психологічних бар'єрів у спортивній діяльності є важливим чинником особистісного зростання та самореалізації дозволяє спортсменам ефективніше адаптуватися до стресових ситуацій і досягати стабільних результатів.

Вербицька Єлизавета Дмитрівна
учениця 11-Б класу
Дніпровського наукового
хіміко-екологічного ліцею
Дніпровської міської ради, м. Дніпро

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПЕРЕЖИВАННІ ЖИТТЄВИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Актуальність теми дослідження. Юнацький вік є сенситивним періодом становлення самосвідомості, ціннісно-смислової сфери та життєвого самовизначення, що підвищує вразливість до кризових переживань. В умовах соціальної нестабільності та зростання невизначеності життєві кризові ситуації у юнаків нерідко супроводжуються підвищенням тривожності, емоційною напругою й дезадаптивними формами реагування. Оскільки переживання кризи має суб'єктивний характер і опосередковується індивідуально-психологічними особливостями, актуальним є комплексне вивчення взаємозв'язку рівня тривожності та копінг-стратегій у подоланні кризових ситуацій у юнацькому віці.

Мета дослідження – виявити особливості переживання життєвих кризових ситуацій у юнацькому віці та проаналізувати їх зв'язок із рівнем тривожності й копінг-стратегіями подолання.

Об'єкт дослідження – процес переживання життєвих кризових ситуацій у юнацькому віці.

Предмет дослідження – рівень тривожності та копінг-стратегії подолання життєвих кризових ситуацій у юнацькому віці.

Методи дослідження. У роботі використано теоретичні методи аналізу й узагальнення наукових джерел, а також емпіричні методики: «Індикатор

копінг-стратегій» Дж. Амірхана (адаптація Н. О. Сироти, В. М. Ялтонського) та шкалу самооцінки тривожності Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна (STAI). Для обробки результатів застосовано методи описової статистики та порівняльного аналізу.

Основна гіпотеза дослідження полягає в тому, що переживання життєвих кризових ситуацій у юнацькому віці зумовлене рівнем реактивної та особистісної тривожності й пов'язане з вибором копінг-стратегій: зі зростанням тривожності знижується орієнтація на проблемно-орієнтоване подолання та зростає схильність до уникання й пошуку соціальної підтримки.

Організація та вибірка дослідження. Емпіричне дослідження проведено дистанційно з використанням Google Forms. Вибірку становили здобувачі освіти віком 17–19 років (n = 30; 19 дівчат, 11 хлопців). Дотримано принципів добровільності участі, анонімності та конфіденційності.

Отримані результати та їх інтерпретація. На наступному етапі здійснено аналіз показників ситуативної (реактивної) та особистісної тривожності за шкалою Спілбергера–Ханіна (STAI). У вибірці виявлено три рівні вираженості тривожності — низький, помірний і високий, що дозволяє говорити про неоднорідність емоційного фону юнаків у контексті переживання кризових ситуацій. Узагальнені значення демонструють послідовне зростання середніх показників у міру підвищення рівня тривожності: у групі з низькими значеннями РТ = 26,8 бала, ОТ = 30,5 бала; у групі з помірними – РТ = 38,2 бала, ОТ = 39,9 бала; у групі з високими – РТ = 53,7 бала, ОТ = 50,9 бала.

Інтерпретація отриманих даних дає підстави вважати, що низькі показники пов'язані з відносною емоційною стабільністю та достатньою саморегуляцією. Помірний рівень відображає нормативний для юнацького віку стан напруження, що актуалізується в умовах значущих життєвих виборів і змін. Високі показники, натомість, свідчать про виражене емоційне напруження та стійку тривожну налаштованість, що потенційно ускладнює конструктивне подолання кризових ситуацій і підвищує ризик неадаптивних реакцій.

На тлі виявлених відмінностей у рівнях тривожності наступним кроком стало зіставлення емоційного фону респондентів із їхніми способами подолання життєвих труднощів за методикою «Індикатор копінг-стратегій» Дж. Амірхана, що охоплює три базові стратегії: вирішення проблем, пошук соціальної підтримки та уникнення. Отримані дані засвідчили чітку зміну «копінг-профілю» залежно від рівня тривожності. У групі з низькою тривожністю найвиразнішою була стратегія вирішення проблем (М = 31,8), тоді як уникнення мало мінімальні значення (М = 14,0), а пошук підтримки займав проміжну позицію (М = 23,5). У групі з помірною тривожністю спостерігалося зниження показників вирішення проблем (М = 25,8) і зростання уникнення (М = 21,8) за близьких значень пошуку соціальної підтримки (М = 22,7), що відображає більш варіативний та менш стабільний репертуар подолання. У групі з високою тривожністю провідними стали уникнення (М =

29,8) і пошук соціальної підтримки (M = 27,9), натомість стратегія вирішення проблем виявилася найменш вираженою (M = 19,7).

Виявлені тенденції узгоджуються і з розподілом домінуючих стратегій у групах: у низькотривожній групі переважає орієнтація на вирішення проблем (7 осіб), тоді як пошук підтримки (2 особи) та уникнення (1 особа) представлені значно менше; у групі з помірною тривожністю співвідношення є більш збалансованим (вирішення проблем – 4 особи, пошук підтримки – 3 особи, уникнення – 3 особи); у групі з високою тривожністю домінування зміщується у бік уникнення та підтримки (вирішення проблем – 2 особи, пошук підтримки – 4 особи, уникнення – 4 особи). Таким чином, на описовому рівні простежується закономірність: зі зростанням тривожності зменшується орієнтація на активне проблемно-орієнтоване подолання, натомість підсилюється використання уникнення та актуалізується пошук соціальної підтримки як способу емоційної стабілізації в кризових ситуаціях.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що рівень тривожності у юнацькому віці виступає важливим психологічним чинником, який пов’язаний зі зміною поведінкових способів подолання кризових ситуацій. За нижчих показників тривожності більш характерною є орієнтація на активне вирішення проблем, тоді як зростання реактивної та особистісної тривожності супроводжується зміщенням у бік стратегій, спрямованих передусім на зниження емоційної напруги (уникнення) та залучення зовнішніх ресурсів (пошук соціальної підтримки). У цьому контексті тривожність можна розглядати не лише як показник інтенсивності кризового переживання, а й як фактор, що опосередковує доступність проблемно-орієнтованих форм реагування.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання його результатів під час розроблення психопрофілактичних і психоосвітніх заходів для молоді. Доцільними є програми, спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, підвищення толерантності до невизначеності та формування ефективних копінг-стратегій, зокрема проблемно-орієнтованого подолання й конструктивного використання соціальної підтримки. Перспективи подальших досліджень пов’язані з розширенням вибірки, уточненням ролі додаткових особистісних чинників (життєстійкості, самооцінки, локусу контролю) та перевіркою ефективності цілеспрямованих психологічних інтервенцій, спрямованих на оптимізацію копінг-поведінки у кризових ситуаціях.

Веселовська Олександра Андріївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ОСВІТНЯ ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Психологічна культура є важливою складовою гармонійного особистісного розвитку, що визначає якість спілкування, рівень емоційного інтелекту, здатність до саморегуляції та адекватної реакції на життєві труднощі. У сучасних школах саме практичний психолог відіграє провідну роль у підвищенні психологічної грамотності всіх учасників освітнього процесу, адже ефективне навчання неможливе без позитивного психологічного клімату, взаєморозуміння та партнерства. Актуальність проблеми зумовлена зростанням психоемоційного навантаження на вчителів, батьків і дітей, посиленням конфліктності в шкільному середовищі, необхідністю розвитку психологічної стійкості та культури взаємодії в умовах сучасних соціальних викликів [2, с. 57]. Мета даної роботи – узагальнити теоретичні підходи до розуміння психологічної культури учасників освітнього процесу та визначити ефективні методи педагогічної діяльності для практичних психологів у навчальних закладах.

Психологічна культура розглядається як інтегрована риса особистості, що поєднує психологічні знання, здатність розуміти власні емоції та емоції інших, навички регулювання поведінки та конструктивну комунікацію. Її структура включає когнітивний компонент (знання психології, сформовані уявлення про себе та інших), емоційний (здатність до емпатії, емоційна чутливість), поведінковий (здатність вирішувати конфлікти без насильства, підтримувати інших) та ціннісно-мотиваційний (орієнтація на саморозвиток, взаємоповага, гуманістичні цінності) [3, с. 89]. Для вчителів психологічна культура означає здатність створювати сприятливий мікроклімат у класі, запобігати конфліктам та підтримувати власний емоційний баланс. Для батьків це основа ефективного виховання, розуміння вікових потреб дитини та побудови довірчих стосунків. Для учнів високий рівень психологічної культури пов'язаний із розвитком самосвідомості, відповідальності, толерантності та навичок взаємодії з однолітками та дорослими.

Освітня діяльність у школі розуміється як система цілеспрямованих організаційних та змістовних заходів, спрямованих на поширення психологічних знань, формування уявлень про закономірності розвитку особистості, особливості міжособистісної взаємодії та збереження психічного здоров'я. Н. В. Стадник виділяє три основні напрямки такої роботи: з вчителями, з батьками та з учнями [1, с. 314]. У взаємодії з вчителями освітня діяльність спрямована на підтримку їх у вирішенні професійних та емоційних труднощів, запобігання професійному вигоранню, розвиток емпатії та навичок конструктивного спілкування в педагогічній взаємодії. Робота з батьками спрямована на підвищення педагогічної культури, формування відповідальної батьківської позиції та розвиток уміння враховувати вік та індивідуальні особливості дитини. Орієнтована на учнів освіта передбачає формування навичок самопізнання, саморегуляції, позитивного самосприйняття та відповідального ставлення до власного психічного благополуччя.

Сучасний підхід до освітньої роботи виходить за рамки традиційних форматів лекцій і передбачає активне використання інтерактивних методів. Доцільно проводити психологічні семінари з викладачами щодо профілактики емоційного вигорання, розвитку емпатії у професійній взаємодії та оволодіння техніками позитивного спілкування, а також організовувати групові тренінги з особистісного зростання та наглядові зустрічі з аналізом складних педагогічних ситуацій. Для батьків ефективними є освітні лекції та дискусії, «школи батьківства» у форматі серії тематичних зустрічей, батьківські клуби з елементами арт-терапії та обміну досвідом виховання дітей різного віку [1, с. 316]. Робота з учнями може здійснюватися через тренінги з емоційного інтелекту та саморегуляції, вправи на усвідомлення та вираження емоцій, інтерактивні форми профілактики агресії та булінгу, а також організацію груп підтримки для підлітків, які переживають емоційні труднощі.

Інформаційно-комунікаційні засоби стають важливим ресурсом для освітньої діяльності: психологічні бюлетені, шкільні блоги, тематичні сторінки в соціальних мережах, відеолекції та вебінари, інформаційні куточки в школах. Використання анкет та опитувань спонукає учасників освітнього процесу до самоусвідомлення, розвиває інтерес до власного психологічного стану, підвищує усвідомлення необхідності саморозвитку. Такі засоби роблять психологічну інформацію доступною, зрозумілою та практично значущою для широкої аудиторії.

У цьому контексті практичний психолог виступає організатором і координатором освітньої роботи, об'єднуючи школу і сім'ю в єдиний освітній простір. Його завданням є створення умов для відкритого діалогу між вчителями, батьками та учнями, забезпечення безпечної атмосфери для обговорення актуальних питань і спільного пошуку шляхів їх вирішення [2, с. 61]. Психолог виступає посередником і фасилітатором, який підтримує конструктивну взаємодію, допомагає учасникам освітнього процесу побачити свій власний внесок у психологічний клімат школи та усвідомити можливості

його поліпшення. У цьому плані особливе значення має систематичність і безперервність освітньої діяльності, адже саме регулярна робота сприяє формуванню стійких установок і навичок психологічно компетентного поведінки.

Ефективність освітніх заходів підтверджується реалізацією комплексних шкільних проектів, таких як «Тиждень психології», що поєднує майстер-класи, тренінги, інформаційні стенди та опитування, або формати «Коло довіри», де вчителі, учні та батьки мають можливість разом обговорити труднощі та досягнення шкільної спільноти. Психологічні семінари, арт-терапевтичні заходи та творчі проекти, спрямовані на самоусвідомлення та розвиток командної роботи, допомагають зміцнити психологічний клімат у школі, зменшити конфлікти та підвищити задоволеність навчанням і почуття безпеки в освітньому середовищі.

Отже, освітня діяльність є невід'ємною складовою психологічного супроводу навчального процесу та важливим засобом підвищення психологічної культури вчителів, батьків і учнів. Її ефективність значною мірою залежить від рівня професійної підготовки практичного психолога, готовності педагогічного колективу до співпраці та відкритості батьків до взаємодії зі школою. Інтерактивні методи роботи забезпечують глибше засвоєння психологічних знань, стимулюють саморозвиток і сприяють формуванню здорової, впевненої в собі та соціально адаптованої особистості дитини. Як ініціатор позитивних змін, практичний психолог може суттєво вплинути на створення психологічно безпечного та сприятливого шкільного середовища, в якому кожен учасник освітнього процесу відчуває повагу, прийняття та можливість розвиватися.

Список використаних джерел та літератури

1. Стаднік Н. В. Інформаційно-просвітницька робота з батьками молодших школярів у взаємодії школи і сім’ї. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2019. № 27. С. 313–318.
2. Гордієнко Л. В. Психологічна культура педагогів як чинник ефективності взаємодії учасників освітнього процесу. Соціальні науки: проблеми і досягнення. 2023. № 1(47). С. 56–64.
3. Кучерява Н. О. Взаємодія сім’ї та школи у формуванні особистості школяра [Електронний ресурс]. URL: https://vseosvita.ua/library/embed/0001h8-f194.doc.html (дата звернення: 11.10.2025).
4. Мельник А., Петренко І. Стратегії взаємодії сім’ї і школи у поствоєнний період : методичні рекомендації / А. Мельник, І. Петренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2024. 50 с.
5. Кулешова О. Психологічна просвіта батьків як складова превентивної діяльності психологічної служби дошкільної освіти [Електронний

ресурс]. URL: https://social-science.uu.edu.ua/article/470 (дата звернення: 11.10.2025).

Гетьман Дар'я Володимирівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ ПСИХОЛОГІВ: ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ ВИСНАЖЕННЯ

Робота психологів належить до сфери, де фахівці постійно взаємодіють з людськими труднощами, переживають емоційний тиск і потребують емпатії до клієнтів. Це створює ризик, як психологічного вигорання так і емоційного виснаження. Такі стани негативно впливають не тільки на самопочуття психолога, але й на якість його роботи. Ця тема є важливою, оскільки через те, що зростає навантаження у психологів в кризових умовах, такі як військовий стан та економічна нестабільність, зростає потреба в їхній допомозі.

Метою роботи є проаналізувати ключові причини, що призводять до психологічного вигорання та емоційного виснаження серед психологів, а також охарактеризувати їхні симптоми та вплив на професійну діяльність фахівця.

Проблема синдрому емоційного вигорання досліджується у роботах зарубіжних і вітчизняних психологів. Питанням його змісту, структурі та методів діагностики присвячені праці В. Бойко, М. Бурищ, Н. Водоп'янова, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, І. Кущ, Н. Левицька, Г. Ложкін, С. Максименко, К. Маслач, М. Смульсон, О. Старченкова, Т. Форманюк, Х. Фрейденбергер, У. Шуфелі, А. Юр'єв та ін. Термін «синдром емоційного вигорання» («burnout») був уперше запропонований у 1974 р. американським психіатром Х. Фрейденбергером. Цим терміном дослідник визначав психологічний стан здорових людей, які тривалий час працюють в кмовах інтенсивної взаємодії з пацієнтами (клієнтами) й високого емоційного напруження [1].

До основних причин винекнення емоційного вигорання психологів належать: тривалий вплив професійного стресу; накопичення негативних емоцій; брак визнання чи справедливої винагороди за роботу; відсутність підтримуючих стосунків та допомоги; монотонність та одноманітність в

роботі; психологічний тиск, конкуренція [2]. У своєму поєднанні ці чинники поступово виснажують емоційні ресурси фахівця, що знижує мотивацію до професійної діяльності та підвищує ризики формування синдрому емоційного вигорання.

Професійне вигорання - це психофізіологічна реакція організму людини на тривалі стреси різного рівня інтенсивності, обумовлена її професійною діяльністю, що розгортається в поетапному проходження рівнів напруження, резистенції та виснаження [5]. Цей вид вигорання у психологів формується під впливом комплексу чинників, серед яких провідними є надмірне робоче навантаження, хронічний дефіцит часу, робота в умовах підвищеної відповідальності за психологічну безпеку улієнта, а постійне емоційне включення у проблеми інших людей. Додатково такі ризики посилюють невизначенність робочих вимог, недостатню підтримку колег або адміністрації, конфліктні ситуації, високий рівень стресу та специфіка професійних ролей. Це вимагає від психолога контролю великої кількості паралельних процесів.

У сучасні психології виділяють кілька підходів до розуміння структури синдрому професійного вигорання. Однокомпонентна модель трактується як вигорання переважно як емоційне виснаження – стан глибокого емоціного виснаження, що знижує здатність фахівця до емпатії та зберігання професійної мотивації [4].

Двокомпонентні моделі доповнюють його феноменом деперсоналізаціції – емоційного відсторонення та формального ставлення до клієнтів [4]. Трикомпонентні моделі, представлені у працях К. Маслач та С. Джексоном, включають також редукцію професійного досягнень, тобто суб'єктивне відчуття зниження ефективності і компетентності фахівця [6]. У своїй сукупності ці компоненти дозволяють розглядати вигорання як багатовимірний процес, який охоплює емоційну, когнітивну та поведінкову сфери діяльності психолога.

Розвиток професійного вигорання відбувається поступово і зазвичай описується через три стадії:

- Стадія напруження проявляється підвищеною тривожністю, емоційною лабільністю, відчуттям перевантаження та зростаючою невдоволеністю робочими умовами.
- Стадія резистенції характеризується спробами психолога протистояти напрузі шляхом емоційного відсторонення, уникання зайвих контактів або формального виконання обов’язків.

Резистенція – людина прагне захистити себе від негативних емоцій та зовнішніх подразників. Процес протистояння стресу запускається одразу ж, як тільки виникає тривога, що є цілком природною реакцією. Фахівець, усвідомлено чи інтуїтивно, шукає шляхи полегшення тиску обставин, використовуючи доступні йому методи [5].

- Стадія виснаження супроводжується різким зниженням енергетичного ресурсу, апатією, порушення сну, зниженням мотивації та відчуття професійної неспроможності [5]. На цьому етапі вигорання суттєво впливає як на якість роботи, так і на особисте життя психолога.

Окрім загальних чинників, до специфічних детермінант синдрому професійного вигорання саме у психологів належать постійне високе емоційне напруження, пов'язане з відповідальністю за процес роботі з клієнтами, необхідність в контролі та організовуванні одночасно багатьох процесів.

Бути психологом означає працювати в умовах постійного емоційного навантаження та високих високих професійних очікувань. За відсутності належної підтримки та ресурсів це створює значний ризи як емоційного, так і професійного вигорання: фахівець відчуває хронічну втому, стає більш відстороненим від клієнтів, втрачає відчуття ефективності власної роботи, що позначається на якості психологічної допомоги. Щоб зменшити такі ризики та підтримувати професійне здоров'я психологів, важливими є систематична профілактика вигорання, участь у супервізійних та інтервізійних групах, розвиток навичок саморегуляції та збалансування робочого й особистого життя.

Список використаних джерел та літератури

1. Цюприк А., Федорович С. Профілактика емоційного вигорання студентів-психологів. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2019. № 1. С. 160–170. DOI: 10.32447/22185186.2019.1.16.
2. Емоційне вигорання: причини, симптоми, стадії та як боротися з ним. *MH4U – Психічне здоров'я для України*. 2024. URL: https://www.mh4u.in.ua/hochu-diznatysya-bilshe/emoczijne-vygorannya-prychyny-symptomy-stadiyi-ta-yak-borotysya-z-nym/ (дата звернення: 09.12.2025).
3. Професійне вигорання психологів: перші ознаки та шляхи подолання. *Sunshine at Home – онлайн-платформа для психологів*. 2024. URL: https://sunshineathome.com/blog/profesjne-vigorannya-psixologv-persh-oznaki-ta-shlyaxi-podolannya (дата звернення: 09.12.2025).
4. Дьоміна Г. А., Мельничук О. Б**.** Психологічні особливості професійного вигорання психологів-психосоматологів. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Т. 32 (71), № 4. С. 28–34.
5. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навч. посіб. Т. 1 / заг. ред. Н. Пророк. Київ, 2018. 208 с.
6. Maslach C., Jackson S. E**.** Maslach Burnout Inventory: Manual. 2nd ed. Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press, 1986. 34 p.

Долотій Надія Іванівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Панфілова Галина Борисівна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ БАТЬКІВ ЯК ФАКТОР МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

Сучасні сім'ї в Україні зіткнулися з безпрецедентним рівнем стресу та екзистенційної невизначеності, спричинених військовою агресією, внутрішнім переміщенням, загрозою втрат та хронічним інформаційним навантаженням і постійної невизначеності. У цьому контексті психологічна резильєнтність (життєстійкість) батьків – це їхня динамічна здатність до адаптації та саморегуляції в кризових умовах – стає критичною умовою збереження стабільності сімейної системи [3, с. 15] та умовою для ресурсування позитивних емоційних станів родини. Ця здатність набуває першочергового значення.

Батьки, незалежно від соціального статусу, виступають первинними медіаторами зовнішнього стресу, інтерпретуючи та фільтруючи інформаційне навантаження для своїх дітей. Їхня особиста стійкість прямо визначає здатність підлітка формувати власні ефективні механізми адаптації до викликів сьогодення, а також сприяє формуванню позитивного уявлення про себе у дітей.

Нестабільність батьківської поведінки чи емоційні зриви можуть бути каталізаторами для розвитку дезадаптивних реакцій у підлітків, таких як генералізована тривожність, соціальна ізоляція чи підвищена агресивність.

Ментально – психологічний стан підлітків, які переживають критичний період пубертату та формування ідентичності на тлі геополітичних викликів, є надзвичайно вразливим.

Резильєнтність визначається як адаптаційний механізм, що надає людині здатність відновлюватися та процвітати в ситуаціях ризику, викликів, небезпеки, складності та негараздів, а також вчитися та зростати після невдач [5, с. 3].

Сучасні дослідження підкреслюють, що резильєнтність не є вродженою рисою, а динамічною системою, що може бути розвинена[5].

Актуальність теми зростає багаторазово, оскільки українські родини зіткнулися з викликами від прямої участі батьків у захисті Батьківщини та трагедії втрат до необхідності адаптуватися в умовах невизначеності, що вимагає переосмислення традиційних підходів до сімейного консультування [6]. Це також вимагає розширення концепції життєвої антиципації – здатності особистості прогнозувати та готуватися до майбутніх подій, що є життєво важливим ресурсом психологічної допомоги в умовах війни [1].

Проблемою дослідження психологічної резильєнтності батьків є недостатнє розуміння того, наскільки саме психологічна стійкість батьків, тобто їх здатність відновлюватись після стресу, впливає на формування стійкого ментального здоров'я їх дітей – підлітків в сучасних умовах. Роль психологічної резильєнтності батьків відіграє як ключовий системний фактор у формуванні та підтримці ментального здоров'я підлітків у віці 15–17 років в умовах сучасної кризи та визначення практичних шляхів зміцнення стійкості.

Опираючись на дослідження С. Д. Максименка та Г. С. Костюка щодо генетико – моделюючого підходу в психології розвитку [3], беручи до уваги концепції Г. Б. Панфілової, І. Г. Батраченка та О. В. Склянської [1] щодо розширення життєвої антиципації особистості в умовах війни, а також підтримуючи основи системного сімейного **консультування** на підставі досвіду і праць І. Ю. Тарасевич [6], у зв'язку з цим у своїх дослідженнях ми зазначили такі основні тези.

Однією з перших необхідно зазначити, що таке *теоретичні основи та ключові компоненти резильєнтності*. Психологічна резильєнтність батьків є багатовимірним феноменом, що забезпечує стійкість сімейної системи і підліткової психіки. Вона інтегрує когнітивні, емоційні та поведінкові стратегії.

Ключові компоненти резильєнтності: по-перше це контроль емоцій та саморегуляція, а саме здатність ідентифікувати, регулювати та ефективно керувати власними емоціями у складних ситуаціях, запобігаючи дезадаптивним реакціям, які можуть травмувати дитину. На фізіологічному рівні це пов'язано зі здатністю системи аллостазу (реакції організму на хронічний стрес) швидко повертатися до гомеостазу. Батьки з високою резильєнтністю мінімізують «аллостатичне навантаження» на сімейну систему; по-друге **г**нучкість мислення (когнітивна гнучкість) та оптимістична антиципація**.** Це вміння швидко адаптуватись до зміни обставин, переосмислювати негативний досвід, бачити альтернативні рішення проблем та зберігати оптимістичну антиципацію майбутнього [1]. Це передбачає здатність до позитивного рефреймінгу – пошуку уроків та можливостей для росту навіть у найтяжчих переживаннях; по-третє конструктивне вирішення проблем та активна життєва позиція, що відображається у здатності ефективно розробляти та реалізовувати стратегії подолання, зосереджуючись на активних діях, а не на пасивному уникненні чи емоційному відреагуванні. Це включає наявність чіткої системи пріоритетів та цілепокладання, що

допомагає сфокусуватися на контрольованих аспектах життя. Фактори, що впливають на формування резильєнтності сім'ї в контексті соціально – екологічної моделі: генетична схильність та міжпоколінна спадщина. Психологічна стійкість формується не лише на індивідуальному, але й на системному рівні, включаючи міжпоколінну спадщину – своєрідний «код роду» [2, с. 45]. Усвідомлюючи власну, генетично обумовлену модель реагування на стрес, батьки отримують можливість свідомо її коригувати. Така свідома корекція стає моделлю для підлітка, транслюючи йому механізми ефективного подолання стресу та життєвих викликів [3]; сімейні цінності як внутрішня «екосистема» та згуртованість. Стійкість сім'ї критично залежить від її внутрішньої згуртованості, підтримки та чітко артикульованих цінностей. Позитивне сімейне середовище, де панує взаємоповага та безумовне прийняття, є одним із ключових елементів у формуванні резильєнтності особистості. Сімейна «екосистема» забезпечує відчуття безпеки та приналежності, які є життєво необхідними для ментального здоров'я підлітка. Особливу роль відіграє відкрита комунікація, яка дозволяє обговорювати страхи та невизначеність без стигматизації; дотримання соціальних норм та участь у спільноті. Активна соціальна позиція батьків, їхня залученість до волонтерської діяльності, підтримки ЗСУ або допомоги внутрішньо переміщеним особам є потужним зовнішнім ресурсом.

Наступною тезою розглянемо особливості ментального здоров'я підлітків у віці 15-17 років в умовах кризи, яка характеризується подвійним навантаженням: нормативними психологічними кризами віку та екстраординарним стресом, спричиненим війною. Цей період є сенситивним для розвитку і відображається в таких змінах: перебудова ідентичності та невизначеність майбутнього, де підлітки формують нову, дорослу ідентичність, що є ключовим етапом особистісного розвитку. Війна та невизначеність порушують цей процес, ставлячи під сумнів соціальні ролі, освітні та професійні перспективи, особливо у підлітків хлопців. Втрата звичних орієнтирів і необхідність швидко дорослішати викликають відчуття екзистенційної тривоги; емоційні коливання та хронічний стрес. В умовах хронічного стресу це може призводити до генералізованої тривожності, афективних розладів, депресивних станів, а також до соматизації стресу (головні болі, проблеми зі сном, шлунково-кишкові розлади); прагнення до автономії чи реальна залежність. Підлітки посилено прагнуть незалежності від батьків, що є нормою розвитку. Однак у кризових ситуаціях залежність від батьківських рішень (наприклад, про евакуацію, зміну навчального закладу, фінансове забезпечення) вступає в конфлікт із цим прагненням, що може викликати внутрішній конфлікт, агресію та відчуття безпорадності і може проявлятися у вигляді ризикованої поведінки як спроби відновити відчуття контролю; інформаційний стрес та кібербезпека, де підлітки є активними споживачами інформації, часто некритично. Надмірне інформаційне навантаження (новини про війну, соціальні мережі) підвищує рівень

тривожності та може спричинити вторинну травматизацію. Батьки повинні не лише фільтрувати інформацію, але й навчати підлітків навичкам інформаційної гігієни та критичному мисленню.

Взаємозв'язок та механізми передачі батьківської резильєнтності. Резильєнтні батьки здатні створювати стабільну та підтримуючу атмосферу, яка забезпечує емоційну безпеку, навіть коли зовнішній світ є хаотичним. Цей зв'язок реалізується через ключові механізми, які ґрунтуються на теорії прив'язаності та системній терапії**.** Ключові механізми передачі психологічної стійкості у сім'ї: моделювання поведінки та емоційна ко-регуляція. Де підлітки несвідомо, а згодом і свідомо, наслідують поведінку батьків у складних ситуаціях. Резильєнтні батьки виконують роль «інформаційного буфера» для підлітків, допомагаючи їм розпізнавати психоемоційну травму, адекватно її ідентифікувати та надавати практичну підтримку. Стабільність батьківської свідомості, їхня здатність до об'єктивного сприйняття реальності та життєвого досвіду є головним щитом для формування стійкої психіки дитини. Вони навчають підлітків тому, як правильно реагувати на небезпеку, а не піддаватися паніці. Емоційна ко-регуляція – це процес, коли батько або мати, залишаючись емоційно доступними та спокійними, допомагають підлітку заспокоїти його фізіологічну та емоційну реакцію на стрес. Батьки виступають як «зовнішня нервова система» дитини, поки вона не навчиться саморегуляції; спільне вирішення проблем та надання смислу досвіду. Діти вчаться, що проблеми можна і потрібно вирішувати через діалог та спільні зусилля, спостерігаючи за ефективним прикладом батьків,що в свою чергу сприяє розширенню життєвої антиципації [1], допомагаючи бачити майбутнє, незважаючи на поточну кризу; емоційна підтримка та валідація виступає у вигляді безумовної підтримки, емоційної доступності та валідації почуттів у сім'ї, де зміцнюють впевненість та внутрішня стійкість молоді. Батьки створюють «безпечну базу», звідки підліток може досліджувати світ і до якої може повернутися для відновлення ресурсів. Підліток, який відчуває, що його почуття, навіть негативні, такі як гнів чи страх приймаються, розвиває здоровіший механізм емоційної саморегуляції.

Основною ключовою тезою в роботі психологів зазначимо про практичні шляхи зміцнення резильєнтності батьків та сім'ї. Для підтримки та відновлення ментального здоров'я підлітків необхідне систематичне зміцнення психологічної резильєнтності безпосередньо у батьків через професійну профілактику та консультування. Основні напрями роботи з батьками та сім'єю складається з слідуючого: психологічна освіта та розвиток навичок саморегуляції через навчання контролю емоцій та тілесних реакцій, застосування технік саморегуляції допомагає батькам зберігати внутрішню рівновагу і бути стійкими у складних ситуаціях; розвиток когнітивної гнучкості можливо впроваджувати на підставі тренінгів, спрямованих на когнітивне реструктурування, допомагають батькам замінювати катастрофічні думки на більш реалістичні та конструктивні, що є основою для збереження

оптимістичної антиципації; ефективне управління конфліктами спостерігається через вміння конструктивно вирішувати конфлікти і сприяє гармонійним взаєминам у родині та покращує емоційну підтримку дітей [4, с.153]; системна підтримка у кризових ситуаціях та стрес-менеджмент. Ресурси у вигляді довідників, гайдів, алгоритмів психологічної першої допомоги, що допомагає їм ефективно підтримувати підлітків у кризових ситуаціях [2]; навчання ролі «інформаційного буфера». Батьки мають отримати чіткі інструкції, як обговорювати травматичні новини, як фільтрувати контент і як зберігати спокій під час повітряних тривог, щоб їхня реакція була моделлю, а не джерелом паніки. Спокійні та підтримуючі батьки сприяють подоланню складних моментів у житті підлітків; формування стратегій активного подолання**.** Фокус і фіксація з зовнішніх факторів подій на внутрішні в сім'ї, що полягають в режимі, рутині, здоров'я, освіта; залучення сімей до програм підтримки ментального здоров'я, щоб створити міцніші емоційні зв'язки та покращити комунікацію між членами сім'ї. Особлива увага приділяється відпрацюванню навичок активного слухання та валідації почуттів; формування позитивної Я-концепції в підлітковому віці; більше значення вже має профілактична роботи [4]. Це допомагає батькам передавати дітям відчуття власної компетентності та самоцінності. Відновленню безпеки та прогнозованості в сімейному середовищі, відновлення порушених функцій сімейної системи також будуть сприяти сімейне консультування та психотерапія [6].

І як підсумок зазначимо, що створення гармонійного, підтримуючого середовища та цілеспрямований розвиток стійкості батьків є основою для позитивного дорослішання молоді та інтеграції цілісної, психологічно здорової нації.

Список використаних джерел та літератури

1. Батраченко І. Г. Панфілова Г. Б. Склянська О. В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72). №4. С. 104-109. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf
2. Кокун О. М. Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник. Київ. 2023. 25 с.
3. Максименко С. Д. Костюк Г. С. Генетико-моделюючий підхід у психології розвитку. Київ. Основи. 2018. 380 с.
4. Панфілова Г. Б. Упровадження тренінгових форм роботи з формування позитивної Я-концепції студентів в умовах геополітичних викликів сьогодення. *Теорія і практика сучасної психології: збірник наукових праць*. Запоріжжя. 2018. Вип. 5. С. 153-156. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2018/32.pdf
5. Стаднік А. В. Мельник Ю. Б. Шкала життєстійкості Коннора-Девідсона. Методичний посібник. Харків. ХОГОКЗ. 2025. 13 с.

6. Тарасевич І. Ю. Сімейне консультування та психотерапія. Глосарій. Дніпро: ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет». 2025. 104 с.

Доровських Надія Олександрівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Сучасний соціальний контекст характеризується тривалим впливом чинників невизначеності (нестабільність, непередбачуваність подій, дефіцит або суперечливість інформації), які підвищують психоемоційне навантаження та актуалізують потребу в ефективній саморегуляції. У таких умовах невизначеність перестає бути ситуативним подразником і перетворюється на фонову реальність, що посилює інтенсивність страхів і тривожності та ускладнює ухвалення рішень, планування і підтримання відчуття контролю над власним життям. Саме тому аналіз механізмів саморегуляції в умовах невизначеності набуває не лише теоретичної, а й виразної прикладної значущості.

Саморегуляція в ситуації невизначеності може бути розглянута як система взаємопов'язаних психологічних механізмів, через які особистість знижує напругу та відновлює суб'єктивну керованість подіями. У межах цього дослідження саморегуляція операціоналізується через поєднання: (1) емоційних реакцій (страх і тривожність як маркери напруження), (2) поведінкових стратегій подолання (копінг-стратегії), (3) несвідомих механізмів стабілізації переживань (психологічні захисти) та (4) ресурсного підґрунтя самозбереження (суверенність психологічного простору як показник сформованості психологічних меж). Такий підхід дає змогу точніше описати, які саме конфігурації механізмів підтримують адаптацію, а які — фіксують переживання невизначеності у вигляді хронічного напруження.

Мета дослідження полягала у виявленні та аналізі особистісних стратегій і психологічних механізмів реагування на ситуацію невизначеності в підлітковому віці. Об'єктом дослідження визначено психологічні

особливості функціонування особистості в умовах невизначеності, тоді як предметом — особистісні стратегії та психологічні механізми реагування на ситуацію невизначеності. Така постановка дозволяє розглядати саморегуляцію як інтегральний процес, що поєднує емоційні стани, способи подолання, ресурс психологічних меж і захисні механізми, які забезпечують відносну стабілізацію психіки за умов непередбачуваності подій.

Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань використано комплекс методів теоретичного, емпіричного та статистичного рівнів. На теоретичному рівні застосовано аналіз, узагальнення та систематизацію наукових джерел з проблем невизначеності, страху, психологічної адаптації, копінг-стратегій і захисних механізмів, що дало змогу визначити змістові параметри дослідження та окреслити емпіричні орієнтири подальшого аналізу.

За результатами констатувального етапу встановлено, що інтегральний показник страху у вибірці є високим: середнє значення становило 90,6%, причому 23,3% респондентів мали підвищений рівень страху (вище умовно нормативного порогу 82,6%). Це означає, що в ситуаціях невизначеності значна частина досліджуваних функціонує в режимі підвищеної емоційної напруги, де страхи стають не «сигналом», а фактором, який реально впливає на поведінкові рішення.

Паралельно зафіксовано переважання середнього рівня тривожності: ситуативна тривожність найчастіше мала середні значення (32 особи), особистісна — також переважно середні (38 осіб), що в сукупності формує фон хронічної напруженості й очікування загрози.

Вимір психологічних меж показав, що саме суверенність психологічного простору виступає ресурсною «опорою» саморегуляції: за умов її зниження посилюється емоційна реактивність та тенденція до менш продуктивних способів подолання. Узгоджено з цим, у структурі переживання невизначеності провідними визначено екзистенційні страхи (війни, майбутнього, втрати близьких) у поєднанні з підвищеною тривожністю; для осіб із більш вираженим страхом і тривожністю характерні менш виражені межі, переважання емоційно-фокусованих/уникальних копінгів та домінування менш зрілих захистів.

На основі отриманих даних розроблено та апробовано психокорекційну програму з 8 занять; ефективність оцінювали через повторну діагностику в експериментальній (n=23) і контрольній (n=23) групах. Після програми в експериментальній групі зафіксовано зниження інтегрального показника страху з 96,3% до 83,1%, а частка осіб із підвищеним рівнем страху зменшилася з 60,9% до 17,4%; у контрольній групі зміни були мінімальними (95,4% → 93,8%; 56,5% → 52,2%).

Кореляційний аналіз після програми (ЕГ) показав системний характер змін: особистісна тривожність позитивно пов’язана зі страхами ($\rho=0,62$; $p<.001$) і напруженістю копінгів ($\rho=0,55$; $p<.001$), тоді як суверенність психологічного простору має негативні зв’язки з тривожністю, страхами та

напруженістю копінгів (ρ від –0,48 до –0,59), а також позитивно корелює зі «зрілістю» захистів (ρ=0,63; p<.001).

Висновки. Отримані результати підтверджують, що саморегуляція в умовах невизначеності має системний характер: зростання тривожності супроводжується підвищенням інтенсивності страхів і «перенапруженням» копінг-системи, тоді як сформовані психологічні межі (суверенність простору) пов'язані з більш упорядкованими реакціями, нижчою емоційною реактивністю та більш зрілими захисними механізмами. Апробована психокорекційна програма продемонструвала практичну ефективність: у експериментальній групі суттєво знизився інтегральний рівень страху та зменшилася частка осіб із показниками вище умовно нормативного порога, що свідчить про реальне посилення саморегуляції в ситуаціях невизначеності.

Зотова Анна Сергіївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГО-ПРАВОВІ АСПЕКТИ МЕДІАЦІЇ ТА КІБЕРБЕЗПЕКИ У МІЖКУЛЬТУРНИХ КОМАНДАХ

Психолого-правові аспекти медіації та кібербезпеки у міжкультурних командах набувають дедалі більшого значення в умовах глобалізації та цифрової трансформації сучасного бізнесу. У міжнародних компаніях, де співробітники представляють різні культурні середовища, виникають специфічні ризики, пов'язані не лише з кіберзагрозами, а й із міжособистісними конфліктами, які можуть загострюватися через різні цінності, когнітивні стилі та норми поведінки. Кібербезпека в таких умовах виступає не лише як технічний захист інформації, але й як фактор, що впливає на психологічний комфорт команди, рівень довіри та готовність до конструктивної взаємодії. На думку провідних фахівців у галузі управління командами, безпечне цифрове середовище є невід'ємною складовою ефективної медіації, оскільки відчуття захищеності дозволяє учасникам відкрито висловлювати свої позиції та спільно шукати компроміси.

Мета дослідження полягала у виявленні психологічних, поведінкових та правових чинників, які впливають на ефективність медіації та безпеку цифрових комунікацій у міжнародних командах. Для досягнення цієї мети застосовувалися різноманітні методи, що дозволяли комплексно оцінити культурні орієнтації, стилі поведінки в конфліктних ситуаціях та рівень міжособистісної чутливості. Зокрема, Edward Hall's Cultural Dimensions Test (EHCD_Test) використовувався для оцінки культурних цінностей і визначення орієнтації на індивідуалізм або колективізм, що безпосередньо впливає на сприйняття норм та правил у командній взаємодії. Intercultural Sensitivity Inventory (ICS) дозволяв оцінити міжкультурну чутливість, здатність адаптуватися до різних комунікаційних стилів та враховувати культурні особливості колег. Додатково, Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI) та Organizational Conflict Inventory (OCI) давали змогу визначити стилі поведінки учасників у конфліктних ситуаціях, а Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (адаптація Н.В. Грішиної) забезпечувала типологію стратегій вирішення конфліктів. Авторська анкета щодо медіації (AAshM) оцінювала рівень емпатійності, довіри та психологічної безпеки, що є ключовими для створення безпечного цифрового середовища.

Об'єктом дослідження виступили конфліктні стосунки у міжнародних командах, сформованих у різних регіонах: європейських колективах з Австрії, Польщі, Сербії та України; командах Кавказу з Азербайджану та Грузії; а також азійських колективах з Казахстану та Киргизстану. Дослідження включало кількісні оцінки за відповідними шкалами, аналіз відповідей на практичні кейси медіації та експертну оцінку корпоративних правил кібербезпеки, що дозволило комплексно проаналізувати взаємодію психологічних і правових факторів у контексті цифрової безпеки та міжкультурної співпраці.

Типологія конфліктів і стратегії їх вирішення також демонструють регіональні особливості. Європейські команди здебільшого використовують стилі «співробітництво» та «компроміс», що забезпечує високий рівень групової гармонії. Кавказькі колективи схильні до «пристосування» та «компромісу», при цьому медіація потребує врахування культурних норм і традицій. Азійські команди поєднують «конкуренцію» та «пристосування», суворо контролюють дотримання правил, що підвищує юридичну безпеку, але обмежує оперативність медіації. Це свідчить про необхідність адаптивного підходу, де стратегія вирішення конфліктів підбирається відповідно до культурного контексту та особливостей комунікації.

Психологічні аспекти медіації включають розвиток емпатії, формування довіри та забезпечення психологічної безпеки у цифровому середовищі. Коли учасники відчувають себе захищеними та впевнені у правовій захищеності своїх дій, вони більш відкрито висловлюють думки, спільно шукають рішення та ефективно долають конфлікти. Правова складова медіації передбачає впровадження корпоративних політик, регламентів і процедур, що регулюють

безпечне використання цифрових ресурсів, а також забезпечують юридичний захист від порушень кібербезпеки. Синтез психологічних і правових підходів дозволяє одночасно підвищити ефективність медіації, мінімізувати правові ризики та забезпечити баланс між міжособистісною гнучкістю і дотриманням правил.

Результати дослідження свідчать про значні регіональні відмінності у сприйнятті та практичному застосуванні медіації. Європейські команди характеризуються високим рівнем індивідуалізму (+1,89) та когнітивної гнучкості (+0,97), що сприяє адаптації до різних стилів комунікації, конструктивному вирішенню конфліктів та гармонійній співпраці. Кавказькі команди проявляють високу емоційну чутливість та прямоту у вираженні позицій (+0,37), проте мають низьку орієнтацію на групові норми (-1,08), що формує специфічні вимоги до процесу медіації та організації цифрового простору. Азійські команди відзначаються дисциплінованістю, структурованістю та високим рівнем особистої відповідальності (+0,15), суворе дотримання правил і протоколів знижує ризики кіберзагроз, проте іноді обмежує творчі підходи до вирішення конфліктів (-1,23).

Практичне застосування таких підходів передбачає створення внутрішніх правил і політик кібербезпеки з урахуванням культурних особливостей команд, використання адаптивних стратегій медіації, які відрізняються залежно від регіону: компроміс і співробітництво для європейських колективів, пристосування для Кавказу та суворо структуровані процедури для азійських команд. Регулярне навчання співробітників міжкультурній чутливості та цифровій безпеці, проведення тренінгів з емпатії та конструктивного вирішення конфліктів, а також моніторинг ефективності за допомогою опитувань ICS та AAshM дозволяють оцінювати вплив правил кібербезпеки на продуктивність та психологічний клімат у команді.

Таким чином, психолого-правові аспекти медіації та кібербезпеки у міжнародних командах є критично важливими для забезпечення продуктивності, психологічного комфорту та юридичної безпеки. Інтеграція знань про культурні особливості, стилі поведінки та правові регламенти дозволять створювати умови для ефективної взаємодії, що забезпечуватиме гармонійну командну роботу та зменшувати ризики конфліктів у цифровому середовищі.

Список використаних джерел та літератури:

1. Біловодська, О. Соціально-психологічні аспекти управління конфліктами в організаціях. Київ: Видавництво, 2021. С. 45–55.
2. Михайлова, О. Міжкультурні конфлікти у бізнес-командах: психологічні аспекти. Харків: Наукова думка, 2023. С. 102–106.
3. Swisspeace. CSM-C Peace Mediation Evaluation Framework. Bern, 2018.
4. Chen, G. M., & Starosta, W. J. Intercultural Sensitivity Inventory (ICSI). 2000.

5. Edward Hall’s Cultural Dimensions Test (EHCD). 1976.
6. Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument. 2008.

Зотова Анна Сергіївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Прісняков Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

УНІВЕРСАЛЬНИЙ КОРПОРАТИВНИЙ КОДЕКС ВЗАЄМОДІЇ ЯК ПСИХОЛОГО-ПРАВОВИЙ ІНСТРУМЕНТ ПОПЕРЕДЖЕННЯ МІЖКУЛЬТУРНИХ КОНФЛІКТІВ

У сучасних міжнародних корпораціях конфлікти у міжкультурному середовищі стають ключовим викликом для ефективності командної роботи. Вони виникають через різні ціннісні орієнтації, комунікативні стилі, психологічні установки та правові підходи до регулювання поведінки. Це обумовлює потребу у розробці універсальних механізмів, які інтегрують психологічні принципи та юридичні рамки, забезпечуючи конструктивну взаємодію та запобігаючи ескалації конфліктів. У цьому контексті особливу роль відіграє 5D Corporate Interaction Code (5D CIC), який поєднує психологічні принципи довіри, діалогу та гнучкості мислення із правовою структурою корпоративних правил. Цей кодекс формує юридично обґрунтовані рамки для медіації, визначає процедури вирішення конфліктів і гарантує правовий захист учасників взаємодії.

Метою дослідження було формування спільних сторін медіації у різних міжкультурних командах, що дозволяє об’єднати сильні сторони одних регіонів і компенсувати слабкі інших. На основі отриманих даних передбачалося створити кодекс, який здатен витягнути будь-яку команду з конфлікту у оптимізований час, підвищивши її продуктивність та зміцнивши психологічну стійкість.

5D Corporate Interaction Code базується на інтеграції психологічних і правових принципів корпоративного управління. Психологічні складові включають формування довіри та емпатії, що створює атмосферу психологічної безпеки для відкритого обговорення конфліктних ситуацій, а також стимулюють конструктивний діалог та гнучкість мислення для

адаптації до різних культурних та організаційних контекстів. Правова складова передбачає формалізацію корпоративних правил, процедур медіації та юридичний захист сторін, що забезпечує легітимність і стабільність прийнятих рішень. Дослідження Кошелева (2019) підтверджує ефективність структурованих правил корпоративної поведінки у мінімізації конфліктності, а Свідерська (2021) підкреслює значення психологічних чинників для міжкультурної взаємодії.

Для емпіричної перевірки ефективності 5D CIC було проведено анкетування співробітників міжнародних компаній у трьох регіонах: Європа, Кавказ та Азія. Використовувалися Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI) та Organizational Conflict Inventory (OCI) для аналізу стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях, Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (TKI) для визначення стилів вирішення конфліктів, ICSI та тест Е. Холла для оцінки міжкультурної чутливості та комунікативних орієнтацій, а також методика Орлова–Журавльової та МЕ для оцінки когнітивної, емоційної, мотиваційної та організаційно-досвідної адаптивності.

Результати були агреговані у 5D-модель, що дозволила зіставити міжрегіональні відмінності за трьома основними показниками: X – міжкультурні установки, гнучкість та соціальна орієнтація, Y – ефективність медіації та конструктивність поведінки у конфлікті, Z – когнітивно-емоційно-мотиваційна адаптивність (Рис.1).

Рис.1. 5 Д модель результатів анкетування 2025

Аналіз міжкультурної чутливості та комунікативних орієнтацій показав, що європейські команди характеризуються високим індивідуалізмом (+1,89), когнітивною гнучкістю (+0,97) та готовністю до співробітництва та автономії, при цьому українські колективи виділяються найвищою адаптивністю (+0,54).

Кавказькі команди проявляють високу реактивність (+0,37), низький рівень колективної орієнтації (-1,08) та схильність до відкритої позиції й прямоти, особливо у Азербайджані. Азійські колективи відзначаються дисциплінованістю та структурованістю, високим рівнем особистої відповідальності (+0,15) та пріоритетом практичної ефективності, що особливо характерно для Казахстану. Ці дані підтверджують потребу у регіональній адаптації корпоративних правил та медіаційних підходів.

Типологія конфліктів у корпоративному середовищі свідчить, що європейські команди переважно застосовують стилі співробітництва та компромісу з високою стійкістю ефекту медіації (2,03), Кавказ – пристосування з високим рівнем етичності та соціальної гармонії (+15–20%), а азійські колективи демонструють дисципліновану поведінку та контрольовані стратегії з високою стійкістю ефекту медіації (+2,07). Це підкреслює необхідність диференційованого застосування 5D CIC з урахуванням регіональних особливостей.

Середні показники адаптивності показали, що європейські колективи підтримують баланс когнітивних та емоційних складових і стабільну організаційно-досвідну активність (лідери – Австрія та Сербія), Кавказ – емоційно-афективну домінанту та високий рівень соціальної чутливості (Грузія), а азійські колективи – мотиваційно-практичну адаптивність, дисципліну та результативність (Казахстан). Ці результати підкреслюють важливість врахування психолого-емоційних та мотиваційних аспектів у розробці корпоративного кодексу.

Інтеграція результатів у 5D Corporate Interaction Code передбачає розвиток психологічного компонента шляхом стимулювання довіри, емпатії, гнучкості мислення та конструктивного діалогу, формалізацію процедур медіації та правового захисту сторін, а також адаптацію до регіональних культурних особливостей. Емпіричне підтвердження ефективності здійснювалося за допомогою шкал CRSI, OCI та GSDRC, що дозволило оцінити результативність і рівень психологічної безпеки. Стратегічний компонент Кодексу підтримує міжкультурну компетентність, розвиток командної ефективності та профілактику конфліктів.

Єдина модель корпоративної взаємодії (5D Corporate Interaction Code)

Вимір/ Принцип	Зміст	Ключовий регіон	Приклад застосування
D1 — Довіра	Формування психологічної безпеки та відкритості	Кавказ	Етична комунікація та підтримка довіри в колективі
D2 — Діалог	Комунікативна гнучкість і взаєморозуміння	Європа	Використання конструктивної медіації у прийнятті рішень

Вимір/ Принцип	Зміст	Ключовий регіон	Приклад застосування
D3 — Дисципліна	Організаційна структурованість і відповідальність	Азія	Виконання домовленостей і підтримка ієрархії
D4 — Диверсифікація	Визнання цінності культурних відмінностей	Усі регіони	Об’єднання різних стилів мислення у спільні цілі
D5 — Динаміка розвитку	Безперервне вдосконалення міжкультурних компетенцій	Україна, Казахстан	Проведення тренінгів, наставництво, програми обміну

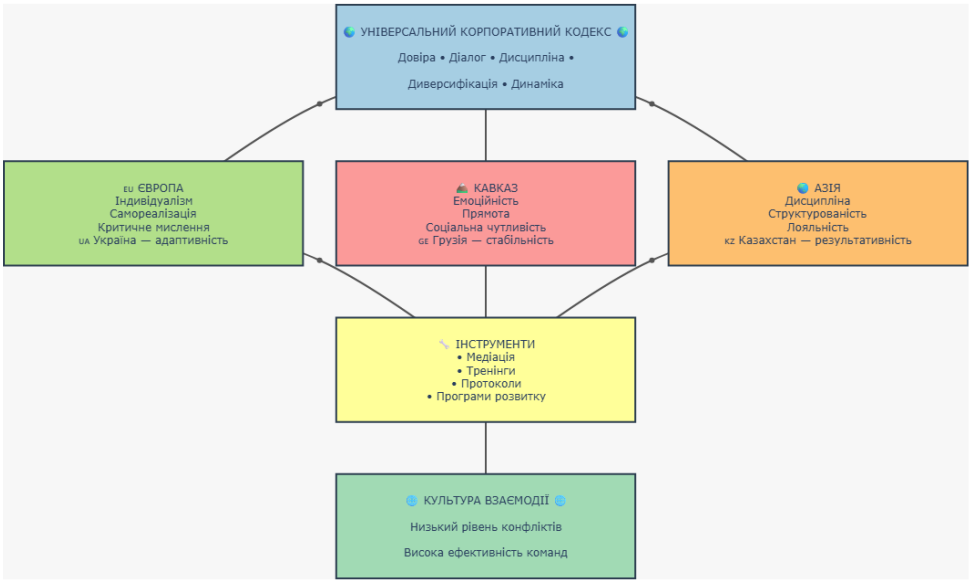

Рис. 2. Схематичне відображення корпоративного кодексу

Таким чином, 5D Corporate Interaction Code дозволяє одночасно розвивати довіру та емпатію, формалізувати правові механізми взаємодії та забезпечувати ефективну медіацію і юридичний захист сторін. Впровадження такого кодексу у міжнародних компаніях одночасно сприятиме підвищенню психологічної безпеки, розвитку міжкультурної компетентності, зменшенню конфліктності та підвищенню ефективності командної взаємодії, а також забезпечить правовий захист і стабільність корпоративних рішень. Таким чином, розробка і застосування корпоративного кодексу стає ключовим механізмом для інтеграції психолого-правових підходів та оптимізації роботи мультикультурних команд.

Список використаних джерел та літератури:

1. Кошелєв А. Організаційні конфлікти та механізми їх розв’язання. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. С. 34–45.

2. Свідерська Г. Психологічні чинники врегулювання конфліктів у мультикультурних колективах. Львів: ПП “Літера”, 2021. С. 88–92.
3. Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument. Tuxedo, NY: Xicom, 2008. С. 12–18.

Коваленко Тетяна Юріївна
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК РЕСУРСНИЙ ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ ПРОФЕСІЙНОМУ ВИГОРАННЮ ПЕРСОНАЛУ МЕДИКО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРІВ

Професійна діяльність персоналу медико-реабілітаційних центрів пов’язана з тривалим емоційним навантаженням, необхідністю постійної взаємодії з пацієнтами, які перебувають у стані фізичного та психологічного страждання, а також з обмеженими можливостями швидкого отримання позитивного результату своєї роботи. У таких умовах ризик формування професійного вигорання суттєво зростає, що проявляється у вигляді емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження відчуття власних професійних досягнень. Актуальність проблеми посилюється сучасними соціальними викликами, зокрема зростанням навантаження на систему охорони здоров’я та дефіцитом ресурсів підтримки персоналу.

Водночас у сучасних психологічних дослідженнях дедалі більше уваги приділяється феномену психологічного благополуччя як потенційному ресурсу профілактики вигорання. Психологічне благополуччя розглядається не лише як відсутність негативних станів, а як інтегральний показник позитивного функціонування особистості, що включає самоприйняття, позитивні стосунки, автономію, відчуття сенсу та можливість ефективно управляти життєвими й професійними обставинами. У контексті медико-реабілітаційної діяльності саме поєднання особистісних ресурсів і сприятливих організаційних умов може виступати ключовим чинником збереження професійної ефективності та психологічної стійкості фахівців.

У межах ресурсного підходу вигорання доцільно інтерпретувати як наслідок дисбалансу між професійними вимогами та доступними ресурсами, де психологічне благополуччя виконує роль внутрішнього буфера, що підтримує здатність до саморегуляції, збереження мотивації та відновлення після стресових впливів [1; 2]. З позицій моделі Job Demands–Resources професійні вимоги (емоційна праця, інтенсивність контактів, відповідальність, дефіцит часу) збільшують ризик виснаження, натомість ресурси — як індивідуальні (життєстійкість, компетентності подолання), так і організаційні (підтримка, автономія, психологічна безпека команди) — знижують імовірність розвитку синдрому вигорання та сприяють утриманню професійної залученості [1; 3]. У цьому контексті психологічне благополуччя не зводиться до емоційного комфорту, а відображає якісну характеристику позитивного функціонування, що включає смисложиттєву спрямованість, самоприйняття, відчуття компетентності та здатність вибудовувати конструктивні взаємини в професійній взаємодії [4].

Мета дослідження — визначити взаємозв'язки між показниками професійного вигорання та психологічного благополуччя персоналу медико-реабілітаційних центрів і оцінити ресурсний потенціал психологічного благополуччя у профілактиці вигорання. Для реалізації мети застосовано комплекс психодіагностичних методик: для оцінки вигорання — опитувальник Maslach Burnout Inventory (у відповідній адаптації); для оцінки психологічного благополуччя — шкали К. Ріфф; додатково аналізувалися пов'язані ресурсні змінні (життєстійкість/резильєнтність, соціальна підтримка, психологічна безпека команди, задоволеність працею, характеристики організаційної культури) [1-5]. Статистичну обробку даних здійснено методами описової статистики та кореляційного аналізу (ρ Спірмена), що дало змогу встановити напрям і силу зв'язків між досліджуваними показниками.

Отримані результати засвідчили, що в структурі професійного вигорання найбільш вираженим компонентом є емоційне виснаження: високий рівень виявлено у 40,0% респондентів, середній — у 33,3%, низький — у 26,7%. Високі прояви деперсоналізації зафіксовано у 30,0% працівників, тоді як зниження відчуття професійних досягнень (як індикатор редукції професійної ефективності) спостерігалося у 35,0% опитаних. Такі дані підтверджують вразливість персоналу медико-реабілітаційного профілю до хронічного стресу та виснаження, що узгоджується з сучасними уявленнями про вигорання як професійний феномен системи охорони здоров'я [5; 6].

Показники психологічного благополуччя продемонстрували неоднорідність: поряд із відносно кращими значеннями за компонентами, пов'язаними з міжособистісною сферою та орієнтацією на розвиток, виявлено помітні зони дефіциту за шкалами, що відображають самоприйняття та здатність ефективно управляти життєвими й професійними обставинами. Це важливо з практичного погляду, оскільки саме ці компоненти благополуччя

забезпечують внутрішню опору фахівця в умовах невизначеності результатів лікування, високої відповідальності та етичної напруги медико-реабілітаційної роботи.

Кореляційний аналіз виявив стійкі закономірності ресурсного характеру. Емоційне виснаження має негативний зв'язок із психологічним благополуччям ($\rho = –0,54$; $p < 0,01$), життєстійкістю ($\rho = –0,48$; $p < 0,01$), соціальною підтримкою ($\rho = –0,42$; $p < 0,05$) та психологічною безпекою команди ($\rho = –0,47$; $p < 0,01$). Психологічне благополуччя, своєю чергою, позитивно корелює з життєстійкістю ($\rho = +0,63$; $p < 0,01$) і задоволеністю працею ($\rho = +0,57$; $p < 0,01$), що дозволяє інтерпретувати його як інтегральний ресурс, який підтримує професійну ефективність і сприяє збереженню залученості навіть за умов високих вимог. Виявлено також, що соціальна підтримка пов'язана з психологічною безпекою команди ($\rho = +0,69$; $p < 0,01$), а профіль організаційної культури має значення для ризику виснаження: надмірна ієрархізованість асоціюється зі зростанням емоційного виснаження ($\rho = +0,41$; $p < 0,05$), тоді як підтримувальна культура — з вищими показниками ресурсів.

З огляду на отримані результати психологічне благополуччя персоналу медико-реабілітаційних центрів доцільно розглядати як один із ключових ресурсних чинників профілактики професійного вигорання. Практична імплікація полягає в тому, що профілактичні заходи мають будуватися на поєднанні індивідуальних і організаційних стратегій: розвитку навичок саморегуляції, життєстійкості та емоційної компетентності працівників, а також підтримки командної взаємодії через формування психологічної безпеки, доступної професійної підтримки та більш підтримувального організаційного клімату. Такий підхід дозволяє зменшити ризик "спіралі виснаження" та зміцнити стійкість персоналу в умовах високої інтенсивності медико-реабілітаційної роботи.

Список використаних джерел та літератури:

1. Bakker A. B., Demerouti E. The Job Demands–Resources model: State of the art // Journal of Managerial Psychology. 2007. Vol. 22, № 3. P. 309–328.
2. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress // American Psychologist. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524.
3. Edmondson A. C. Psychological safety and learning behavior in work teams // Administrative Science Quarterly. 1999. Vol. 44, № 2. P. 350–383.
4. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 57, № 6. P. 1069–1081.
5. Водянка Л. Психологічна безпека персоналу організацій в епоху цифровізації // Вісник Львівського університету. Серія: Філософсько-політологічні студії. 2024. № 45. С. 112–120.

6. Боровик Я. Організаційна культура лікарні: діагностика за моделлю OCAI // Соціальна психологія. 2018. № 4. С. 76–84.

Колесник Вікторія Анатоліївна
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ПІД ЧАС РЕАГУВАННЯ НА НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ

При виникненні надзвичайних ситуацій (далі – НС), підрозділи[1], які першими прибувають на місце події, керуються принципом так званої «золотої години». Використання цього критичного проміжку часу, допомога є найбільш ефективною для рятування життя та локалізації загрози.

Важливу роль у таких випадках відіграють підрозділи Національної поліції України, які забезпечують публічну безпеку та порядок, контролюють доступ до зони НС, сприяють евакуації населення, надають необхідну допомогу постраждалим. Завдяки своїм діям поліція допомагає зменшити паніку серед населення та забезпечує безпеку як для громадян, так і для персоналу, який працює над ліквідацією НС.

Психологічний стан самих поліцейських є надзвичайно важливим фактором, оскільки під впливом стресових ситуацій можуть погіршуватися концентрація, звужуватися поле уваги та проявлятися імпульсивна поведінка [1; 2].

Крім участі в ліквідації наслідків НС, професійна діяльність поліцейських пов’язана з підвищеним рівнем відповідальності, емоційного напруження та необхідністю прийняття рішень в умовах невизначеності та ризику [3; 4]. Надзвичайні ситуації техногенного, природного, соціального чи воєнного характеру висувають особливі вимоги до психіки правоохоронців через їх непередбачуваність, обмеженість часу, загрозу життю та потребу приймати рішення в екстремальних умовах [5]. У подібних ситуаціях психологічні характеристики працівників поліції значно впливають на результативність їх дій,

[1] Зазвичай до таких підрозділів належать Державна служба України з надзвичайних ситуацій, Національна поліція України, екстрена (швидка) медична допомога.

загальний рівень безпеки населення та ефективність взаємодії з потерпілими [6; 3].

Актуальність аналізу цієї проблематики обумовлена зростанням, особливо упродовж останніх десяти років, кількості НС в Україні. Даний факт створює додаткове навантаження на поліцейські структури та вимагає підвищення якості психологічної підготовки особового складу [7; 5]. Участь правоохоронців у ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій включає взаємодію з людьми, які перебувають у стані страху, паніки або гострої стресової реакції. Це значно ускладнює проведення оперативних заходів і вимагає від фахівців високого рівня емоційної стійкості [8].

Психологічні реакції поліцейських у надзвичайних ситуаціях формуються під впливом комбінації стресових чинників, високої відповідальності та професійних ризиків. Під час гострого стресу в організмі відбуваються фізіологічні зміни: прискорюється серцебиття, зростає рівень кортизолу, звужується поле уваги. Усе це безпосередньо позначається на швидкості й точності прийняття рішень [9]. Характерною особливістю є також активація механізмів «боротьби або втечі», яка здатна як підвищувати ефективність реакції, так і, навпаки, провокувати імпульсивність або блокування дій у критичних ситуаціях [4].

Процес прийняття рішень поліцейськими за таких умов є складною когнітивною діяльністю, що зазвичай проходить за умов обмеженого часу та неповної інформації. Дослідження демонструють, що в таких ситуаціях представники поліції частіше покладаються на вже відпрацьовані автоматизовані навички, попередньо розроблені алгоритми дій і інтуїтивне сприйняття ситуації [1]. Інтенсивні стресові реакції здатні спричиняти когнітивні викривлення, помилки у визначенні ризиків або невірне розставлення пріоритетів. Це підкреслює значущість попередньої психологічної підготовки та проведення тренінгів із моделювання кризових ситуацій [7; 5].

Важливим аспектом діяльності поліцейських залишається комунікативна складова. У випадках виникнення масової паніки, конфліктів чи загроз життю здатність правоохоронця ефективно взаємодіяти з громадянами впливає на рівень довіри, швидкість евакуації та зменшення ризику деструктивної поведінки серед населення [2]. Емоційна врівноваженість, чіткість мовлення, контроль невербальних сигналів та навички деескалації конфліктів є критичними у взаємодії з постраждалими, свідками подій або агресивно налаштованими особами [10; 2]. Результативність таких контактів залежить не лише від професійної підготовки, але також від рівня емоційного самоконтролю і психологічної стійкості співробітників поліції. У кризових ситуаціях люди часто опиняються в стані паніки, розгубленості або проявляють агресивність, що вимагає від правоохоронців вміння ефективно знижувати напруження, надавати підтримку та організовувати чіткі дії населення [8]. Навички кризової

комунікації, вміння знижувати рівень напруження та формувати атмосферу безпеки є ключовими для запобігання масовим конфліктам та забезпечення ефективної евакуації постраждалих [3; 5].

Поліцейські, які переживають вплив сильного стресу або емоційного виснаження, можуть проявляти підвищену різкість, агресивність чи, навпаки, демонструвати пасивну поведінку, що негативно впливає на виконання їхніх професійних обов'язків [9].

Сильний стрес та емоційне виснаження провокують деструктивні поведінкові реакції – від агресивності до апатії, такий стан знижує ефективність виконання службових завдань. Тривалий вплив екстремальних чинників під час ліквідації НС суттєво підвищує ризики виникнення хронічної втоми та професійного вигорання серед особового складу. Саме тому системна психологічна підготовка (тренінги, ігри тощо) є критично важливою, оскільки допомагає розвити стресостійкість, навички саморегуляції та здатності до оперативного прийняття рішень у кризових умовах.

Програми професійної підготовки включають тренінги з кризового спілкування, моделювання надзвичайних ситуацій, розвиток емоційної обізнаності та використання когнітивно-поведінкових методів, що сприяють зменшенню інтенсивності стресових реакцій [3; 5].

Важливою областю досліджень є запобігання стресу та профілактика професійного вигорання. Використання тілесно-орієнтованих технік, дихальних вправ, майндфулнес-практик і методів емоційної розрядки допомагає знизити рівень напруження та сприяє відновленню працездатності після пережитих екстремальних ситуацій [4; 8].

Організаційні фактори мають вагоме значення для забезпечення психологічної готовності поліцейських. Прозорість службових алгоритмів, забезпечення засобами індивідуального захисту, ефективна внутрішня комунікація у підрозділі та підтримка з боку керівництва суттєво зменшують рівень стресу та сприяють формуванню відчуття контролю над ситуацією [5].

Працівники поліції у кризових ситуаціях стикаються з травматичними подіями, загрозою власному життю, вимогою приймати важливі рішення в умовах тиску, а також із сильними емоційними реакціями постраждалих. Це суттєво підвищує рівень професійної напруги [10]. Постійний вплив таких чинників може сприяти появі симптомів емоційного вигорання, тривожності, хронічної втоми та вторинної травматизації. Науковці відзначають, що поліцейські, які регулярно залучаються до ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, показують підвищений рівень стресових реакцій у порівнянні з іншими [2].

Аналіз свідчить, що психологічні аспекти роботи поліцейських у надзвичайних ситуаціях різного походження мають важливе значення для ефективності їх реагування та забезпечення безпеки громадян. Високий рівень стресу, невизначеність інформації та загроза життю створюють значне

емоційне навантаження, яке може впливати на якість прийняття рішень і поведінкові реакції співробітників поліції [1; 10].

Своєчасна психологічна підготовка, розвиток навичок самоконтролю та підтримка після критичних ситуацій є ключовими факторами, що допомагають зменшити негативний вплив професійного стресу й покращити адаптивні здібності правоохоронців. Організаційні чинники, такі як ефективна командна взаємодія, чітко визначені алгоритми роботи та належна підтримка з боку керівництва, значною мірою впливають на психологічну стійкість і професійну результативність [5].

Таким чином, психологічний стан та емоційна стійкість поліцейських є визначальними факторами ефективності ліквідації наслідків НС. Специфіка діяльності в екстремальних умовах – від воєнних загроз до техногенних катастроф – супроводжується інтенсивними фізіологічними змінами та когнітивними викривленнями, що безпосередньо впливає на швидкість прийняття рішень і здатність поліцейських в управляти панічними настроями серед населення.

Зростання кількості НС в Україні протягом останнього десятиліття створює безпрецедентне психологічне навантаження на особовий склад, провокуючи ризики професійного вигорання та деструктивних поведінкових реакцій. Це актуалізує потребу в докорінному вдосконаленні системи психологічної підготовки, яка має бути спрямована на розвиток навичок саморегуляції, опанування механізмів «боротьби або втечі» та формування високої комунікативної компетентності для роботи з постраждалими в стані гострого стресу.

Список використаних джерел та літератури:

1. Галич М.В. Вплив умов професійної діяльності на емоційний стан працівників поліції // Юридична психологія. 2024. № 2. С. 64–71.
2. Соціально-психологічне забезпечення діяльності Національної поліції України : монографія / за ред. В.І. Барка. Київ : Національна академія внутрішніх справ, 2021.
3. Гончарова Я.І. Особливості спрямованості поліцейських у складних професійних ситуаціях // Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 1. С. 49–54.
4. Ярещенко О.В. Умови розвитку морально-психологічної стійкості співробітників національної поліції україни // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2019. № 3. С. 112–118.
5. Дії працівників органів Національної поліції при виникненні надзвичайних ситуацій : навчальний посібник. Київ : МВС України, 2020.
6. Андрусишин Р.М., Пряхіна Н.О. Психологічні особливості вирішення конфліктів у професійній діяльності патрульної поліції // Науковий

вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2023. № 1. С. 33–38.
7. Дучимінська Т.І., Микитюк М.Ю. Психологічні особливості стресостійкості особистості поліцейського в умовах воєнного стану // Психологічні студії. 2023. № 1. С. 52–59.
8. Барко В.І., Барко В.В. Професійна стресостійкість працівників правоохоронних органів // Психологія і право. 2021. № 2. С. 37–44.
9. Пономаренко Ю.С. Аналіз стресових чинників у професійній діяльності поліцейських під час війни // Наукові перспективи № 8(50) 2024.
10. Іванцов В.О. Психологічна підготовка поліцейських до роботи в умовах гібридної війни та інформаційно-психологічного тиску // Особистість, суспільство, закон Харків : ХНУВС, 2025. С. 83-87.

Краснощок Альона Валеріївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОПРОФІЛАКТИЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК БАЗОВИЙ НАПРЯМ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ

У сучасному світі, де важливо розвивати освіту, медицину та соціальні інститути, питання збереження та зміцнення психічного здоров’я людей, залучених до цих процесів, стає все більш актуальним. Рівень стресу, тривоги, аморальної поведінки, булінгу та наслідки соціальних і психологічних криз зростають. Це не тільки зафіксовано в наукових джерелах, але й чітко простежується в повсякденній практиці психологічних служб. Ці тенденції вимагають не епізодичної, а систематичної профілактичної роботи. На нашу думку, практичні психологічні служби не повинні працювати в «режимі пожежної бригади», реагуючи лише на кризи, а повинні розробляти довгострокову стратегію профілактики психологічних розладів. Тому психопрофілактична діяльність є одним з ключових напрямків роботи психологічних служб.

Мета дослідження: обґрунтувати важливість психопрофілактичної діяльності як ключового елементу психологічного обслуговування,

проаналізувати її завдання, методи та практичні аспекти реалізації в освітньому середовищі.

Психопрофілактика – це комплекс заходів, спрямованих на запобігання виникненню та поширенню психологічних проблем і негативних емоційних станів, а також на створення комфортних умов для роботи та особистісного розвитку [1; 2]. Водночас на практиці профілактика часто зводиться до окремих «одноразових заходів» (лекцій, кампаній), що знижує її реальну ефективність і суперечить її сутності як систематичної діяльності.

Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 9 березня 2021 року № 179 визначає, що психопрофілактика включає організаційні, правові, освітні, соціально-економічні, психологічні та медичні заходи, спрямовані на зменшення ризику психологічного виснаження, змін особистості та професійного вигорання [3]. Такий підхід демонструє розуміння психопрофілактики як міждисциплінарного процесу, але на практиці адекватна міжвідомча співпраця не завжди забезпечується, що знижує потенційну ефективність таких заходів.

У системі освіти роль психологічних служб описана в законодавчих і нормативних документах. Психологічні служби є частиною системи підтримки психологічного здоров'я громадян, і їхня діяльність включає діагностику, корекцію, розвиток і самоосвіту особистості [4; 5]. Однак, як показує аналіз практики, акцент часто зміщується в бік діагностичної та консультативної роботи, тоді як профілактичний компонент залишається недорозвиненим через кадрові, організаційні та ресурсні обмеження. У нинішній ситуації психопрофілактика оголошена одним із основних напрямків роботи психологічної служби навчальних закладів, що підкріплюється методичними рекомендаціями та інформаційними матеріалами Міністерства освіти і науки України [5], але її необхідно ще більше посилити на рівні практичної реалізації.

Існує кілька рівнів профілактики [1; 2]:

- первинна профілактика — створення умов, що мінімізують можливість психологічних ризиків [1];
- вторинна профілактика — раннє виявлення ознак ризику та своєчасне втручання [1; 2];
- третинна профілактика — робота з людьми, які перебувають у групі високого ризику або вже мають психічні чи психологічні проблеми, з метою запобігання ускладненням або рецидивам [1].

На нашу думку, саме поєднання цих рівнів в єдину, логічно структуровану систему дозволяє говорити про дійсно ефективні психопрофілактичні заходи, а не про окремі, ізольовані заходи.

У освітньому середовищі психопрофілактика виконує такі завдання: психологічне виховання (психоосвіта), діагностика груп ризику, тренування стресостійкості, формування навичок емоційної саморегуляції, робота з викладачами та батьками, створення системи підтримки [2; 5]. Важливо не

тільки враховувати зміст цих завдань, а й інтегрувати їх у загальну стратегію розвитку навчального закладу, щоб профілактика не сприймалася як «додаткове навантаження», а була невід'ємною частиною освітнього процесу.

У навчальних закладах психопрофілактика може реалізовуватися через регулярні тренінги, лекції, тематичні дискусії, групи взаємодопомоги, а також через аналіз і моніторинг психологічного стану учнів або студентів [1; 2]. На практиці це означає перехід від формальної звітності до фокусу на реальних змінах у стані студентів, що вимагає часу, професійної підготовки та підтримки з боку адміністрації.

Однак існують деякі складнощі: недостатній ресурс, відсутність методичних матералів, низький рівень розуміння важливості профілактики серед педагогів та керівництва та несистемність заходів. Наприклад, нормативна база вимагає створення психологічної служби, але не відповідно до неї не чітко визначені конкретні профілактичні дії [4; 5].

Однак існують певні труднощі: недостатність людських і часових ресурсів, відсутність або брак методичних матеріалів, низький рівень розуміння важливості профілактики серед вчителів та керівництва, а також відсутність систематичних профілактичних заходів [2]. Наприклад, нормативно-правова база вимагає створення психологічної служби, але відповідні документи не завжди чітко визначають конкретні профілактичні заходи, які необхідно реалізувати на практиці [4; 5]. На нашу думку, ця розбіжність між заявленими вимогами та реальними можливостями є однією з ключових проблем у розвитку психопрофілактики в освітньому просторі України.

Тому для реального впровадження психопрофілактики необхідно:

- систематичне планування профілактичних заходів як невід'ємної частини річного плану роботи психологічної служби;
- налагодження співпраці з викладачами, адміністрацією та батьками;
- використання сучасних методів і технологій психологічної підтримки;
- моніторингу ефективності та внесення відповідних змін до профілактичної стратегії.

На нашу думку, саме орієнтація на довгострокові результати, а не лише на виконання формальних вимог, є критерієм зрілості системи психопрофілактики.

Висновок. Психопрофілактична діяльність є одним із ключових компонентів психологічних послуг, оскільки вона спрямована не тільки на подолання існуючих проблем, а й на створення умов, що зменшують ймовірність виникнення психологічних розладів та підтримують психічне здоров'я в освітньому, медичному та соціальному середовищах. Для практикуючого психолога це означає перехід від переважно реактивного

підходу (реагування на кризу) до проактивного, спрямованого на запобігання негативним наслідкам.

Психологам важливо усвідомлювати, що:

- профілактична робота має бути плановою, систематичною та пов'язаною з цілями та особливостями конкретного закладу;
- ефективна профілактика можлива лише за умови налагодженої співпраці з викладачами, соціальними працівниками, батьками та адміністрацією;
- необхідно постійно аналізувати та оцінювати результати профілактичних заходів, коригуючи зміст і форми роботи відповідно до реальних потреб цільової групи;
- розвиток навичок емоційної саморегуляції клієнтів допомагає їм краще справлятися зі стресом, викликами та конкуренцією, а також підвищує їхню психологічну стійкість.

Отже, впровадження продуманої системи психопрофілактичних заходів сприяє поліпшенню психологічного самопочуття, зниженню ризику виникнення психологічних проблем та створенню більш безпечного та сприятливого середовища в установі. Перспективними напрямками на майбутнє є подальший розвиток профілактичних програм, підвищення кваліфікації фахівців, використання сучасних технологій (зокрема, онлайн-сервісів) та розширення освітньої діяльності, спрямованої на формування відповідального ставлення до власного психічного здоров'я.

Список використаних джерел та літератури

1. Сибірна Р. І., Сибірний А. В. Психопрофілактика серед осіб, які перебувають в особливих умовах. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія: психологія. 2024. № 1. С. 54–59. DOI: 10.32782/2311-8458/2024-1-8.
2. Литвиненко О. В. Психологічна служба закладу освіти як ключовий компонент підтримки ментального здоров'я студента в умовах війни. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. Вип. 4(6). С. 72–77. DOI: https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-10
3. Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній прикордонній службі України : Наказ МВС України від 09.03.2021 № 179 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/z0533-21 (дата звернення: 18.10.2025).
4. Положення про психологічну службу в системі освіти України : Положення Міносвіти України від 01.07.1993 № 230 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/z0101-93 (дата звернення: 18.10.2025).
5. Психологічна служба : офіційний сайт Міністерства освіти і науки України. Розділ «Освіта» → «Позашкільна освіта». URL:

https://mon.gov.ua/osvita-2/pozashkilna-osvita/psikhologichna-sluzhba (дата звернення: 18.10.2025).

Лисенко Оксана Ігорівна
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ЗОВНІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Сьогоднішнє суспільне життя кожної миті диктує все нові і більш складні вимоги до кожного члена суспільства. За цими умовами, якщо особистість не може пристосовуватися до умов, що постійно змінюються, вона гине якщо не фізично, то принаймні психологічно, придбаючи невротичні стани, які тягнуть за собою соматичні розлади. Живучи у постійно змінюваній реальності людина не тільки адаптується до конкретної діяльності, зростаючих вимог до професійних здібностей, вимог групи або колективу, але й до самої можливості постійних змін життєвих стереотипів. Відповідно, вимоги до адаптаційних можливостей та здібностей особистості нестримно виростають. У зв’язку з цим зміщуються акценти актуальності проблеми дослідження адаптації: від актуального «до чого?» адаптуватися, яке є темою багатьох психологічних праць у минулому десятилітті, до актуального «як?», «якою ціною?» в сьогоднішніх умовах.

Повномасштабна війна в Україні зумовила масову вимушену міграцію населення та появу значної кількості зовнішньо переміщених осіб. Перебування в новому соціокультурному середовищі супроводжується високим рівнем психоемоційного напруження, трансформацією ідентичності, порушенням звичних соціальних і професійних ролей. У зв’язку з цим проблема психологічної адаптації зовнішньо переміщених осіб набуває особливої наукової та практичної значущості.

Предмет дослідження. Психологічні особливості адаптації зовнішньо переміщених осіб, зокрема зміни психічного здоров’я, особистісні трансформації та чинники психосоціальної адаптації.

Дослідження базується на аналізі емпіричних і теоретичних праць сучасних українських психологів. У роботах Л. М. Карамушки та Т. В.

Карамушки застосовувалися психодіагностичні методики для оцінки психічного здоров'я, рівня емоційного виснаження, тривожності та суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців.

У концепції проєкту соціально-психологічної підтримки українців у Німеччині, запропонованій Л. М. Карамушкою, О. В. Креденцер та К. В. Терещенко, використано комплексний підхід, що поєднує психологічне консультування, групові форми підтримки, розвиток соціальних навичок і професійну інтеграцію.

У дослідженні Ю. Б. Максименка та О. В. Морозової-Йоханнессен, проведеному на прикладі українських переселенців у Норвегії, застосовано психодіагностичні методики оцінки емпатії, готовності до змін, толерантності до невизначеності та соціально-психологічної адаптації, що дозволило виявити глибокі особистісні трансформації переселенців

Основні результати та обговорення

За результатами досліджень Л. М. Карамушки встановлено, що вимушені переселенці характеризуються підвищеним рівнем тривожності, емоційного виснаження та зниженням суб'єктивного благополуччя. Втрата стабільності, соціальних зв'язків і професійної реалізації негативно впливає на процес психологічної адаптації та ускладнює відновлення психічного здоров'я.

Водночас результати проєктів соціально-психологічної підтримки українців у Німеччині свідчать, що системна психосоціальна допомога сприяє зниженню рівня психологічного дистресу, підвищенню адаптивності та формуванню відчуття контролю над власним життям.

Дослідження українських переселенців у Норвегії показало, що адаптація в іншій країні супроводжується суперечливими особистісними змінами. З одного боку, спостерігаються емоційний дискомфорт, інтолерантність до невизначеності та труднощі соціальної адаптації, з іншого — у частини переселенців активізуються ресурси життєстійкості, автономності та готовності до змін.

Висновки:

1. Адаптація зовнішньо переміщених осіб є складним багатовимірним психологічним процесом, що супроводжується значними змінами психічного здоров'я та особистісної структури.
2. Основними психологічними труднощами адаптації є тривожність, емоційне виснаження, інтолерантність до невизначеності та порушення соціальної і професійної ідентичності.
3. Ефективна адаптація можлива за умови комплексної психосоціальної підтримки, що поєднує індивідуальне та групове консультування, соціальну інтеграцію та професійну реалізацію.
4. Узагальнення досвіду досліджень в Україні, Німеччині та Норвегії підтверджує необхідність розробки цілісних програм психологічної допомоги зовнішньо переміщеним особам.

***Список використаних джерел та літератури**:*

1. Карамушка Л. М., Карамушка Т. В. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених переселенців в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 2(26). С. 48–59.
2. Карамушка Л. М., Креденцер О. В., Терещенко К. В. Концепція проєкту «Соціально-психологічна підтримка українців у Німеччині». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3(27). С. 6–25.
3. Максименко Ю. Б., Морозова-Йоханнессен О. В. Психологічні особливості особистісних змін переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Норвегії). *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 5(69). С. 90–97.

Малигіна Наталя Іванівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЖІНОК З ДОСВІДОМ ВІЙСЬКОВОЇ ВТРАТИ

Повномасштабна війна в Україні спричинила безпрецедентний рівень людських втрат, що торкнулися сотень тисяч сімей. Особливо вразливою групою стали жінки, які пережили смерть чоловіків, синів, братів або інших близьких, що виконували військову службу. Такий досвід нерідко призводить до посттравматичного стресового розладу, тривожних і депресивних проявів, соціальної ізоляції, втрати життєвих орієнтирів і підвищеної психологічної вразливості.У цих умовах особливо важливо досліджувати психологічні ресурси резильєнтності жінок внутрішні й зовнішні фактори, які допомагають їм зберігати психічну рівновагу, адаптуватися до нових обставин і відновлювати функціональність після травматичної події.

Поняття «резильєнтність» пройшло довгу еволюцію від початкового фокусу на стійких індивідуальних рисах людини до сучасного бачення як багатовимірного, динамічного процесу, що формується у взаємодії індивіда з його внутрішніми ресурсами. Історично термін походить від латинського

resilire – «відскакувати», «пружно відбиватися». В психології це означало здатність «повернутись» після стресової події, але сучасні підходи додали нюанси ,так резильєнтність розглядають як процес, як результат і як систему ресурсів одночасно [1].У сучасній науці можна виділити кілька течій, що представляють основні наукові погляди на проблему резильєнтності, як психологічної стійкості за провідним її компонентом.

Монографія О. Кокун узагальнює ці підходи й підкреслює необхідність мультидисциплінарного підходу, психологічного, нейробіологічного та соціально-екологічного [2].Резильєнтність як риса – на ранніх етапах дослідження фокусувалися на вроджених чи стабільних особистісних рисах (наприклад, оптимізм, врівноваженість), які передбачали кращу адаптацію. Цей підхід корисний для ідентифікації індивідуальних відмінностей, проте він ігнорує вплив соціального контексту та можливість навчання стійкості[3]. Соціально-екологічний або системний підхід— резильєнтність як продукт взаємодії індивіда з його сім'єю, культурою, інституціями та середовищем. Цей підхід розглядає ресурси поза індивідом (доступ до підтримки, безпеки, прав) як критично важливі [3].

Дослідження О. Кокун і інші роботи дослідників воєнного часу підкреслюють важливість «зовнішніх» ресурсів у формуванні адаптації [2]

Нейробіологічні та психофізіологічні підходи роблять наголос на біомаркерах (кортизол, варіабельність серцевого ритму, нейровізуалізація) як індикаторах стресостійкості; їхній розвиток дозволяє об'єктивізувати зміни й впроваджувати інтервенції, що впливають на тіло (дихальні техніки, фізичні вправи). Так, О Кокун описує інтеграцію таких індикаторів у сучасні методики діагностики [2].

В. Готичем були виділені такі фактори психологічної стійкості: наявність у людини когось, хто турбується та підтримує людину у важких ситуаціях або при прийнятті складних рішень, причому це можуть бути люди з родини або поза нею. Наступним та не менш важливим є фактор наявності навичок комунікацій, які слугують для вирішення проблем, до таких видів комунікацій можуть належати пошук альтернативних або ж компромісних рішень у різних завданнях [4]. Психологічна стійкість має таку визначену функціональну структуру, що складається із таких компонентів: афективний, що означає здатність регулювати свої емоційні реакції, процеси та стани, налаштовуючи себе на емоційну стабільність, когнітивний – здатність до раціональної розумової оцінки ситуації, поведінковий – застосування ефективних копінг-стратегій для подолання дії стресорів на організм людини [5].

Отже, основним ядром резильєнтності, як психологічної стійкості людини є комплекс суб'єктних утворень, що забезпечують адаптивність щодо впливу деструктивних стресорів. Процесу формування такої якості притаманні певні особливості, до яких належить цілісність, динамізм та стійкість. У сучасній психологічній науці при вивченні психологічної

стійкості найактуальнішими вважаються дослідження емоційної стійкості, оскільки вона є одним із основних компонентів діяльності. У проаналізованих джерелах резильєнтність розглядається як центральний механізм адаптації особистості до травматичних подій, зокрема тих, що виникають унаслідок війни. Резильєнтність є динамічним феноменом, який залежить від індивідуальних особливостей, попереднього досвіду, рівня особистісної зрілості та соціального оточення. Резильєнтність у цьому контексті трактується як поєднання когнітивних, емоційних і поведінкових механізмів, що забезпечують стабільність психічного стану [2].

У статтях Малімон і Пархоменко резильєнтність аналізується через призму травматичного досвіду війни, а її структура конкретизується завдяки використанню моделі BASIC Ph [6;7].Ця модель розкриває резильєнтність як багатовимірну систему внутрішніх ресурсів, що включає B – віру, переконання, цінності, які допомагають людині пояснювати травму, A – афективні ресурси, тобто здатність визначати й переживати емоції без їх накопичення, S – соціальні зв'язки як джерело підтримки й відчуття приналежності, I – уяву та креативність, що сприяють гнучкому знаходженню рішень, C – когнітивні стратегії логічного аналізу ситуації, Ph – фізіологічні прояви й тілесна регуляція, пов'язані зі стресостійкістю [7].

Психологічний стан людини в умовах війни є комплексним феноменом, який поєднує емоційні, когнітивні та поведінкові реакції на стрес і травму. Монографія О. Кокун приділяє цьому явищу особливу увагу, описуючи психологічний стан як динамічну систему, що змінюється залежно від сили стресора, особистісних ресурсів і соціального середовища[2].

Втрата близької людини внаслідок воєнних дій є надзвичайно стресорним явищем. Жінка зазнає великого горя, внаслідок втрати, тим більше раптової, що є одним із надзвичайно складних переживань поряд з іншими загрозами воєнного стану. Жінки по особливому переживають стрес втрати близької людини. Для жінок зазвичай стрес є несподіванкою та непередбачуваним явищем, до того ж, у жінок рідше, у порівнянні з чоловіками, при здійснення аналізу подій, виникає антиципація, тобто передбачення можливих наслідків та подальшого розгортання подій. Будь-які ситуації, які за суб'єктивним сприйняттям розглядаються в якості психотравми, для жінок має більш глобальні масштаби, аніж для чоловіків. Для жінки психотравма має життєво важливе значення, оскільки здатна зачіпати основні сфери існування, що призводить до глибоких душевних і психологічних переживань або страждань, внаслідок чого можуть спостерігатися стресові розлади та порушення адаптації. Окрім цього, у випадку психотравми жінки потребують більшої підтримки з боку близьких [8]. Для жінок є характерною орієнтованість на взаємодію з оточуючими, очікуванням уваги, співчуття та поради. Шляхом здійснення пошуку інформаційної та емоційної підтримки, жінки звертаються за рекомендаціями до фахівців та близьких, що сприяє отриманню необхідних знань. Оскільки

жінки мають більшу потребу в отриманні емоційної підтримки, вони бажають бути вислуханими, поділитися своїми переживаннями, отримати співчуття, що дозволяє знизити рівень стресу. У процесі обрання шляхів подолання стресу, жінки надають перевагу адаптації до складних життєвих обставин; при цьому, стратегії боротьби зі стресами у чоловіків ґрунтуються на активних та незалежних діях, самоефективності, емоційній стійкості, якими характеризуються емоційні стратегії, які спрямовані на вирішення проблеми, тобто на подолання важких життєвих ситуацій [9]. Дослідницями Л. Малімон & В. Пархоменко показано, що жінки з воєнним травматичним досвідом частіше демонструють афективні прояви психотравматизації, емоційне виснаження, тривогу, амбівалентність почуттів, дратівливість, а також симптоми уникнення.

Монографія О. Кокун підтверджує, що жінки мають підвищену чутливість до соціальних впливів, що робить соціальну підтримку одним із найпотужніших факторів їх стійкості. Автор зазначає, що для жінок важливою є не лише кількість контактів, а й якість емоційного взаємозв'язку, адже саме переживання прийняття та розуміння створює умови для нормалізації стану [2]. Формування психологічного захисту та стійкості у жінок, що пережили втрати внаслідок війни, є складним поєднанням емоційних реакцій, соціальної підтримки, внутрішніх переконань, когнітивної стійкості та залучення різних компонентів резильєнтності. Усі джерела свідчать про те, що саме комплекс цих факторів дозволяє жінкам зберігати функціональність, поступово інтегрувати травматичний досвід і рухатися до відновлення.

Аналіз науково-психологічних джерел свідчить, що психологічний стан жінок, що втратили близьку людину під час війни формується на перетині травматичного досвіду й адаптаційних ресурсів. Центральним концептом виступає резильєнтність. Ефективна корекція психологічного стану в період війни потребує поєднання особистісних ресурсів і соціальної підтримки, системного психологічного супроводу, розвитку когнітивних та емоційних стратегій саморегуляції, застосування індивідуальних та групових психотерапевтичних занять та тренінгів. Таке комплексне поєднання дозволяє зменшити інтенсивність травматичних проявів, сприяє адаптації, а у багатьох випадках – посттравматичному зростанню.

Список використаних джерел та літератури:

1. Кокун, О. М., & Мельничук, Т.І. (2023). Резилієнс-довідник : практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. https://lib.iitta.gov.ua/734632 Кокун О. М., & Пішко І. О. (2019).
2. Кокун О. М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744751/1/Монографія_Кокун.pdf

3. Креденцер, О., & Сергієнко, Д. (2024). Резильєнтність як чинник суб'єктивного благополуччя психологів в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія, 32(2), 85–95. https://doi.org/10.31108/2.2024.2.32.7.
4. Готич В.О. Концептуальне обґрунтування термінів resilience, hardiness, психологічна стійкість, витривалість, життєстійкість у соціально-психологічних дослідженнях. Київський журнал сучасної психології та психотерапії. К., 2023. Вип.5.С.15-23 https://www.researchgate.net/publication/374120489_The_conceptual_substantiation_of_the_terms_resilience_hardiness_psychological_resilience_vitality_in_socio-psychological_research
5. Жигайло Н., Шолубка Т. Формування психологічної стійкості студентів ЗВО під час війни. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. Львів, 2022. Випуск 14. С. 3-14.
6. Малімон Л. Пархоменко В. ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЖІНОК З ТРАВМАТИЧНИМ ДОСВІДОМ ВТРАТИ ВНАСЛІДОК ВОЄННИХ ДІЙ Психологічні перспективи, Вип. 45, 2025, 91–106 DOI: https://doi.org/10.29038/2227-1376-2025-45-mal
7. Малімон, Л., & Пархоменко, В. (2024). Ресурси резильєнтності осіб з травматичним досвідом. Психологічні перспективи, 43, 132–142. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2024-43-mal
8. Чачко С. Ярославський Д. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРИВАЛОГО ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ В УМОВАХ ВОЄННИХ ЗАГРОЗ В УКРАЇНИ *Перспективи та інновації науки* № 15(33) 2023 С. 916-927 DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-916-927
9. Ткачук Т. А. Гендерні особливості копінг-поведінки. Молодий вчений. № 4. 2017. С. 259-262.

Мартинішина Регіна Юріївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Прісняков Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТРАНСФОРМАЦІЯ АГРЕСИВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД ВІЙНИ

Актуальність дослідження. Повномасштабна війна в Україні призвела до масового психотравмування військовослужбовців, що зумовлює значне зростання проявів агресії, ворожості та труднощів у соціальній адаптації. Вивчення процесів трансформації агресивності у ветеранів є важливою умовою для розробки ефективних методів психологічної допомоги та реабілітації військових після бойових дій.

Мета дослідження: виявити особливості прояву та механізми трансформації агресивності у військовослужбовців, які пережили травматичний досвід війни, та встановити взаємозв'язок між рівнем агресивності й стресостійкості.

Об'єкт дослідження: агресивність військовослужбовців, які пережили травматичний досвід війни.

Предмет дослідження: процес трансформації агресивності під впливом психосоціальних і травматичних чинників.

Матеріали та методи дослідження

Дослідження ґрунтується на комплексному використанні теоретичних, емпіричних та статистичних методів:

Теоретичні методи: аналіз, синтез і систематизація наукових джерел із проблеми агресії, стресостійкості та посттравматичного розвитку.

Емпіричні методи:

1. Методика Басса–Даркі (Buss–Durkee Hostility Inventory) – визначення рівня та типів агресивності (фізична, вербальна, непряма, роздратування, підозрілість, почуття провини).
2. Шкала травматичного стресу TSC-40 – оцінювання рівня психотравматичних симптомів.
3. Бостонський тест на стресостійкість – визначення рівня адаптивності та здатності до контролю емоцій.
4. Тест соціальної адаптації Роджерса і Даймонда

5. Шкала життєстійкості (Кобаса)
6. Математико-статистичні методи**:** кореляційний аналіз за Пірсоном.

У дослідженні взяли участь 70 осіб:

49 учасників бойових дій (УБД), які мають безпосередній досвід перебування на фронті;

21 військовослужбовець, який не має статусу УБД.

Респонденти проходили опитування через Google-форму, а також під час психологічних консультацій у медичних закладах і реабілітаційних центрах.

Результати дослідження:

1.За методикою Басса–Даркі:

У військовослужбовців із досвідом бойових дій виявлено вищі показники фізичної агресії (4,9 бала), вербальної агресії (4,7 бала), роздратування (5,1 бала) та підозрілості (4,8 бала). У групі без бойового досвіду переважають показники почуття провини (5,0 бала) та образи (4,6 бала), що свідчить про схильність до внутрішньої, не вираженої агресії.

Учасники бойових дій мають вищі показники **фізичної та вербальної агресії, підозрілості та роздратування.** Індекс агресивності перевищує середній рівень (0,63 проти 0,48 у контрольній групі). У групі без статусу УБД частіше виражена **почуття провини та образа**, що свідчить про схильність до внутрішньої, не вираженої агресії.

Індекс агресивності у військових УБД становив 0,63, у контрольній групі — 0,48.

2.За шкалою TSC-40:

У 68% учасників бойових дій зафіксовано високий рівень травматичного стресу, який має прямий позитивний зв’язок з рівнем агресивності ($r = 0,71$, $p < 0.01$). У респондентів без бойового досвіду рівень травматизації значно нижчий, спостерігається вищий контроль емоцій та нижча деструктивна агресія.

Більшість учасників бойових дій мають **високий рівень травматичного стресу**, що прямо корелює з рівнем агресивності ($r = 0,71$, $p < 0.01$). У респондентів без бойового досвіду рівень травматизації нижчий, спостерігається більша емоційна стабільність.

Кореляційний аналіз підтвердив значущий зв’язок між показниками агресивності та рівнем травматичного стресу: чим вищий рівень посттравматичного напруження, тим сильніше проявляються деструктивні форми агресії.

Отримані результати підтверджують гіпотезу про наявність кореляційної залежності між рівнем травматичного досвіду та інтенсивністю агресивних проявів. Агресія у військових після бойових дій часто виконує захисну, компенсаторну функцію, однак без належної психологічної підтримки може набувати деструктивного характеру.

Висновки

1. Травматичний досвід війни спричиняє зростання рівня агресивності та емоційної напруги у військовослужбовців.
2. Виявлено прямий зв’язок між рівнем травматичного стресу та деструктивними формами агресії.
3. Військовослужбовці з високою стресостійкістю демонструють більшу саморегуляцію та конструктивне спрямування агресивної енергії.
4. Результати можуть бути використані для розробки психокорекційних програм, спрямованих на адаптацію та реабілітацію ветеранів бойових дій.

Наукова новизна: вперше емпірично встановлено залежність між інтенсивністю травматичного досвіду та рівнем агресивності у військовослужбовців різних категорій бойового досвіду, а також описано механізми трансформації агресії з деструктивних у конструктивні форми.

Результати можуть бути використані у діяльності військових психологів, фахівців реабілітаційних центрів, під час розробки тренінгів із розвитку емоційної стійкості та корекції агресивних станів у ветеранів.

Ключові слова: *агресивність, військовослужбовці, травматичний досвід, стресостійкість, посттравматичний стрес, психологічна адаптація, реабілітація.*

Список використаних джерел та літератури:

1. Басс А. Х., Даркі А. Методика діагностики схильності до різних форм агресії А. Х. Басс, А. Даркі. Психологічний журнал.1997. Вип 6. С. 120–126.
2. Браєр Дж. Шкала травматичного стресу TSC-40 (Trauma Symptom Checklist–40) Дж. Браєр. Одеса (Флорида): Psychological Assessment Resources, 1996. 40 с.
3. Bandura A. Social Learning Theory of Aggression. The Journal of Communication. 1973. P. 12–29.
4. Lorenz K. On Aggression. New York: Harcourt Brace, 1966. 304 p.
5. Van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York: Penguin Books, 2015. 464 p.
6. Herman J. Trauma and Recovery. New York: Basic Books, 1992. 276 p.

Мірошник Олексій Дмитрович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Гарець Надія Олексіївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

Актуальність проблеми обумовлюється особливостями демографічних, соціально-економічних та історичних умов, які складаються наразі в Україні. Так, існують дані стосовно збільшення загальної тривалості життя; зростає цікавість спеціалістів до розвитку механізмів психологічного опору стресу, формування життєстійкості в осіб, що входять до найбільш вразливих соціальних категорій. Дані, отримані сучасними вченими, підтверджують значущість етапу переходу до літнього віку, що є складним та насиченим періодом життєвого шляху. Отже, важливо з'ясувати, які чинники сприяють більш здоровому проживанню даного періоду, в тому числі життєстійкості.

Аналіз досліджень показує значну зацікавленість проблемою життєстійкості. Зокрема, поняття та сутність життєстійкості розглядалася такими зарубіжними дослідниками, як S. Maddi, S. Kobasa, A. S. Masten; українськими вченими Д. Ассоновим, О. А. Даценко, О. А. Решетник, Л. М. Смольською, О. А. Чиханцовою, О. Хаустовою та іншими. Проблеми та особливості осіб похилого віку розглянуто С. А. Михальською, Т. М. Дзюбою, О. Г. Коваленко, М. Л. Смульсоном та ін.

Мета - теоретично дослідити статеві особливості життєстійкості осіб похилого віку.

Виклад основного матеріалу. Для розуміння того, через що проходить особистість похилого віку на цьому етапі, треба врахувати в своєму аналізі вплив зовнішніх умов, оскільки вони можуть істотно впливати на задоволеність життям. Яскравим прикладом є існування стереотипізацій у поглядах на вікові особливості літньої людини, що може містити як позитивні риси, так і негативні. Такі особливості яскраво проілюстровані в дослідженнями, де серед позитивних рис, які називають представники різних вікових груп щодо особливостей людей похилого віку, можна назвати наступні: мудрість, великий життєвий досвід, доброту, духовну значущість для молодших поколінь. Але в той же час відзначаються і негативні: егоїстичність, скупість, упертість, байдужість, інтелектуальна деградація,

консерватизм, критичне відношення до молоді [1]. Відповідно, можна зазначити вплив стереотипів, пов'язаних із особливостями тієї або іншої статі; зокрема, чоловіки частіше сприймаються як стійкіші, стриманіші, а жінки – більш емоційні, вразливі.

Завданнями особистості в цей період є переосмислення пройденого життєвого шляху, прийняття його недосконалості, нормалізація помилок та невдалих рішень як таких, що є частиною її природи. Криза цього періоду може мати яскравий характер або проходити неявно; позитивному перебігу кризи сприяє збереження соціальної активності особистості. Саме в цей період складаються різні форми проживання старості: адекватні, за яких особистість усвідомлює вікові зміни, або неадекватні, якщо такі зміни ігноруються, а їх прийняття уникається.

Розглянемо детальніше теоретичні уявлення та підходи до вивчення життєстійкості. Основоположником даного поняття Сальваторе Мадді та його колеги з Університету Чикаго. Під життєстійкістю автори розуміють особистісну рису, що передбачає певну структуру установок, здібностей та стратегій (залученості, контролю та прийняття ризику), які сприяють набуттю резильєнтності у складних обставинах завдяки їх перетворенню на можливості для особистісного зростання (підвищення продуктивності праці, набуття життєвого досвіду) [2].

Життєстійкість особистості, на думку дослідників, є не сталим компонентом, а таким, що може розвиватися та формуватися протягом життєвого шляху. С. Б. Кузікова та Т. І. Щербак зазначають, що високий рівень життєстійкості притаманний зрілим особистостям з високим рівнем адаптивності, але найбільш поширеним є середній рівень. Висока життєстійкість появляється в тому, що людина здатна адекватно діяти в невизначених ситуаціях та обирати адекватні та конструктивні копінг-стратегії [3]. О. М. Лич в результаті дослідження за участі осіб похилого віку було виявлено перелік ознак різного рівня розвитку життєстійкості; зокрема, було використано когнітивний конструкт «персональна винятковість екзистенційного досвіду» та показники різноманітних особистісних проявів (когнітивних, поведінкових, емоційних) [4].

Аналіз теоретичних підходів до визначення поняття життєстійкості свідчить про складність та багатозначність даного феномену. Виявлено, що життєстійкість виступає необхідною умовою, за якою особистість здатна конструктивно долати складні обставини та сприяти кризові умови як такі, що можуть сприяти особистісному розвитку.

Разом з тим, залишається недостатньо розкритою в роботах вітчизняних вчених проблема статевих особливостей життєстійкості осіб похилого віку. В ході мета аналізу, виконаного в роботах зарубіжних вчених, виявлено, що рівень життєстійкості осіб відповідно статі був вищим на користь жінок, але ця різниця не була суттєвою [5]. В рамках дослідження наслідків пандемії COVID-19 виявлено, що жінки похилого віку виявилися більш вразливими,

ніж чоловіки, оскільки вони повідомляли про нижчий рівень психологічної стійкості [6].

Висновки: аналіз робіт зарубіжних та вітчизняних дослідників дозволив виявити актуальність зазначеної проблеми. Обґрунтовано необхідність встановлення статевих особливостей психологічного благополуччя осіб похилого віку в сучасних умовах з врахуванням особливостей даного вікового періоду, механізмів стереотипізації, уявлень про життєстійкість та її роль в подоланні кризи.

Список використаних джерел та літератури:

1. Михальська С.А. Психологічні особливості людей похилого віку. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України Проблеми сучасної психології. 2014. Випуск 23. с. 425-434.
2. Maddi S. On hardiness and other pathways to resilience. *American Psychologist*. 2005. 60. p. 261-262.
3. Даценко О. А. Життєстійкість як ресурс особистості. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72). № 4. 2022.с. 1–7.
4. Лич О. М. Психологія життєстійкості осіб похилого віку : автореферат дис. . д-ра психол. наук : 19.00.01 / О. М. Лич ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. Київ, 2021. 43 с.
5. Yilmaz Kogar E., Gök Uslu A. A Meta-Analysis Study on Gender Differences in Psychological Resilience Levels. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*. 2021. 3. p. 132-143.
6. Sardella A, Lenzo V, Basile G, Musetti A, Franceschini C, Quattropani MC. Gender and Psychosocial Differences in Psychological Resilience among a Community of Older Adults during the COVID-19 Pandemic. *J Pers Med*. 2022. Aug 30. 12(9). 1414.

Недвига Єлизавета Вікторівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Гарець Надія Олексіївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ СІМ'Ї ЯК ЧИННИК ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ

Актуальність теми обґрунтовується особливою ситуацією, що складається в сучасному світі, в тому числі в Україні. Сучасна сім’я існує в складних умовах невизначеності, розмиття традиційних цінностей та необхідністю пошуку власних моральних та ціннісних орієнтирів. Психологічний клімат в сучасних українських сім’ях може відрізнятися високим рівнем напруги. Наявність дитини, в свою чергу, накладає додаткову відповідальність за благополучне життя, майбутнє, за виховання здорової особистості та повноцінного члена суспільства. Разом з тим, нестабільні умови, нездоровий сімейний клімат може негативно позначатися на емоційній сфері особистості, що формується. Таким чином, необхідністю є дослідження особливостей того, як психологічний клімат може позначатися на емоційному розвитку дитини.

Аналіз сучасних публікацій показує зростаючий інтерес дослідників з зазначеної проблеми; зокрема, поняття психологічного клімату та зокрема, клімату в межах сім’ї розглянуто Р. П. Федоренко, О. І. Бондарчук, Л. М. Маценко; його роль у формуванні особистості дитини зазначено Н. Д. Трофаїлою, О. Передрій, Д. Трояновською, С. С. Заєць та ін.

Мета - теоретично проаналізувати особливості психологічного клімату сім'ї як чинника емоційного розвитку дітей.

Виклад основного матеріалу. Сучасні погляди на природу емоцій характеризуються наявністю різноманітних теорій, що пояснюють принципи виникнення та протікання емоційних переживань людини. Серед них можна виділити, зокрема, теорію когнітивного дисонансу Л. Фестінгера. На його думку, позитивні емоційні переживання виникають, коли очікування людини збуваються, а когніції втілюються в життя. Негативні емоції, в свою чергу, виникають, коли між очікуванням і результатами є невідповідність [1].

Необхідно розглядати, однак, не тільки емоції загалом, але і їх виникнення і розвиток в онтогенезі. Так, К. М. Бріджес, спостерігаючи за зміною поведінки дітей, запропонувала генетичну теорію емоцій. В рамках

даного дослідження було виявлено вікові періоди появи тих або інших емоцій. Зокрема, етапом диференціації негативних емоцій у страх, огиду та гнів спостерігаються у період 6 місяців, а у рік захоплення диференціюється на піднесення та прихильність [2].

Уявлення про зв'язок емоційного стану матері та дитини представлено в роботах вчених, спрямованих на виявлення особливостей реакцій дитини, що можна відзначити вже у період вагітності: зокрема, виявлено, що емоції дитини змінюються під час слухання голосу матері [3]. Ряд досліджень виділяє значущу роль емоційного зв'язку дитини із дорослим в ранні роки життя, а отже, і значущий внесок емоційного клімату родини. Розвиток емоційної сфери дитини починається з моменту народження, і проходить у тісній взаємодії із значущими дорослими, що її оточують. Саме дорослі забезпечують спочатку фізіологічні, а також емоційні потреби немовляти, стають «прикладом» наслідування емоційних реакцій, встановлюють контакт з дитиною та надають можливість навчитися конструктивним формам вираження емоцій. Розвиток емоцій включає зростання довільності в їх вираженні.

Психологічний клімат сім'ї відображає стійкий емоційний настрій кожного члена родини, формується на основі емоційних переживань кожного, на їх відносинах та ставленнях один до одного, інших людей, подій у світі. Отже, настрій кожного впливає на загальну психологічну атмосферу, а та, в свою чергу, обумовлює загальну життєздатність сім'ї як системи [4].

В контексті психологічного клімату сім'ї та його впливу на формування емоційного розвитку дитини важливо розглянути те, як виховання позначається на стосунках «батьки-дитина». Так, Е. Ейдеміллер описав ряд стилів негармонійного сімейного впливу: гіпопротекція, домінуюча гіперпротекція, гіперпротекція, що може призводити до емоційного нехтування, жорстких взаємин, підвищеної моральної відповідальності.

Д. Баумрінд описує чотири стилі виховання:

- авторитарний: високий показник структури, низький показник тепла;
- поблажливий: високий показник тепла без структури;
- авторитетний: високий показник і тепла, і структури; норми зрілої поведінки;
- неуважний: низькі показники і тепла і структури.

Емоційні фактори важливо враховувати, оскільки вони можуть не тільки посилювати виховні впливи, але і обумовлювати ціннісну складову ставлень дитини до предметів і явищ, що вона засвоює від дорослих. Захоплення, схвалення дорослими тих або інших явищ стають предметом переживань самої дитини. Звідси висновок: від того, що переживатиме дитина в родині, залежатимуть й особливості її «Я» [5, 6].

Висновки. Виявлено, що емоційний стан та поведінка батьків, їх реакція на емоційні прояви дитини є суттєвим чинником, що обумовлює її емоційний розвиток. Спостерігаючи за реакціями дорослих, дитина вчиться регулювати

власні емоції. Разом з тим, сім'ї в Україні перебувають у складних, напружених умовах, що можуть призводити до втрати гармонії у сімейних стосунках, і, як наслідок, позначатися на емоційному стані дітей.

Аналіз досліджень дозволив встановити та підтвердити, що найбільш гармонійними та сприятливими для емоційного розвитку дитини є ті стилі виховання, в яких присутні як тепло, так і дисципліна. Відповідно, більш сприятливий емоційний клімат в сім'ї призводитиме до того, що діти будуть схильні мати ознаки позитивного емоційного розвитку. Натомість, діти із авторитарних, неуважних сімей частіше стикаються із негативними емоціями, недоброзичливим ставленням до оточуючих, схильні до конфліктів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Сивогракова З. А., Алєксєєнко Н. В. Психологія емоцій. Регуляція емоцій. Практикум з дисципліни «Психологія» Харків, 2017. 40 с.
2. Компанець Н.М. Розвиток та формування емоційно-вольової сфери у дітей дошкільного віку: Науково-методичний посібник. Київ: Актуальна освіта, 2023. 42 с.
3. Склянська О.В. Формування соціальної взаємодії дітей раннього віку з порушеннями розвитку із близьким дорослим: дис.канд.психол.н.. К., 2019.
4. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї. Київ, 2001. 96 с.
5. Комар Т., Шістка О. Психологічні особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку. *Psychology Travelogs,* 2023. (4), с. 70–77.
6. Заєць С. С. Роль сімейного середовища в процесі соціальної адаптації дитини. Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки. Луцьк, 2012. № 7(232) : Педагогічні науки. С. 139–144.

Подакін Микита Юрійович
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК САМООЦІНКИ ТА РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ З ПРОЯВАМИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У СТУДЕНТІВ

Актуальність теми. Проблема прокрастинації у студентському середовищі сьогодні є однією з найпомітніших у психологічній практиці та дослідницькій роботі. Академічне середовище передбачає високі вимоги, багатозадачність, дедлайни, необхідність постійної самоорганізації — і все це створює умови для відкладання важливих завдань. Водночас прокрастинація не зводиться до «нестачі дисципліни»: у сучасних підходах її описують як добровільне відтермінування запланованої дії, навіть коли людина розуміє можливі негативні наслідки такого вибору (P. Steel). У студентів це часто проявляється як систематичне відкладання навчальних справ із паралельним зростанням внутрішньої напруги, провини та зниженням продуктивності [1; 2].

Теоретичний аналіз свідчить, що прокрастинація є багатовимірним явищем і поєднує когнітивні труднощі, емоційні реакції та поведінкові стратегії. У роботах L. Solomon та E. Rothblum академічна прокрастинація розглядається як поширений феномен, пов'язаний із страхом невдачі, униканням оцінювання та сприйняттям завдання як неприємного або надмірно вимогливого. Окрему увагу сучасні дослідники приділяють емоційному механізму: прокрастинація може виконувати функцію короткочасного «полегшення» через уникнення неприємних переживань, пов'язаних із завданням (F. Sirois, T. Pychyl). Саме тому студенти часто відкладають діяльність не через лінощі, а через внутрішню напругу, страх помилки чи тривогу перед можливим негативним результатом [3; 4; 5].

Самооцінка відіграє одну з ключових ролей у формуванні прокрастинаційної поведінки. У класичному підході М. Розенберга самооцінка розуміється як загальна позитивна або негативна установка людини щодо самої себе, яка впливає на очікування успіху, рівень домагань і стиль самопідтримки в ситуації труднощів. Для студентів з низькою самооцінкою характерні сумніви у власних можливостях, схильність знецінювати досягнення та завчасно прогнозувати невдачу. У таких умовах навчальне завдання часто сприймається не як «робота, яку треба зробити», а

як потенційний доказ власної неспроможності, що підсилює уникання та відкладання діяльності [6; 7].

Водночас нестійка самооцінка, яка залежить від зовнішніх оцінок і швидко коливається під впливом успіхів або критики, також підвищує ризик прокрастинації. Такий студент надмірно орієнтується на думку оточення, боїться зробити «не ідеально» і тому відкладає виконання завдання, ніби намагаючись відтермінувати момент можливого осуду чи зниження власної значущості. Цікаво, що і завищена самооцінка може бути фактором прокрастинації, але за іншим механізмом: надмірна впевненість формує ілюзію легкості майбутньої діяльності — «встигну будь-коли», через що недооцінюються складність і реальні часові витрати. У підсумку саме якість і стабільність самооцінки, а не лише її рівень, визначають структуру та інтенсивність прокрастинаційних проявів [5; 6; 7].

Вагоме місце у формуванні прокрастинаційної поведінки посідає тривожність як емоційна характеристика особистості. У межах концепції Ч. Спілбергера тривожність розглядається у двох вимірах: реактивна тривожність як ситуативний емоційний стан та особистісна тривожність як відносно стійка схильність інтерпретувати широкий спектр ситуацій як загрозливі [8]. Саме особистісна тривожність, за даними численних емпіричних досліджень, тісніше пов’язана з прокрастинацією, оскільки зумовлює постійне очікування негативного результату та зниження впевненості у власних діях. Для студентів це проявляється у вигляді навчальної тривоги, пов’язаної з контролем знань, оцінюванням, дедлайнами та вимогами викладачів.

З позицій емоційно-регулятивного підходу прокрастинація розглядається як спосіб тимчасового зниження тривоги. Дослідження F. Sirois та T. Pychyl показують, що відкладання діяльності часто виконує функцію короткострокової регуляції настрою: уникаючи завдання, людина на деякий час зменшує інтенсивність негативних емоцій, зокрема тривоги, напруги та страху помилки. Однак такий механізм є дисфункціональним у довгостроковій перспективі, оскільки призводить до накопичення незавершених справ, дефіциту часу та посилення емоційного напруження напередодні дедлайну, що ще більше підвищує рівень тривожності [3; 5]. Таким чином, прокрастинація і тривожність утворюють замкнене коло взаємного підсилення.

Особливої уваги заслуговує взаємозв’язок тривожності з когнітивними викривленнями у студентів. Особи з підвищеною тривожністю схильні до катастрофізації, перебільшення можливих помилок та зосередження на негативних сценаріях розвитку подій. У роботах А. Елліса та А. Бека підкреслюється, що подібні когнітивні установки знижують відчуття контролю над ситуацією та підсилюють уникальну поведінку. У навчальному контексті це проявляється у формі прокрастинації як відмови від активної взаємодії з завданням, яке сприймається як емоційно загрозливе [5; 8].

Самооцінка і тривожність перебувають у тісному взаємозв'язку, що підсилює їхній вплив на прокрастинаційну поведінку. Низька або нестійка самооцінка підвищує чутливість до оцінювання, що сприяє зростанню тривожності, тоді як високий рівень тривожності, у свою чергу, знижує віру студента у власні можливості. За даними українських досліджень, саме поєднання нестійкої самооцінки з підвищеною особистісною тривожністю є одним із найвагоміших предикторів хронічної академічної прокрастинації [9]. У таких випадках відкладання діяльності перестає бути ситуативною реакцією і перетворюється на стійку поведінкову стратегію.

Підсумовуючи, можна зазначити, що прокрастинація є складним особистісно-емоційним феноменом, який формується на перетині самооцінки, тривожності та особливостей саморегуляції діяльності. Студенти з низькою або нестійкою самооцінкою та високим рівнем тривожності перебувають у групі підвищеного ризику формування прокрастинаційної поведінки. Усвідомлення цих психологічних механізмів створює підґрунтя для розроблення профілактичних і корекційних програм, спрямованих на стабілізацію самооцінки, зниження тривожності та розвиток навичок емоційної регуляції й планування навчальної діяльності.

Список використаних джерел та літератури:

1. Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychological Bulletin. 2007. Vol. 133(1). P. 65–94.
2. Solomon L. J., Rothblum E. D. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. Journal of Counseling Psychology. 1984. Vol. 31(4). P. 503–509.
3. Сафронова Т. А., Малиш В. Є. Взаємозв'язок особистісної тривожності та прокрастинації. Актуальні питання психології у сучасному інноваційному просторі: збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції. Одеса, 2022. С. 117–120. URL: https://www.researchgate.net/publication/392020714_VPLIV_TRIVOZNOSTI_NA_STAN_PROKRASTINACII_U_STUDENIV_ZVO
4. Харченко Г., Яценко С., Неведомська Є. Рівень тривожності студентів та його зв'язок із самооцінкою здоров'я. Спортивна наука та здоров'я людини. 2022. № 2(19). С. 68–73.
5. Sirois F. M., Pychyl T. A. Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. Social and Personality Psychology Compass. 2013. Vol. 7(2). P. 115–127.
6. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
7. Блохіна І. О. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія:

Психологія. 2021. Вип. 4. С. 82–86. URL: https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/42696
8. Spielberger C. D., Gorsuch R. L., Lushene R. E., Vagg P. R., Jacobs G. A. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1983.
9. Багрин В. В., Пономаренко Т. І. Особливості тривожності студентської молоді. Спортивна наука та здоров'я людини. 2024. URL: https://sporthealth.kubg.edu.ua/article/view/176722

Сливинська Анастасія Олександрівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Університету імені Альфреда Нобеля

Науковий керівник:
Бикова Вікторія Олександрівна
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Університету імені Альфреда Нобеля

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРЕДИКТОРИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ В УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ

Феномен посттравматичного зростання ніколи не втратить своєї актуальності особливо зараз за часів повномасштабного вторгнення. Посттравматичне зростання – це те з чим ми вже стикаємось оскільки значна кількість українських біженців вже стикається зі змінами у різних сферах життя, ці зміни ми можемо спостерігати у ціннісно-смисловій сфері, в міжособистісній комунікації та багатьох інших сферах. Наразі ми не можемо точно стверджувати, що всі українські біженці, які змушені були покинути свої домівки через війну знаходяться зараз у травмі. Багато хто з них вже розпочав цей непростий період зростання і потребує психологічної та соціальної підтримки.

За офіційною статистикою ООН в справах українських біженців, з початку війни в Україні, країну полишили близько треті кількості українців. Левова частка припадає на категорію жінок та неповнолітніх осіб. Статус біженства як такого вплинув на життя кожного українця.

Метою нашого дослідження є дослідження психологічних предикторів посттравматичного зростання серед українських біженців. Під українськими біженцями ми розглядаємо українців, які виїхали за часів повномасштабного

вторгнення та не повернулися до України, але могли відвідувати Україну на короткий час.

Віктор Франкл засновник логотерапії, розглядав страждання та травму як потенціал для особистісного зростання, оскільки людина сама обирає шлях зі свого болю у кризі й стражданні. Таким чином навіть за найважчих життєвих обставин людина може знайти сенс, який допомагає перемогти травматичний досвід. Травма в розумінні Франкла – це можливість, що спонукає до особистісного розвитку та зростання, за умов якщо людина ставиться з відповідальністю до вибору власного шляху у стражданні, таким чином віднайшовши сенс у стражданні. Тобто Франкл вбачав використання подолання травми з акцентом на пошук особистісного сенсу життя навіть за травматичних ситуацій [1].

Біль від травми, яку переживають українські біженці може слугувати мотивацією до змін в житті, як би не цей біль скоріше за все особистість не стала би нічого змінювати. В даному випадку її також можна використовувати в якості наставника, який буде вести до трансформації отриманого досвіду в дещо позитивне та корисне, що може потім стати сенсом життя, тим заради чого варто жити. Наприклад, переживши досвід біженства людина може бути підтримкою та опорою для людини, яка тільки стикнулась з цим. Але в деяких випадках використання болю буде не найкращим рішенням, тож в яких випадках можна використати:

- з українцями, які переживають відносно легкий ступінь позитивного афекту, тобто людина, яка відчуває біль помірної або середньої ступені;
- з українцями, які емоційно в’ялі або відсторонені певною мірою;
- з тими хто не мають відчуття приналежності до певної групи та не здатні до неупередженості, певної легкості.

Відчуваючи небезпеку людина буде діяти навіть через біль аби врятуватись від смерті або небезпеки, таким чином діяти попри біль та страх, на наш погляд це може слугувати яскравим прикладом використання болю в житті людини, задля порятунку або зміни себе [2].

Обставини в яких перебувають українські біженці суттєво відрізняються від того до чого вони звикли. Прикладом цього є дослідження Peconga EK, Høgh Thogersen M. [3]. Дослідники вважають, що всі українські біженці, які були змушені покинути свої домівки через війну та переїхати до інших країн зіштовхуються з проблемою адаптації до нового життя. Це включає в себе труднощі не тільки пов’язані зі зміною житла та країни, а й з фінансовими проблемами, незвичні іноді незручні соціальні умови, які вивчала Кравченко О. О. [4].

Серед труднощів з якими може стикнутись український біженець окрім психологічної травми це негативні психічні стани наприклад, такі як агресивність, депресивні стани, схильність до залежностей (алкоголіз, наркоманія, ігроманія) тощо. Дослідниця Коробка Л. М. зазначала, що вище

зазначені проблеми часто негативними наслідками адаптації до нових умов, що в подальшому може слугувати чинником прагнення повернутися додому [5].

В теорії Віктора Франкла, людина сама бере відповідальність за свій шлях і це є основою, бо без визнання своєї відповідальності за своє життя та переживання психологічної травми, вона буде не здатна до росту після.

Відповідальність – це здатність людини реагувати на можливості в своєму житті, та відповідно приймати їх чи навпаки відкидати [6]. Завдяки відповідальності ми досягаємо своїх цілей та приймаємо рішення, незалежно від того нам це пропонує суспільство чи хтось інший.

Останні дослідженні виокремлюють досить об’ємний спектр подій які можуть призводити до посттравматичного зростання, зокрема ми можемо виділити наступні події в житті особистості [7] .

- Втрата близької людини, безвісті зниклий родич
- Автомобільні аварії та катастрофи
- Пожежі в будинках
- Сексуальне насильство
- Військові дії
- Досвід вимушеного переміщення
- Взяття в заручники, полон
- Фізіологічні хвороби (ВІЛ-інфекція, рак, хвороби серця тощо)

Як бачимо перелік подій, що спричиняють посттравматичне зростання досить широкий і може бути ще ширшим оскільки нині це питання лише досліджується. Психотравматичний досвід вище зазначених подій, як наслідок може накласти свій відбиток на психічне здоров’я особистості так і на фізичне. Робота з наслідками таких подій займає тривалий час, і не є простим завданням оскільки потребує значних зусиль аби вийти на посттравматичне зростання. Спочатку потрібен час для усвідомлення та прийняття досвіду окрім цього важливим аспектом є підтримка психологів і близьких. Людині потрібен час для прийняття нової реальності та розуміння, що так як було раніше вже не буде, але на томість вона може знайти дещо краще і зрости. Наведемо приклад, коли ми саджаємо насіння у грунт, спочатку насінинка нічого довкола себе не бачить лише темрява і волога, але з часом вона починає всмоктувати корисні елементи, які є навколо неї і дає коріння, воно міцнішає дає інші корінці. Врешті решт воно проростає і бачить світ на горі де є сонце та хмарки і того хто приходить до неї аби полити. Так само і в житті спочатку людина не бачить нічого довкола себе, їй здається, що життя закінчене і далі не може бути нічого хорошого, але проходить час вона поглинає підтримку і починає звикати до нової реальності дає коріння в новій реальності, згадує про звички, які були у неї в минулому житті і це дає їй сили і наснаги рухатись далі, вона починає проростати, з‘являється невеличке стебло, яке ще не проросло повністю на гору. Проходить час і вона бачить світ довкола, який має все те, що вона мала раніше, але значно краще ніж було,

вона наче має яскравіші кольори і більше «для чого?» це і є той час коли ми можемо спостерігати зростання після травми.

Отже, посттравматичне зростання може бути спричинене найрізноманітнішими травматичними подіями в житті українських біженців, в цій роботі ми представили лише основний перелік подій, що може спричинити, але перелік може бути розширений з плином часу та іншими дослідженнями. Посттравматичне зростання не виникає раптово, одразу після травматичної події, воно потребує часу та плекання про себе, усвідомлення пережитого досвіду та переосмислення інакшими словами позитивного рефреймінгу.

Список використаних джерел та літератури:

1. Dezelic M. S., Ghanoum G. Trauma treatment healing the whole person. 2016. 286 p.
2. Jenna Lejeune, Jason Luoma. Values in Therapy: A Clinician's Guide to Helping Clients Explore Values, Increase Psychological Flexibility, and Live a More Meaningful Life. New Harbinger, 2020. 224 p.
3. Peconga E. k., Høgh Thøgersen M. Post-traumatic stress disorder, depression, and anxiety in adult Syrian refugees: What do we know?. Scandinavian Journal of Public Health. 2019. Vol. 48, no. 7. P. 677–687. URL: https://doi.org/10.1177/1403494819882137 (дата звернення: 01.11.2025)
4. Кравченко О. О., Чупіна К. О. Соціально-психологічна реабілітація ВПО: з досвіду Уманського Державного Педагогічного Університету імені Павла Тичини. Габітус. Серія: Соціальна психологія. Юридична психологія. 2022. Вип. 41. С. 251-254. URL: http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/44.pdf (дата звернення: 01.12.2025)
5. Коробка Л. М. Адаптація спільноти до суспільних змін унаслідок воєнного конфлікту: від переживання травми до відновлювальних зусиль та розвитку. Науковий вісник ХДУ. Серія: Психологічні науки. 2019. Вип. 4. С. 176–182. URL: https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-4-23 (дата звернення: 01.12.2025)
6. Бикова В., Стадниченко Т. Словник-довідник з логотерапії та екзистенційного аналізу. Дніпро : Арт-Прес, 2025. 80 с.
7. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. Psychological Inquiry. University of North Carolina at Charlotte. 2004. Вип. 15. С. 1-18. URL: https://www.researchgate.net/publication/247504165_Tedeschi_RG_Calhoun_LGPosttraumatic_growth_conceptual_foundations_and_empirical_evidence_Psychol_Inq_151_1-18 (дата звернення: 01.12.2025)

Чеснохревська Злата Михайлівна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Варакута Марина Леонідівна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Емоційне вигорання серед студентів сьогодні вже не є локальною проблемою, що зачіпає лише кількох вразливих осіб, а дедалі більше стає системною проблемою для вищої освіти. Навчання в умовах інтенсивного інформаційного потоку, постійної оцінки, конкуренції та соціальної нестабільності поступово виснажує психічні ресурси молодих людей. У такій ситуації студенти часто продовжують формально «функціонувати» в освітньому процесі, але втрачають внутрішню зацікавленість, інтерес і відчуття сенсу. Саме цей перехід від зацікавленої участі до емоційно порожнього, вимушеного виконання освітніх вимог описується в сучасній психології як емоційне (академічне) вигорання [1; 5; 6].

Як показують класичні та сучасні підходи, вигорання не обмежується втомою чи «перевантаженням». У тривимірній моделі Маслах воно проявляється як поєднання емоційного виснаження, відчуження від діяльності та зниження відчуття власної ефективності (Maslach C., Leiter M.P., 2016) [6]. У перекладі на реальність студентів це означає, що молоді люди не просто втомлюються від навчання: вони починають цинічно ставитися до навчання, сприймають академічні вимоги як щось зовнішнє і вороже, сумніваються у власній здатності опанувати професію. Українські автори, аналізуючи стан студентської молоді, підкреслюють, що вигорання проявляється як емоційне, так і академічне явище: воно поєднує психічне виснаження з викривленим ставленням до навчання і до себе як майбутнього фахівця [1; 5].

Наша увага зосереджена на тому, як емоційне вигорання впливає на мотивацію студентів до навчання. Простіше кажучи, ми говоримо про те, чому студент, який колись свідомо обрав спеціальність і мав певні очікування, через кілька років навчання починає «відбувати» заняття, зосереджуючись переважно на мінімальному необхідному рівні та концентруючись на оцінках, а не на змісті. Теорія самовизначення Райана Р.М. і Десі Е.Л. (2017) надає важливий ключ до розуміння цього явища: якість мотивації — від

внутрішньої, пов'язаної з інтересом і сенсом, до зовнішньої, спричиненої тиском і контролем — визначає, наскільки послідовно студент здатний протистояти стресу і бачити особисту цінність у навчанні [7]. Коли на тлі хронічного стресу та виснаження внутрішні мотиви «просідають» і замінюються суто зовнішніми стимулами, вигорання стає фактором, що безпосередньо підриває мотивацію до навчання [2; 3].

В українському контексті проблема емоційного вигорання серед студентів посилюється впливом військових подій, економічної нестабільності та змін у формах навчання. Дослідники психологічного здоров'я студентів відзначають, що поєднання академічного стресу з екзистенційними загрозами — небезпекою, втратою звичного оточення, вимушеною міграцією — призводить до хронічної напруги, зниження відчуття контролю над власним життям, посилення тривожності та астенії (Власенко І.А. та ін., 2022; Помиткіна Л.В., Ковалькова Т., 2008) [4; 5]. За таких умов навчання часто перестає сприйматися як ресурс для розвитку і стає ще одним джерелом тиску, що створює сприятливе підґрунтя для вигорання, особливо серед студентів, мотивація яких спочатку була переважно зовнішньою [1; 2].

На рівні мотивації це проявляється не тільки в «зниженні інтересу до навчання», але й у більш глибоких змінах у структурі мотивів. Емпіричні дослідження академічного вигорання показують, що із зростанням емоційного виснаження студенти рідше називають когнітивні та професійно орієнтовані мотиви своїми основними мотивами для навчання і частіше називають такі мотиви, як уникнення покарання, виконання формальних вимог та зосередження на «мінімальних прохідних балах» (Сергенкова О.В., 2017; Аврамчук О., 2021) [1; 2]. Фактично ми спостерігаємо певну «спіраль»: виснаження знижує внутрішню мотивацію, а втрата сенсу та інтересу, в свою чергу, підсилює відчуття марності зусиль і прискорює розвиток вигорання. Це узгоджується з логікою теорії самовизначення, яка підкреслює, що зменшення автономних мотивів і домінування зовнішнього контролю значно збільшують ризик дезадаптації (Ryan R.M., Deci E.L., 2017) [7].

З цієї точки зору емоційне вигорання більше не можна розглядати виключно як «наслідки перевантаження», а академічну мотивацію – як нейтральний фон. Навпаки, мотиваційна сфера стає центральним ланцюгом, через який вигорання впливає на навчальну діяльність: те, чи бачить студент особистий і професійний сенс у навчанні або сприймає його як обов'язковий обов'язок, значною мірою визначає динаміку вигорання і здатність підтримувати продуктивність у складних умовах [2; 3; 4]. Саме тому сучасні підходи до профілактики емоційного вигорання у студентів зосереджуються не лише на зменшенні стресу, а й на цілеспрямованому розвитку внутрішньої, автономної мотивації до навчання, зміцненні ціннісних орієнтацій та професійної ідентичності (Ципрук А.В., 2019; Власенко І.А. та ін., 2022) [3; 4].

Ресурсоорієнтовані підходи до проблеми емоційного вигорання пропонують розглядати студентів не тільки як «носіїв симптомів», а як осіб,

що мають певний запас психологічних, мотиваційних і соціальних ресурсів, здатних послабити або, навпаки, посилити вплив стресових факторів. У рамках моделі «Вимоги роботи – ресурси», розробленої для аналізу професійного вигорання, мотивація та ціннісні орієнтації розглядаються як внутрішні ресурси, що визначають, наскільки конструктивно людина може реагувати на зростаючі вимоги (Maslach C., Leiter M.P., 2016) [6]. Українські дослідження психологічного здоров'я студентів показують, що розвинена внутрішня мотивація до навчання, відчуття суб'єктивної компетентності, сприятливе освітнє середовище та значущі соціальні зв'язки є факторами, що знижують ризик вигорання та пом'якшують його негативні наслідки (Власенко І.А. та ін., 2022; Помяткіна Л.В., 2008) [4; 5].

У цьому контексті робота з емоційним вигоранням неминуче передбачає роботу з мотиваційною сферою. Мова йде не просто про «підвищення інтересу до навчання» на рівні окремих предметів, а про більш глибоку реструктуризацію семантичного поля: допомогу студентам у усвідомленні особистого значення обраної професії, формування реалістичних, але не знецінюючих очікувань, зміцнення досвіду успішної саморегуляції та подолання труднощів [3; 4]. Підходи, засновані на теорії самовизначення, звертають увагу на необхідність створення в університеті освітнього середовища, в якому задовольняються базові психологічні потреби в автономії, компетентності та приналежності (Ryan R.M., Deci E.L., 2017) [7]. За таких умов внутрішня мотивація перестає бути «випадковим бонусом» і стає систематично підтримуваним ресурсом, що протидіє вигоранню.

Водночас, незважаючи на свою теоретичну та практичну значущість, існуючі дослідження залишають низку питань без відповіді. Зокрема, потребує подальшого розгляду питання про те, як емоційне вигорання впливає на структуру мотивації студентів до навчання на різних етапах освіти — від першого до старших курсів, — як змінюється з часом баланс внутрішніх і зовнішніх мотивів, а також які особистісні та ситуативні чинники роблять цей зв'язок більш-менш вразливим [1; 2; 3]. У сучасних умовах української вищої освіти, що характеризуються військовими викликами та тривалою невизначеністю, ці питання мають не тільки академічне, а й очевидне практичне значення, оскільки стосуються збереження психологічного благополуччя студентів та якості підготовки майбутніх фахівців.

Тому доцільно зосередити емпіричні дослідження на визначенні ступеня впливу емоційного вигорання на зниження академічної мотивації студентів різних курсів, на з'ясуванні, які компоненти вигорання найтісніше пов'язані зі зниженням внутрішніх мотивів і посиленням зовнішніх орієнтацій, а також на встановленні психологічних умов, що можуть запобігти цьому процесу. Отримані результати можуть слугувати основою для розробки комплексних програм психопрофілактики у вищих навчальних закладах, що поєднують підтримку емоційного стану студентів із цілеспрямованим розвитком їхньої академічної мотивації, професійної ідентичності та особистих ресурсів,

необхідних для збереження стійкості перед сучасними соціальними викликами.

Список використаних джерел та літератури:

1. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А. Криза фахового навчання як підґрунтя емоційного вигорання студентів. Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка. 2017. № 27. С. 77–81.
2. Аврамчук О., Копчук-Кашецький О., Зубачик Г. Академічне вигорання серед студентів: роль ранніх дисфункційних схем як фактору вразливості. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Вип. 9. С. 3–13.
3. Цюприк А., Федорович С. Профілактика емоційного вигорання студентів-психологів. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2019. № 1. С. 160–170.
4. Власенко І. А., Фурман В. В., Рева О. М., Канюка І. О. Психологічне здоров'я студентської молоді : навч.-метод. посіб. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 224 с.
5. Помиткіна Л., Ковалькова Т. Проблема емоційного вигорання студентів. Соціальна психологія. 2008. № 6 (32). С. 94–101.
6. Maslach C., Leiter M. P. Burnout: The Cost of Caring. New York : Malor Books, 2016. 200 p.
7. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. New York : Guilford Press, 2017. 756 p.

Курдаєва Вікторія Олексіївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ВПЛИВ ПОРУШЕНОЇ ДИТЯЧОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ ДЕСТРУКТИВНИХ ЖИТТЄВИХ СТРАТЕГІЙ

Теорія дитячої прихильності посідає центральне місце в сучасній психології розвитку, оскільки дозволяє пояснити механізми формування емоційної сфери особистості, її уявлень про себе, інших людей та світ загалом.

Засновником теорії прихильності вважається Дж. Болбі, який розглядав прихильність як вроджену біопсихологічну систему, спрямовану на забезпечення виживання дитини через підтримання емоційної близькості з фігурою догляду. На його думку, стабільна й чутлива взаємодія з дорослим формує в дитини відчуття безпеки, що є базою для подальшого психічного розвитку [2, с. 16].

Подальший розвиток теорії здійснила М. Ейнсворт, яка експериментально дослідила якісні відмінності прихильності та виокремила її основні типи. Вона показала, що стиль прихильності формується не лише фактом наявності дорослого, а й характером його реагування на потреби дитини. Тут прихильність постає як стійка система емоційних очікувань і поведінкових патернів, що закріплюється в ранньому дитинстві та має довготривалий вплив на особистісний розвиток [1, с. 42].

У контексті наукових досліджень особливу увагу приділяють порушеним формам прихильності, які виникають за умов хронічної фрустрації базової потреби дитини в емоційній безпеці. Порушена прихильність не означає повної відсутності зв’язку з дорослим, проте характеризується його нестабільністю, суперечливістю або емоційною недоступністю. Саме такі форми взаємодії стають психологічним підґрунтям для подальших труднощів у міжособистісних стосунках і формуванні життєвих стратегій.

У науковій літературі найчастіше виокремлюють такі типи порушеної дитячої прихильності:

1. Тривожна (амбівалентна) прихильність, що формується в умовах непослідовного батьківського реагування. Дитина не може передбачити поведінку значущого дорослого, унаслідок чого зростає рівень тривоги, залежності та страху втрати емоційного контакту.

2. Уникальна прихильність, яка виникає за умови емоційного відкидання або систематичного ігнорування потреб дитини. У такому випадку дитина навчається пригнічувати прояви емоційної близькості та демонструє зовнішню самодостатність.

3. Дезорганізована прихильність, що формується в умовах травматичного досвіду або коли фігура прихильності одночасно є джерелом захисту і страху. Цей тип характеризується відсутністю стабільної стратегії емоційної взаємодії.

Причини порушень прихильності є багатофакторними та охоплюють як індивідуальні, так і сімейні та соціальні чинники. Однією з ключових причин є емоційна депривація, тобто хронічна нестача тепла, прийняття й підтримки з боку дорослого. Вона може мати місце навіть у формально благополучних сім’ях, де фізичні потреби дитини задовольняються, проте ігноруються її емоційні запити.

Материнська сензитивність характеризується тим, наскільки швидко та адекватно мати реагує на сигнали немовляти. Позитивна установка матері стосовно дитині виявляється у позитивних емоціях, адресованих дитині,

проявах щодо неї любові й ніжності. Синхронність проявляється у структуруючих, рівних взаєминах із дитиною, взаємність відображає акцентування уваги немовляти і матері на одному й тому ході взаємодії. Підтримка матері виявляється у постійній емоційній підтримці дій дитини [3, с. 52].

Важливу роль відіграє також непослідовне або відкидаюче батьківське ставлення, коли реакції дорослого є суперечливими або холодними. За таких умов дитина не здатна сформувати стабільні очікування щодо доступності та надійності іншого. Окрему групу чинників становить травматичний досвід у дитинстві, який може порушувати базове відчуття безпеки та цілісності психіки.

Ключовим механізмом, через який прихильність впливає на подальший розвиток особистості, є формування так званих внутрішніх робочих моделей. Вони являють собою стійкі когнітивно-емоційні уявлення про:

- себе (я гідний любові / я не заслуговую на прийняття);
- інших людей (інший надійний / інший небезпечний або байдужий);
- світ загалом (світ безпечний / світ ворожий і непередбачуваний).

Ці моделі формуються на основі раннього досвіду взаємодії з фігурами прихильності та надалі виконують регулятивну функцію, визначаючи спосіб сприйняття життєвих подій і вибір поведінкових стратегій. У разі порушеної прихильності внутрішні робочі моделі часто мають негативний або суперечливий характер, що зумовлює труднощі в побудові стабільних міжособистісних стосунків і прийнятті життєвих рішень [5].

Логічним продовженням аналізу порушеної дитячої прихильності є розгляд феномену життєвих стратегій, оскільки саме вони виступають формою реалізації внутрішніх психологічних установок особистості у процесі її життєвого вибору. У психологічній науці поняття «життєвої стратегії» використовується для позначення відносно стійкої системи цілей, смислів, рішень і способів поведінки, за допомогою яких людина вибудовує власний життєвий шлях.

Життєві стратегії тісно пов’язані з такими категоріями, як життєвий шлях, життєвий сценарій та життєвий вибір. Життєвий шлях відображає об’єктивну послідовність подій і соціальних ролей, які проходить особистість упродовж життя. Життєвий сценарій, у свою чергу, має більш психологічний характер і включає глибинні установки, очікування та повторювані моделі поведінки, що часто формуються ще в дитинстві. Життєвий вибір виступає конкретним актом реалізації цих сценарних установок у значущих ситуаціях, таких як вибір професії, партнерських стосунків або способу реагування на труднощі [2, с. 29].

У цьому контексті деструктивні життєві стратегії розглядаються як такі способи організації життя, які не сприяють особистісному розвитку, адаптації та психологічному благополуччю. Вони можуть зовні здаватися функціональними або захисними, однак у довгостроковій перспективі

призводять до повторення криз, внутрішнього виснаження та ускладнення соціальної взаємодії. Модель прив'язаності містить стабільні постулати відносно ролі батьків і дитини (тобто обох партнерів) у взаємодії, і в умовах стресу та суперечливої інформації психологічні захисти є провідною стратегією переробки цієї інформації [4, с. 182]. Важливо підкреслити, що деструктивність життєвих стратегій не обов'язково проявляється у різких або соціально неприйнятних формах, часто вона має латентний характер і закріплюється як «звичний» спосіб життя.

У наукових дослідженнях до основних ознак деструктивних життєвих стратегій зараховують такі:

- уникнення відповідальності, яке проявляється у схильності перекладати відповідальність за власні рішення на зовнішні обставини або інших людей. Така стратегія знижує суб'єктивне відчуття контролю над життям і формує позицію пасивного очікування;

- залежні або співзалежні патерни, що характеризуються надмірною орієнтацією на значущого іншого, страхом втрати стосунків і труднощами з автономією. Особистісні потреби при цьому часто ігноруються або знецінюються;

- повторювані кризові сценарії, коли людина знову й знову опиняється в подібних проблемних ситуаціях (конфлікти, втрати, професійна нестабільність), не усвідомлюючи власної ролі у їх відтворенні;

- самосаботаж, який виявляється у неусвідомленому підриві власних досягнень, відмові від перспективних можливостей або зниженні значущості власних успіхів.

Зазначені ознаки не існують ізольовано, а зазвичай утворюють цілісну систему, що підтримує внутрішню психологічну рівновагу ціною обмеження розвитку. Деструктивні життєві стратегії можуть виконувати короткочасну захисну функцію, знижуючи тривогу або напругу, однак водночас закріплюють неадаптивні способи взаємодії зі світом.

Важливим аспектом аналізу життєвих стратегій є їхній зв'язок із самооцінкою особистості. Низька або нестабільна самооцінка часто зумовлює вибір стратегій, спрямованих на уникнення невдачі, а не на досягнення успіху. У таких випадках життєві рішення приймаються не з позиції власних цінностей і потреб, а з метою уникнення внутрішнього дискомфорту або зовнішньої критики [5]. Це обмежує можливості самореалізації та посилює відчуття незадоволеності життям.

Не менш значущим є рівень базової довіри до світу, який визначає сприйняття життєвих подій як безпечних або загрозливих. Низький рівень довіри сприяє формуванню стратегій захисту, контролю або емоційного дистанціювання, що ускладнює побудову стабільних соціальних зв'язків. У такому разі життєва стратегія набуває характеру постійного реагування на уявну небезпеку, а не активного творення власного майбутнього.

Окрему роль у формуванні життєвих стратегій відіграє здатність до емоційної регуляції. Обмежені можливості усвідомлення та опрацювання власних емоцій призводять до імпульсивних або, навпаки, надмірно ригідних рішень. У результаті життєва стратегія втрачає гнучкість і стає малоефективною в умовах змін.

Аналіз теоретичних засад дитячої прихильності та феномену деструктивних життєвих стратегій дозволяє перейти до інтегративного розгляду їхнього взаємозв'язку. Саме ранній досвід емоційної взаємодії з фігурами прихильності створює психологічний фундамент, на якому в подальшому вибудовується система життєвих рішень, способів реагування на труднощі та стратегій організації власного життя. Порушена прихильність не зумовлює деструктивні життєві стратегії безпосередньо, однак формує низку глибинних механізмів, що підвищують імовірність їх виникнення [1, с. 106].

Одним із ключових механізмів впливу порушеної прихильності є дефіцит базової безпеки. У разі нестабільної або емоційно недоступної взаємодії з дорослим у дитини не формується стійке відчуття захищеності та передбачуваності світу. Надалі це проявляється у постійному очікуванні загрози, труднощах із довірою та схильності сприймати життєві події як потенційно небезпечні. За таких умов життєва стратегія часто спрямовується не на розвиток і самореалізацію, а на мінімізацію ризиків і уникнення емоційного дискомфорту, що обмежує особистісне зростання.

Другим важливим механізмом є спотворені уявлення про себе й інших, які формуються на основі внутрішніх робочих моделей. Досвід порушеної прихильності може закріплювати уявлення про власну негідність любові, недостатню цінність або неспроможність впливати на події власного життя. Інші люди при цьому сприймаються як ненадійні, байдужі або непередбачувані [5]. Такі уявлення зумовлюють вибір життєвих стратегій, у яких домінують пасивність, залежність або надмірний контроль, а також знижують готовність до прийняття відповідальності за власний життєвий шлях.

Третім механізмом виступає порушення здатності до близькості, що виявляється у труднощах встановлення та підтримання емоційно значущих стосунків. Обмежений досвід безпечної прихильності призводить до того, що близькість сприймається як загроза втрати автономії або джерело потенційного болю. Унаслідок цього особистість може або надмірно шукати підтвердження значущості з боку інших, або, навпаки, уникати глибоких емоційних зв'язків. Обидві тенденції впливають на формування деструктивних життєвих стратегій, які ускладнюють соціальну адаптацію.

Прояви впливу порушеної прихильності на життєві стратегії значною мірою залежать від її типу. Так, тривожна прихильність пов'язана з формуванням залежних та нестабільних життєвих стратегій. Особи з таким типом прихильності часто орієнтуються на зовнішнє схвалення, мають труднощі з автономією та прийняттям самостійних рішень. Їхній життєвий

шлях може характеризуватися частими змінами цілей, емоційною нестійкістю та схильністю до повторення ситуацій, у яких підтверджується страх втрати значущих стосунків.

Уникальна прихильність, своєю чергою, сприяє формуванню стратегій емоційного дистанціювання та самодостатності, що має захисний характер. Такі особи часто декларують незалежність і орієнтацію на досягнення, проте уникають глибокої залученості у стосунки та можуть ігнорувати власні емоційні потреби. Життєва стратегія в цьому випадку вибудовується навколо контролю, раціональності та мінімізації емоційних ризиків, що у довгостроковій перспективі обмежує можливості для повноцінного особистісного розвитку.

Найбільш виражений деструктивний потенціал має дезорганізована прихильність, яка характеризується відсутністю цілісної стратегії взаємодії зі світом. Особи з таким типом прихильності можуть демонструвати суперечливі та хаотичні життєві стратегії, що змінюються залежно від ситуації. Їхній життєвий шлях часто супроводжується повторенням кризових подій, труднощами з довгостроковим плануванням і нестабільністю [5].

Попри значний вплив дитячого досвіду прихильності, сучасні психологічні дослідження наголошують на можливості корекції деструктивних життєвих стратегій. Одним із ключових напрямів такої корекції є психотерапевтична робота, спрямована на усвідомлення та переосмислення ранніх емоційних переживань. У безпечному терапевтичному просторі особистість отримує досвід стабільної та приймаючої взаємодії.

Важливим чинником змін є також формування безпечних прив’язаностей у дорослому віці, зокрема у близьких стосунках або професійних взаємодіях. Досвід надійної підтримки та емоційної доступності інших людей може поступово знижувати вплив ранніх порушень прихильності. Паралельно відбувається розвиток адаптивних життєвих стратегій, що включає підвищення рівня саморефлексії та відповідальності за власні рішення.

Отже, порушена дитяча прихильність виступає важливим психологічним чинником формування деструктивних життєвих стратегій, опосередковано впливаючи на спосіб сприйняття себе, інших і світу. Розуміння механізмів цього впливу дозволяє не лише поглибити теоретичний аналіз проблеми, а й окреслити перспективи психологічної допомоги, спрямованої на формування більш адаптивного та усвідомленого життєвого функціонування.

Список використаних джерел та літератури:

1. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall, S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2012. 391 p.
2. Bowlby J. Attachment and Loss. London: Hogarth Press and Institute of Psycho-Analysis, 2014. 428 p.

3. Горбурова Л. І., Шевченко В. В. Вплив травми прив'язаності на життєвий шлях дитини. *Вікова та педагогічна психологія.* 2024. №64. С. 49-53.
4. Соколовська Ю. Вплив порушення дитячої прив'язаності на життєвий шлях особистості. Тернопіль: ТНТУ, 2022. С. 180-182.
5. Формування прихильності у дитини. URL: https://club.nutricia.ua/successful-mother/psihologia/formuvanna-prihilnosti-u-ditini (дата звернення 15.12.2025).

Багач Руслан Володимирович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового інституту
«Українська інженерно-педагогічна
академія» Харківського національного
університету ім. Каразіна

Науковий керівник:
Ломакін Геннадій Іванович
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та
інноваційних оздоровчих технологій
Навчально-наукового інституту
«Українська інженерно-педагогічна
академія» Харківського національного
університету ім. Каразіна

ЕЛЕКТРОМОБІЛІ ТА ПСИХОЛОГІЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ

Актуальність теми. Перехід до електротранспорту є однією з ключових тенденцій XXI століття. Глобальні виклики - зміна клімату, забруднення повітря, виснаження природних ресурсів спонукають людство переосмислити своє ставлення до споживання енергії та мобільності [1, с. 215-217] .

Електромобіль став не лише інженерним досягненням, а й психологічним маркером екологічної свідомості. Сьогодні він асоціюється з прогресивним мисленням, турботою про природу, а також з економічною ефективністю [2, с. 26-34].

За даними Міжнародного енергетичного агентства (IEA, 2024), кількість електромобілів у світі перевищила 45 мільйонів. У країнах ЄС їхня частка в нових продажах становить понад 20 %, а в Норвегії - понад 80 % [3, с. 1-51]. В Україні, попри складні умови, ринок електромобілів також стабільно

зростає: за 2025 рік зареєстровано понад 100 тисяч електрокарів, що на 30 % більше, ніж роком раніше. Таке зростання пояснюється не лише економічними чи технологічними чинниками, а й психологічними установками, які змінюють уявлення людей про транспорт і відповідальність перед природою.

Мета дослідження. Дослідити психологічні чинники, що визначають сприйняття електромобіля як символу сучасного мислення, виявити вплив «зарядного стресу» на поведінку водія та окреслити соціально-психологічні бар'єри прийняття нових технологій у сфері електромобільності.

Об'єкт дослідження. Психологічні аспекти взаємодії людини з електромобілем як елементом технологічної та екологічної культури.

Предмет дослідження. Соціально-психологічні фактори, що впливають на екологічну свідомість, самоідентичність, рівень тривожності та довіру до інновацій у контексті використання електромобілів.

1. Електромобіль як елемент соціальної ідентичності. Електромобіль сьогодні - це не просто засіб пересування, а символ приналежності до нового покоління мислення. Для частини водіїв він є продовженням особистісних цінностей - технологічності, інноваційності, екологічної відповідальності.

У соціальній психології це явище можна пояснити через ефект соціального престижу: володіння електромобілем стає способом демонстрації статусу не матеріального, а морального характеру. Як зазначає британський дослідник Девід Хопкінс, для багатьох людей володіння Tesla або Nissan Leaf - це акт "морального самоствердження", коли вибір на користь екологічного транспорту сприймається як етична поведінка, а не лише як економічне рішення [4, с. 1-13].

В Україні аналогічний ефект можна спостерігати серед міського середнього класу, особливо у великих містах - Києві, Харкові, Львові. Власники електромобілів активно діляться своїм досвідом у соцмережах, створюють спільноти («ElectroCars Ukraine», «EcoDrive Club»), тим самим підкріплюючи колективну "зелену" ідентичність.

2. «Зарядний стрес» як новий психологічний феномен. Поряд із позитивним емоційним досвідом, електромобілі формують нові типи стресових станів. Найпоширеніший серед них - range anxiety, тобто страх залишитися без заряду батареї.

Це явище описане у звіті Американської психологічної асоціації (APA, 2022) понад 40 % власників електрокарів під час далеких поїздок відчувають тривогу та невпевненість, навіть за достатнього рівня заряду [5, с. 1–26].

Реальний приклад - водії таксі в Києві, які працюють на електромобілях в IT-компаніях Uklon,Bolt. Вони часто обмежують радіус поїздок, щоб залишатися близько до станцій швидкої зарядки. Деякі навіть повідомляють про "синдром залежності від зарядної карти", коли регулярна перевірка додатків стає нав'язливою звичкою.

Це явище показує потребу психологічної адаптації до нової мобільності. Хоч виробники (Tesla, Hyundai, BYD) впроваджують навігатори з

автоматичним плануванням зарядок, технології не усувають головного бар'єра - відчуття невизначеності та страху втратити контроль.

3. Психологічні бар'єри сприйняття нових технологій. Інновації у сфері електромобільності - автопілот, безпілотні літальні апарати, рекуперація енергії, «розумні» батареї - викликають змішану реакцію. Різноманітні аналізи свідчать, що лише 52 % користувачів готові довірити автопілоту повне керування. Причиною є когнітивний дисонанс між усвідомленням переваг технологій та емоційним страхом втратити контроль над автомобілем [6, с. 638-639].

Також існує бар'єр технічної необізнаності у країнах з низьким рівнем популяризації електротранспорту поширені хибні уявлення про швидку деградацію батареї, тривалу зарядку чи ненадійність електромобіля взимку. Дослідження показують, що ці страхи зменшуються завдяки прямій взаємодії з технологією - тест-драйвам, демонстраціям та обміну досвідом між власниками.

Важливу роль відіграють державні та освітні програми. В Україні, зокрема, ініціативи "GreenWay" та "GO TO-U" популяризують електромобільність через навчальні заходи та відкриту статистику, що підвищує довіру й формує культуру відповідального споживання [7, с. 21–36].

Висновки. Електромобіль став символом екологічного мислення, що поєднує моральну, соціальну та технологічну складову. Його володіння все частіше сприймається як акт громадянської зрілості та особистої відповідальності.

Психологічні феномени, як зарядний стрес, вимагає уваги фахівців з поведінкової психології. Необхідно формувати навички раціонального планування поїздок, щоб мінімізувати тривожність користувачів.

Основними бар'єрами довіри до нових технологій залишаються страх втрати контролю та недостатня проінформованість. Подолання цих бар'єрів можливе завдяки відкритій комунікації виробників, освітнім кампаніям і популяризації досвіду успішних користувачів.

Електромобільність формує екологічну свідомість, змінюючи цінності, поведінку та ідентичність людини, і водночас знижує викиди.

Список використаних джерел та літератури:

1. Hnatova, A., Bagach, R., Sokhin, P. (2021). Economic and environmental impact of electric vehicles. Proceedings of the Fourth International Scientific and Practical Conference " Automotive Transport and Infrastructure" (pp. 215-217). Kyiv.
2. Багач Р. В. (2024). Підвищення ефективності експлуатації автомобільного електротранспорту з використанням зарядних станцій постійного струму (Doctoral dissertation, Харківський національний автомобільно-дорожній університет).

3. Graham, P. (2024). Electric Vehicle Projections 2024: Update to the 2022 Projections Report.
4. Hopkins, E., Potoglou, D., Orford, S., & Cipcigan, L. (2023). Can the equitable roll out of electric vehicle charging infrastructure be achieved?. Renewable and Sustainable Energy Reviews, 182, 113398.
5. Mao, R., Xu, W., Qian, Y., Li, X., Li, Y., Li, G., & Zhang, H. (2025). Understanding the Determinants of Electric Vehicle Range: A Multi-Dimensional Survey. Sustainability, 17(10), 4259.
6. Багач, Р.В., Винниченко , М.І. (2024). Тенденції розвитку безпілотних літальних апаратів в Україні. XX міжнародна наукова конференція Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба “Новітні технології – для захисту повітряного простору”: тези доповідей, 02 – 03 травня 2024 року. – Х.: ХНУПС ім. І. Кожедуба, 2024. – 816 с. – С. 638-639.
7. Бондаренко, Д., Дзюбенко, О. (2025). Оцінка функціональності мобільних додатків для взаємодії з зарядною інфраструктурою електромобілів в Україні. Автомобіль і електроніка. Сучасні технології, (27), 21–36.

Єршова Наталія Миколаївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Приватне акціонерне товариство Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна Академія управління персоналом»

Науковий керівник
Зошій Ірина Василівна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та соціально-гуманітарних наук
Приватне акціонерне товариство
Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна Академія управління персоналом»

ЗНАЧЕННЯ САМООЦІНКИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

В часі трансформації сучасної освітньої системи, зростанні вимог щодо творчого потенціалу особистості, розробки та впровадження нових інформаційних, психолого-педагогічних технологій навчання є однією із найбільш актуальних проблем, так як формування творчих, креативних ресурсних особистостей стає запорукою задоволення й широкого спектру соціальних проблем, так і безпосередньо пов’язуються із актуалізацією суб’єктної активності особистості.

Ключовою складовою навчально-виховного процесу на сьогоднішній день вважають виховання життєвої позиції кожного індивіда, становлення як громадянина країни, як особистості з позитивною життєвою позицією, Я концепцією, самоставленням та самосприйняттям.

Для підлітків характерна зміна норм поведінкових реакцій, тобто, зростає рівень негативізму, впертості, протистояння з батьками, педагогами, взагалі діти в підлітковому віці частіше порушують поведінку, діяльність, в них загострюються агресивні суперечки, відповідно, це зумовлюється етапом дорослішання, зростанням фізичних сил, соціальної активності, але при цьому присутня неврівноваженість, неадекватність, невпевненість.

В підлітковому переважає цікавість до себе, власного життя, особистісних властивостей, потреба в самооцінці, порівняльній характеристики себе з іншими людьми. Направленість підлітків на себе, бачення себе як окремої особистості, яка включена в різні людські стосунки,

заключається насамперед в міжособистісних підлітків з оточуючими з оточуючими людьми, що й вважається для підлітків самооцінкою та стосунками з однолітками [1, с. 38].

Джерело формування самооцінки це особистісні думки щодо себе самих та оцінювання особистості іншими людьми. Виокремлюють загальну самооцінку особистості в цілому та особистісну, тобто, особистостями надається оцінка власної компоненти характеристики самооцінки. Кожна самооцінка містить емоційний та когнітивний компоненти.

Загальна самооцінка за змістом є копією феномену Я концепція в зарубіжній психології, когнітивний компонент загальної самооцінки вважається образом Я, картиною Я, афективний компонент загальної самооцінки розуміється як самосприйняття особистості.

Самооцінка особистості вважається визначенням особистостей про присутність в них певних якостей, властивостей, порівнюючи з зразками, еталонами, взірцями. Самооцінкою сприймається оцінне відношення особистостей до свого Я, результатом інтелектуальних дій, це порівняння, аналіз, синтез.

Аналізуючи самооцінку та рівень її прояву в особистостей, здійснюється акцент на тому чи вона саме, висока чи низька, завищена чи занижена, адекватна чи неадекватна.

Самооцінка вважається утворенням в структурі свідомості особистостей, вона не лише дзеркалить відношення особистостей до самих себе, ще й обумовлює відношення до навколишньої дійсності, особистостей, взаємин з іншими, регулює поведінкову діяльність. Відчуттями, сприйманнями особистості бачать світ, реагують, коментують дії інших у відношенні щодо себе, таким чином формуються взаємини з оточуючим світом [1, с. 175].

При дослідженні самооцінки суттєвим є:

яка головна інформація щодо своїх знань, вмінь, навичок,

- як саме індивіди досягають до певної самооцінки,
- які засоби застосовують,
- на чому акцентують увагу.

Самооцінка формується так:

- особистості задовольняються в основному своїми власними діями, вчинками, бажаннями, прагненнями, інтересами,
- оцінивши себе, особистості використовують внутрішні стани, моральні якості, етичні норми, правила, настанови.

В ході діяльності та міжособистісних відносин відбувається розвиток самооцінки, тобто, в певній мірі соціум має вплив на формування самооцінки особистостей. Від того, як особистість відноситься до себе, є одним із найпізніших утворень щодо взаємин особистості та навколишнього світу, навколишньої дійсності.

Питання самооцінки вважається одним із ключових утворень в структурі свідомості особистості, так як її роль полягає в регулюванні поведінки особистостей, відношенні особистості до навколишнього середовища, інших особистостей, взаємини з ними та навколишнім світом.

Самооцінка може виникати через взаємодію з навколишніми особистостями, найперше, в родині, сім'ї, навчальних закладах, роботі. Вона безпосередньо пов’язана зі сприйняттям, відчуттям себе, що появляються через досягнення в різних життєвих моментах, ситуаціях, почуття відповідальності, адаптаційні аспекти. Формування сексуальної зрілості, обґрунтування соціальних ролей, статусів, когнітивний розвиток вважаються суттєвими факторами щодо становлення й розвитку самооцінки особистостей.

Розвиток самооцінки особистостей проходить через наступні етапи:

- спершу особистості, даючи оцінку собі, задовольняються виключно оцінюванням власних дій, вчинків, навичок, вмінь;

- згодом до самооцінки додають внутрішні стани, моральні якості, правила поведінки особистостей [2, с. 140].

Розвиток вищого рівня самооцінки особистостей бере початок в підлітковому віці, проходить через все життя за допомогою соціального досвіду та розумового розвитку, формуванням свідомості особистостей.

Підлітковий вік характеризується інтенсивним процесом формування самооцінки, швидким розвитком самосвідомості, здатності скеровувати свідомість на внутрішні психічні процеси, беручи до уваги власні почуття та потреби в самопізнанні, самоствердженні, самосприйманні, самовдосконаленні. Перехід від молодшого шкільного віку до підліткового віку відбувається з участю кризи, що визначається різкою зміною самооцінки, підлітків є незадоволеними собою, здатні оцінювати себе не тільки беручи до уваги думки дорослих, але й індивідуальні стандарти, норми, правила [3, с.80].

Необхідно вказати, що для підлітків вагомим є те, що про них думають інші люди, якими вони виглядають для інших та яке індивідуальну уяву вони мають щодо себе самих.

Як відомо, підлітковий вік характеризується кризовим періодом, для нього притаманні психологічні зміни, одна з них це становлення Я концепції як структури особистості. В підлітків зовнішні оцінювання поступово переходять у внутрішні стани, вони, відповідно, впливають на активність, поведінку, діяльність підлітків [4, с. 53].

В підлітків самооцінка розглядається як різноманітна, різнобічна, узагальнена за змістом складова. В даному періоді суттєво збільшується кількість якостей, які підлітки вже усвідомлюють, вона практично вдвічі більша, ніж у дітей молодшого віку. Відповідно, підлітки дають оцінку не тільки окремим рисам характеру, але й собі в загальному, виявляють соціальну зрілість в деякій мірі, усвідомлюють себе як підготовлених до життя зрілих індивідів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Вознюк О. В., Дубасенюк О. А. Цільові орієнтири розвитку особистості у системі освіти: інтегративний підхід: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2009. 684 с.
2. Горлова А. В. Психолого-педагогічне консультування підлітків як засіб формування їх адекватної самооцінки. *Педагогічні науки*. 2009. Вип. 51. С. 137-143.
3. Ролінський В. І. Соціально-педагогічні умови профілактики насильства щодо підлітків : дис. ... канд. пед. наук. К. 2005. 236 с.
4. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав. 2005. 360 с.

Романченко Анастасія Юріївна
здобувачка вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Пріснякова Людмила Макарівна
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Актуальність дослідження зумовлена зростанням ролі емоційної сфери у становленні особистості дитини дошкільного віку та її подальшій соціалізації. Саме в дошкільному періоді формуються базові емоційні механізми, зокрема здатність до розпізнавання й вираження власних почуттів, емоційна стабільність, первинна самооцінка та навички емоційної регуляції. Несформованість або порушення цих компонентів можуть ускладнювати соціальну адаптацію дитини та негативно впливати на її психологічне благополуччя.

Сучасні соціальні умови характеризуються підвищеним рівнем емоційних навантажень, інформаційною перенасиченістю та змінами у сімейних і виховних практиках, що безпосередньо відбивається на емоційному стані дітей. Зростає кількість дошкільників із проявами тривожності, емоційної нестійкості та труднощами у спілкуванні з однолітками і дорослими. За відсутності своєчасної психологічної підтримки такі труднощі

можуть закріплюватися й трансформуватися у стійкі проблеми емоційного розвитку в наступних вікових періодах.

Особливої значущості набуває комплексний аналіз емоційного розвитку дитини з урахуванням впливу ключових соціальних середовищ — суспільства, дошкільного закладу та сім'ї. Саме їхня взаємодія визначає характер емоційних переживань дошкільника, рівень емоційної безпеки, соціальної включеності та формування позитивного образу «Я».

Метою кваліфікаційної роботи є дослідження психологічних особливостей емоційного розвитку дітей дошкільного віку та виявлення чинників, що впливають на формування емоційної сфери у сімейному, освітньому та соціальному середовищі.

Об'єктом дослідження є психологічні проблеми емоційного розвитку дітей дошкільного віку.

Предметом дослідження є особливості прояву емоційної сфери дошкільників.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі завдання: здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми емоційного розвитку дошкільників; розкрити роль суспільства, дошкільного закладу та сім'ї у формуванні емоційної сфери дитини; підібрати та обґрунтувати методи психодіагностичного дослідження; провести емпіричне дослідження; здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів; розробити психологічні рекомендації щодо оптимізації емоційного розвитку дошкільників.

У дослідженні використовувалися теоретичні методи аналізу, синтезу та узагальнення наукових джерел; емпіричні методи (психодіагностичні та проективні методики, спостереження); методи математичної статистики, зокрема кореляційний аналіз і t-критерій Стьюдента.

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що показники тривожності в більшості дітей перебувають у межах вікової норми, однак характеризуються ситуативною нестабільністю. Середній рівень тривожності було виявлено у 45 % дітей, низький — у 34 %, високий — у 21 %. Найбільш вираженими виявилися страхи темряви та реакції на крик дорослого, що може бути пов'язано з емоційною чутливістю та особливостями сімейного спілкування.

Кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущих взаємозв'язків між показниками емоційної стабільності, соціальної активності, самооцінки та тривожності ($p < 0,01$). Діти з позитивною самооцінкою та активною соціальною позицією демонстрували вищий рівень емоційного благополуччя, ніж діти з пасивною поведінкою та підвищеною тривожністю.

Отримані результати підтверджують, що емоційна сфера дошкільника формується як цілісна система, у якій сімейні стосунки, соціальна включеність і образ «Я» виступають ключовими чинниками психологічного розвитку.

Сім'я забезпечує базове почуття емоційної безпеки, тоді як дошкільний заклад розширює можливості соціальної взаємодії та розвитку навичок емоційної регуляції.

Емоційний розвиток дитини дошкільного віку є фундаментальною складовою її особистісного становлення. Реалізація системного підходу до підтримки емоційного розвитку сприяє формуванню емоційної стабільності, впевненості у собі, емпатії та здатності до конструктивної соціальної взаємодії. Результати дослідження можуть бути використані в практичній діяльності психологів, педагогів і батьків з метою підтримки емоційного благополуччя дошкільників.

У результаті проведеного дослідження було встановлено, що емоційний розвиток дитини дошкільного віку є складним, багаторівневим процесом, який формується під впливом біологічних, психологічних та соціальних чинників. Дошкільний вік виступає сенситивним періодом для становлення емоційної сфери, оскільки саме на цьому етапі закладаються основи емоційної стабільності, здатності до емоційної саморегуляції, розвитку емпатії та формування первинного образу «Я».

Теоретичний аналіз наукових джерел дозволив визначити провідну роль сім'ї та соціального оточення у формуванні емоційної сфери дошкільника. Емоційний клімат у родині, стиль батьківського виховання та характер взаємодії з дорослими безпосередньо впливають на рівень тривожності, самооцінки та емоційної впевненості дитини. Дошкільний заклад, у свою чергу, створює умови для розширення емоційного досвіду дитини, розвитку навичок міжособистісного спілкування та емоційного самовираження.

Результати емпіричного дослідження підтвердили, що більшість дітей мають середній рівень емоційного розвитку, однак у значної частини дошкільників виявлено підвищену емоційну чутливість і ситуативну тривожність. Встановлено наявність статистично значущих взаємозв'язків між рівнем тривожності, самооцінкою та соціальною активністю дітей. Дошкільники з позитивною самооцінкою та активною соціальною позицією демонструють вищий рівень емоційної стабільності й адаптованості до соціального середовища.

Отримані результати засвідчують необхідність цілеспрямованої психологічної підтримки емоційного розвитку дітей дошкільного віку, зокрема через оптимізацію сімейного виховання, підвищення психологічної культури батьків і впровадження розвивальних програм у закладах дошкільної освіти. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих висновків у роботі практичних психологів і педагогів з метою профілактики емоційних порушень та створення сприятливих умов для гармонійного розвитку дошкільників.

Федоренко Юлія Андріївна
Підполковник,
слухачка кафедри військової психології
Національного університету оборони України

Науковий керівник:
Стасюк Василь Васильович
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри військової психології
Національного університету оборони України

СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ “СИНДРОМ ПРОВИНИ ВЦІЛІЛОГО” В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Сутність поняття “синдром провини вцілілого” в контексті психологічного відновлення військовослужбовців учасників бойових дій вимагає глибокого розуміння як клінічних симптомів, так і екзистенційних вимірів людського буття, що зазнає деформації під впливом екстремальних умов війни. Цей феномен є ключовим елементом моральної травми (moral injury), яка є серйозною психологічною проблемою, що часто виникає у ветеранів після участі в бойових діях і відрізняється від посттравматичного стресового розладу (ПТСР), оскільки пов’язана не стільки з страхом за власне життя, скільки з глибоким конфліктом моральних цінностей, почуттям провини, сорому та зради.

Моральна травма визначається як психологічне, соціальне та духовне пошкодження, що виникає внаслідок подій або дій, які людина виконує, стає свідком або не може запобігти, і в сучасному контексті бойової психічної травми синдром провини вцілілого більше не розглядається лише як побічний симптом ПТСР, а як самостійний, критично важливий елемент моральної травми, що вражає ціннісно-смислову сферу особистості та створює значні перешкоди для успішної ресоціалізації та психологічного відновлення ветерана [1].

Поняття “синдром провини вцілілого” (survivor's guilt) описується у працях психологів у контексті вивчення психологічної травми, і його витоки можна відстежити від перших психологічних трактатів про істерію у жінок як споконвічний психологічний розлад (Франція, кінець XIX століття), до контузії або неврозу воєнного часу (Англія і США, період після Першої світової війни і до війни у В’єтнамі), а також до травми внаслідок сексуального насильства та насильства у сім’ї (Західна Європа та Північна Америка у період активізації феміністського руху, 1975–2012 роки), хоча в контексті військових дій концепцію ввів у науковий обіг на початку 1990-х Джонатан Шей,

працюючи з ветеранами В'єтнамської війни, які страждали від хронічного ПТСР.

Синдром провини вцілілого є складним психоемоційним станом, який виникає в осіб, що пройшли через ситуації, де їхнє життя було під загрозою, а інші особи, які перебували в аналогічних обставинах, загинули або зазнали тяжких ушкоджень, і центральною характеристикою цього синдрому є ірраціональне переконання військовослужбовця у тому, що сам факт його виживання є морально неправильним або що воно було куплене ціною життя побратимів [2].

Це почуття базується на механізмі емпатичного зв'язку, який у бойових умовах досягає свого апогею: підрозділ стає єдиним організмом, де кордони між "Я" та "Ми" розмиваються, а психологічна природа провини часто виявляється у формі нав'язливих думок типу "чому не я?" або "я міг зробити більше", що призводить до глибокої депресії, апатії, схильності до самопокарання та неможливості відчувати задоволення від життя [2].

Військовослужбовці учасники бойових дій часто зіштовхуються з почуттям провини після смерті товаришів у бою, тяжких поранень побратимів, спостереження за постраждалими серед цивільного населення, участі в морально складних завданнях або повернення додому, коли інші цього не зробили, і це посилюється в рамках моральної травми, коли ветерани стикаються з ситуаціями, де вони змушені порушувати свої моральні переконання, наприклад, через участь у діях, що призводять до загибелі чи страждань невинних, зраду з боку влади або командування, свідчення жорстокості чи несправедливості, яку неможливо зупинити, особливо в умовах тривалої війни, як в Україні, де це посилюється екстремальним стресом, травматичним досвідом та постійним "боєм або втечею" [1]. Люди з цим синдромом знецінюють власний негативний досвід, зазнають труднощів із самоідентифікацією і ставлять собі питання, чому вони отримали другий шанс, а інші ні, а почуття провини має соціально-психологічну природу, пов'язану з соціальним становленням людини, етнокультурними та історичними аспектами, а також детерміноване вихованням у різних соціальних мікрогрупах [3].

О. Царькова, опираючись на дослідження Д. Ангера, розглядає провину як двокомпонентну емоцію: перший компонент – вербально-оцінююча реакція ("Я не повинен був робити цього!"), пов'язана з самозвинуваченням; другий – вегетативно-вісцеральна реакція з болісними переживаннями, такими як докори сумління, жаль, сором, страх і печаль, і таким чином синдром може бути не лише істинним переживанням, а й маніпулятивним інструментом виправдання своєї поведінки [4].

Симптоми провини вцілілого, крім безпідставного каяття за «привілей» продовжувати жити, включають нав'язливі думки – повторювані образи або прагнення, які спричиняють дискомфорт, тривогу і страх;

злість і дратівливість – стан збудженості з спалахами гніву та нездатністю стримувати емоції;

почуття безпорадності – відчуття відсутності контролю над ситуацією та життям;

проблеми зі сном – труднощі із засинанням, кошмари або часті пробудження;

головні болі – частіше тупі, ниючі мігрені в ділянці чола чи скронь;

нудота, біль у животі – фізичні прояви, що вказують на загострення розладу;

соціальну ізоляцію – обмеження контактів, що погіршує психічне здоров'я, і ці симптоми перетинаються з проявами моральної травми, такими як глибокі негативні емоції (вина, сором, гнів, презирство та самозвинувачення), соціальна ізоляція, втрата довіри до людей, духовна криза (сумніви в справедливості світу чи релігійних переконаннях), хронічний стрес, депресія, тривога, залежності та суїцидальні думки, де відмінність від ПТСР полягає в тому, що якщо ПТСР базується на страху, то моральна травма – на жалю та етичному конфлікті, що призводить до ізоляції та труднощів з реінтеграцією в суспільство [5].

Найнебезпечніше, коли у людей із медично підтвердженим розладом починають відвідувати суїцидальні думки, і на жаль, близькі часто недооцінюють серйозність ситуації, особливо в українському контексті, де поширеність моральної травми серед ветеранів коливається від 10% до 30%, залежно від типу служби, і симптоми проявляються через порушення моральних норм у конфлікті [6].

У більшості випадків симптоми запускаються внутрішніми і зовнішніми факторами, які називаються тригерами – пусковими механізмами, що повертають людину назад до пережитих подій і викликають страх, паніку чи апатію, де все, що нагадує про травматичну подію (звуки, запахи, дотики), може стати тригером, а внутрішні тригери охоплюють думки, емоції та тілесні відчуття (наприклад, сильне серцебиття), тоді як зовнішні – ситуації, люди або місця, що нагадують про травму [7].

У процесі психологічного відновлення провина вцілілого діє як деструктивна сила, що блокує механізми адаптації, змушуючи людину дистанціюватися від близьких, оскільки будь-який прояв любові чи радості в тилу сприймається як зрада пам'яті полеглих, і сучасні дослідження вказують на те, що моральна травма, ядром якої є провина вцілілого, має відмінні нейробіологічні кореляти від класичного ПТСР, зокрема специфічну активність у ділянках префронтальної кори та мозочка, відповідальних за соціальне пізнання та моральне оцінювання, а затяжна провина корелює з вищим рівнем суїцидального ризику порівняно з іншими формами бойового стресу, що вимагає специфічних протоколів втручання, орієнтованих на відновлення моральної цілісності. Важливим аспектом є подолання "упередження ретроспективного погляду", коли військовослужбовець оцінює

свої минулі рішення через призму знання фінального результату, що є когнітивною пасткою, яка підживлює самобичування, і процес відновлення повинен включати трансформацію ірраціональної провини у конструктивну відповідальність, де виживання стає ресурсом для допомоги іншим, що відповідає концепції посттравматичного зростання.

Ефективність терапевтичного впливу значно підвищується при використанні технік когнітивного реструктурування, спрямованих на роботу з почуттям сорому та провини, що підтверджується досвідом роботи з ветеранами в Україні, а подолання моральної травми вимагає комплексного підходу, включаючи когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), терапію прийняття та відповідальності (ACT) та групову підтримку для переосмислення досвіду, соціальну підтримку через програми для ветеранів, фокус на менторстві та розповідях, роботу з капеланами для відновлення сенсу життя, а в Україні державні програми, як ті, що розробляє Міністерство у справах ветеранів, включають психоедукацію та рекомендації для сімей [8].

Роль соціальної підтримки та ветеранських спільнот є ключовою, оскільки формат “рівний-рівному” дозволяє нормалізувати переживання та зняти тягар унікальності власного “злочину виживання”, а також важливо інтегрувати духовні аспекти відновлення, оскільки провина вцілілого часто є викликом базовим релігійним або філософським переконанням людини про справедливість світу. Державні програми відновлення мають відходити від суто медичної моделі, впроваджуючи цілісні біопсихосоціальні підходи, що забезпечують тривалий супровід військового на шляху до смислової реінтеграції, і специфіка роботи з цією категорією осіб полягає у визнанні того, що провина є не лише патологією, а й свідченням збереження людяності та глибоких зв'язків з іншими людьми, що може стати фундаментом для зцілення, перетворюючи травму на силу для особистого розвитку [9].

Використання новітніх методів, таких як терапія прийняття та відповідальності (ACT), демонструє позитивні результати у зниженні інтенсивності провини через розвиток психологічної гнучкості та фокусування на цінностях, а сучасна наука підкреслює, що подолання синдрому провини вцілілого є необхідною умовою для запобігання хронізації психічних розладів та успішного повернення захисника до повноцінного функціонування в соціумі [10]. Сучасні дослідження підкреслюють роль цифрових інструментів у подоланні синдрому, таких як мобільні додатки для моніторингу тригерів та онлайн-групи підтримки, наприклад, VA Mobile apps, включаючи PTSD Coach для управління симптомами травми та Mood Coach для моніторингу настрою та поведінкової активації, які допомагають ветеранам відстежувати тригери, настрій, сон та інші фактори, що впливають на психічне здоров’я. В Україні програми інтегрують VR-терапію для симуляції безпечного переживання травм, що допомагає зменшити інтенсивність провини та симптомів ПТСР, покращуючи емоційну регуляцію та психоемоційне благополуччя, як показано в проектах для реабілітації

поранених ветеранів. Рекомендую ветеранам звертатися до фахівців на ранніх етапах, аби перетворити виживання на силу для особистого зростання. Потрібно усвідомити і прийняти, що війна і все, що з нею пов'язано, – це не ваша провина, ви зробили все, що могли зробити у тій чи іншій ситуації, ваші проблеми важливі та потребують уваги, а ваш головний пріоритет – піклування про себе та близьких, і важливо не ігнорувати симптоми: раннє втручання знижує ризик депресії, залежностей та суїцидів [11].

Таким чином, синдром провини вцілілого, як ключовий компонент моральної травми, значно ускладнює психологічне відновлення військовослужбовців учасників бойових дій, призводячи до ізоляції, суїцидальних ризиків та нейробіологічних змін, разом з тим слід зазначити, що комплексні підходи, включаючи когнітивну терапію, соціальну підтримку, духовне відновлення та новітні технології на кшталт VR-терапії, дозволяють трансформувати цю провину в конструктивну відповідальність, сприяючи посттравматичному зростанню та успішній реінтеграції в суспільство, з акцентом на раннє втручання для запобігання хронізації розладів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Williamson V., Murphy D., Stevelink S. A. M., et al. The impact of moral injury: a multidisciplinary review. *The British Journal of Psychiatry.* 2020. Vol. 217, No. 6. P. 669–671. DOI:https://doi.org/10.1192/bjp.2020.103
2. Осадько О. Ю. Психологія травми: робота з військовослужбовцями та їхніми родинами. Полтава: ACMI, 2023. 180 с.
3. Бойко-Бузиль, Ю. Ю. (2022). Синдром провини вцілілого як соціально-психологічний феномен війни. *Особистість, суспільство, війна* (с. 25–28). *Харківський національний університет внутрішніх справ.*
4. Царькова О. В. Феномен почуття провини у зарубіжній та вітчизняний психології. *Гуманітарний вісник ДВНЗ "Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди".* Дод. 2 до Вип. 35, Том I (13): Київ: Гнозис, 2015. С. 387–395.
5. Синдром провини вцілілого: симптоми та поради психологів. 2023. https://biloruska.foundation/ua/syndrom-provyny-vtsililoho-symptomy-ta-porady-psykholohiv/
6. Кришталь А. О., Амурова Я. В., Федоренко Я.А., Вороновська Л.Г. Організація психологічної корекції синдрому провини вцілілого в умовах воєнного стану: *навчальний посібник.* Черкаси: ЧІПБ, 2024. 178 с.
7. Bryan C. J., Bryan A. O., Roberge E., et al. Moral injury, posttraumatic stress disorder, and suicidal behavior among National Guard personnel. Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2021. Vol. 10, No. 1. P. 36–45. DOI:https://doi.org/10.1037/tra0000290
8. Veterans' Trauma-Related Guilt and Self-Stigma Affect Treatment. https://journal-veterans-studies.org/articles/10.21061/jvs.v11i2.728 (2025)

9. Posttraumatic survivor guilt is associated with white matter. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032724009789 (2024)
10. Spirituality Guilt - PTSD: National Center for PTSD. https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/care/toolkits/clergy/spiritualityGuilt.asp
11. Impact and Risk of Moral Injury Among Deployed Veterans – Frontiers. https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2022.899084/full

Хлібородова Кристина Валентинівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Салюк Марина Анатоліївна
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З РАС, ЗАТРИМКОЮ МОВЛЕННЯ ТА ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Зростання кількості дітей з розладами аутистичного спектру (РАС), затримкою мовлення та психічного розвитку терміново вимагає аналізу факторів, які можуть позитивно вплинути на їхній розвиток, та пошуку методів підтримки. Хоча методи реабілітації, що розробляються та використовуються для дітей з РАС, є важливими, сім'я залишається найважливішим фактором та ресурсом для їхнього розвитку. Тому аналіз сімейної системи є важливим при вивченні факторів розвитку та організації підтримки дитини з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку. Розвиток та зростання дитини, включаючи дітей з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку, невіддільні від сімейного контексту, який являє собою фундаментальну соціальну ситуацію розвитку. Сім'я та батьки є основним ресурсом для розвитку дитини з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку [1].

Батьки повинні розуміти свою дитину та вміти взаємодіяти з нею, що вимагає чуйності, проникливості та чуйності, а також певних поведінкових навичок, набутих завдяки спеціальній освіті.

Сімейні ресурси, як найважливіше джерело розвитку дитини з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку, часто використовуються недостатньо або не повністю визнаються через труднощі, з якими стикаються батьки дитини з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку, та негативний емоційний досвід та непродуктивні поведінкові стратегії, які вони використовують у відповідь на ці труднощі. Невизначеність щодо динаміки розвитку дитини та перспектив провокує батьківську тривожність, яка є однією з основних характеристик сімей, які виховують дітей з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку [4, с.190].

Батьки таких дітей часто повідомляють про низьку самоефективність як батьків та брак впевненості у своїй здатності ефективно виховувати свою дитину. Ці прояви супроводжуються емоційним стресом, включаючи почуття провини, депресивні симптоми та відчуття безпорадності. У такій ситуації особливо важливі сімейні стосунки, правильний розподіл сімейних та батьківських ролей, ефективна взаємодія між подружжям та стосунки між батьками та дитиною.

Деструктивний сценарій розвитку сім'ї у разі народження дитини з особливими потребами характеризується підвищеною напруженістю у стосунках, зростаючим невдоволенням, відчуженням батьків один від одного та від дитини, відмовою від відповідальності за дитину та схильністю до ізоляції. Стигматизація сімей, посилюючи хронічний стрес від виховання «найособливіших з усіх» дітей, зрештою деструктуризує сімейне життя, призводячи до втрати або спотворення цінностей та сенсу життя [3, с.1].

Виявлені відмінності в рівнях емоційного вигорання між батьками та матерями свідчать про те, що вони по-різному переживають поточну ситуацію. Мати несе основний тягар турботи про дитину. Вона проводить з дитиною більше часу і часто не має можливості займатися іншими видами діяльності.

У цій ситуації особливо важливо стабілізувати емоційний стан матері, щоб час, присвячений дитині, був часом, проведеним з дитиною, а не часом, принесеним у жертву заради дитини. Деякі дослідники вважають матір, яка виховує дитину з РАС, затримкою мовлення та психічного розвитку, найвразливішою людиною в сім'ї та вважають, що у неї часто розвивається хронічний стрес і депресія.

Батьки таких дітей часто відчувають почуття сорому, провини перед своїм соціальним оточенням, невдоволення сімейним життям, фруструючі стани нервової та психічної напруги та тривоги – все це сприяє нестабільності структури та стосунків у таких сім'ях. Це може супроводжуватися емоційним відторгненням дитини з особливими потребами, дистанціюванням, загостренням конфліктів як у сім'ї, так і із соціальним оточенням, а також прагненням до ізоляції [2].

І лише згуртованість, відкрите спілкування всередині сім'ї, мобілізація всіх членів сім'ї, хороший контакт і взаємодія із соціальним середовищем допомагають сім'ї підтримувати психологічне благополуччя.

Таким чином, підтримка гармонійних подружніх стосунків сприяє задоволенню потреб подружжя в самореалізації та розвитку, та служить надійною опорою для побудови партнерства у виконанні батьківських обов'язків.

Сім'я може бути основним ресурсом для розвитку дитини, але для цього батьки повинні мати силу, бажання та можливість брати участь у функціонуванні та розвитку сімейної системи та своєї дитини. Члени сім'ї можуть надавати один одному силу та енергію; створюючи єдину спільноту, вони здатні забезпечити її успішне функціонування та розвиток, тим самим закладаючи необхідну основу для розвитку своєї дитини.

Список використаних джерел та літератури:

1. Андрейко Б.В. Психологічна допомога батькам дітей з порушенням розвитку. Психологія і особистість. 2016. № 2 (10). С. 58-64.
2. Гончар Ю.О. Особливості емоційного реагування матерів, що мають дітей з психофізичними порушеннями. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія. 2016. Т. 21. № 1 (39). С. 54-64.
3. Прохоренко Л.І. Психологічний супровід дітей з особливими потребами та їхніх родин в умовах кризових викликів: Наукова доповідь на методологічному семінарі НАПН України «Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів» 8 квітня 2021 р. Вісник Національної академії педагогічних наук України. 2021. № 3(1). С.1-6.
4. Шевчук В.В. Наукові засади дослідження емоційного вигорання батьків із комплексними порушеннями розвитку. Проблеми сучасної психології. 2020. № 1 (17). С. 190-197.

Цехович Анастасія Миколаївна
здобувач вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Агапова Ірина Миколаївна
старший викладач кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДОМУ ВІЦІ

У сучасному соціокультурному контексті розлади харчової поведінки (РХП) дедалі частіше розглядаються як комплексна психологічна проблема,

що формується на перетині індивідуальних переживань і зовнішнього соціального тиску. Молодий вік (18-25 років) є особливо вразливим періодом щодо становлення ставлення до їжі, образу власного тіла та способів емоційної саморегуляції. Саме в цей час відбувається інтенсивний розвиток ідентичності, автономії та самоприйняття, що робить психіку більш чутливою до оцінок, порівнянь і внутрішніх конфліктів [1].

У молодому віці зростає значущість соціальної оцінки та розширюється поле порівняння себе з іншими, зокрема через активне використання соціальних мереж. Освітні виклики, перші професійні спроби, побудова близьких стосунків і необхідність приймати самостійні рішення нерідко супроводжуються підвищеним рівнем тривоги та стресу [2]. За таких умов харчова поведінка може починати виконувати додаткові психологічні функції - слугувати способом контролю, компенсації внутрішньої напруги або досягнення суб'єктивного відчуття стабільності.

У цьому віковому періоді їжа все частіше перестає бути лише засобом задоволення фізіологічних потреб і набуває символічного та регуляторного значення. Вона може використовуватися як інструмент самоствердження, контролю або емоційного «заспокоєння», що створює передумови для формування неадаптивних харчових патернів [3]. У фаховій літературі найбільш поширеними формами РХП вважаються нервова анорексія, нервова булімія, компульсивне переїдання, а також різні варіанти обмежувальної або уникальної поведінки щодо їжі, які не завжди досягають клінічного рівня, проте суттєво впливають на психологічне самопочуття та соціальне функціонування [4].

Сучасні дослідження підкреслюють багатофакторний характер РХП, у межах якого взаємодіють біологічні, психологічні та соціокультурні детермінанти. Водночас провідну роль у виникненні та підтримці розладів харчової поведінки відводять саме психологічним чинникам. До них належать підвищена тривожність, занижена самооцінка, перфекціонізм, емоційна нестабільність, відчуття самотності, а також труднощі з усвідомленням і регуляцією емоцій [5]. Емпіричні дані свідчать, що РХП часто виконують функцію короткочасного зменшення психологічного дискомфорту: відчуття контролю, «полегшення» або емоційної притупленості тимчасово знижує напругу, але водночас закріплює патологічні поведінкові стратегії через механізми підкріплення.

У психодинамічних і психоаналітичних підходах РХП розглядаються як символічне відображення глибинних внутрішніх конфліктів, пов'язаних із раннім досвідом стосунків, почуттям безпеки та формуванням самооцінки. У цьому контексті їжа може набувати значення об'єкта турботи, близькості або контролю, а порушення об'єктних відносин - сприяти використанню харчової поведінки як засобу регуляції афекту [6]. Надмірний контроль над їжею інтерпретується як спроба впоратися з внутрішньою хаотичністю переживань,

тоді як переїдання - як спосіб тимчасового уникання або зниження інтенсивності болючих емоційних станів.

З позицій біхевіористського підходу РХП розглядаються як результат навчання та закріплення неадаптивних поведінкових стратегій. Обмеження їжі, епізоди переїдання або компенсаторні дії (очищення, надмірні фізичні навантаження) можуть призводити до короткочасного зниження тривоги, що підсилює їх повторюваність [7]. У результаті формується замкнуте коло: суворі обмеження - зростання напруги й фізіологічного голоду - зрив або переїдання - почуття провини й сорому - ще жорсткіші обмеження. Така циклічність сприяє хронізації розладу та ускладнює процес одужання.

У межах когнітивно-поведінкового підходу ключовим механізмом підтримки РХП вважається спотворене уявлення про себе, за якого самооцінка людини значною мірою залежить від ваги, форми тіла та здатності контролювати харчування [8]. Жорсткі дієтичні правила формують дихотомічне мислення та підвищують чутливість до будь-яких відхилень від «норми». Порушення таких правил переживається як особиста поразка, що провокує або реактивне переїдання, або посилення компенсаторної поведінки, тим самим стабілізуючи патологічний цикл [8].

Вагомим чинником ризику в молодому віці є вплив соціального середовища та медіа. Соціальні мережі транслюють ідеалізовані образи зовнішності, що підсилює порівняння себе з нереалістичними стандартами та сприяє формуванню негативного образу тіла [1]. Для осіб із перфекціоністськими рисами або високою потребою у схваленні медіа-тиск може підсилювати переконання про прямий зв’язок між зовнішністю та соціальною цінністю. Українські дослідження вказують на поширеність субклінічних форм РХП серед молоді: страх набору ваги, ритуалізація прийомів їжі, емоційно зумовлене переїдання, надмірний контроль калорій [1; 5]. Хоча ці прояви не завжди відповідають повним діагностичним критеріям, вони суттєво знижують якість життя та підвищують ризик переходу до клінічних форм.

Емоційна нестабільність і підвищена тривожність відіграють ключову роль у підтримці РХП. Молоді люди з високими показниками нейротизму частіше використовують їжу як засіб регуляції емоційних станів, тоді як стресові події - конфлікти, соціальні невдачі, невизначеність - стають тригерами неадаптивної харчової поведінки [9]. Тимчасове зниження напруги після їжі або обмежень швидко змінюється почуттям провини та самозвинувачення, що лише посилює емоційний дистрес.

Окремої уваги заслуговує роль самотності та дефіциту соціальної підтримки. В умовах соціальної нестабільності та воєнних викликів молоді люди можуть втрачати звичні соціальні зв’язки, що підсилює відчуття ізоляції та небезпеки. За таких обставин харчова поведінка може виконувати компенсаторну функцію с як доступний спосіб короткочасного «самозаспокоєння» [3; 5]. Водночас ця стратегія не усуває джерело стресу й

може сприяти розвитку депресивних і тривожних симптомів у структурі коморбідності [2].

Узагальнюючи результати теоретичного аналізу, можна зазначити, що РХП у молодому віці часто мають прихований характер і маскуються під соціально схвалювані практики «здорового способу життя», фітнес-дисципліни або «правильного харчування». На психологічному рівні ці форми поведінки нерідко відображають порушення самоприйняття, труднощі регуляції афекту та залежність самооцінки від зовнішніх стандартів [8]. У зв'язку з цим пріоритетним напрямом психологічної профілактики є раннє виявлення ризикових патернів, а також розвиток навичок емоційної регуляції, самоемпатії та критичного ставлення до медіа-контенту [7; 8]. Перспективним залишається інтегративний підхід, що поєднує когнітивно-поведінкові інтервенції, психоосвітні програми та стратегії посилення соціальної підтримки молоді [2; 5].

Отже, розлади харчової поведінки в молодому віці є наслідком складної взаємодії особистісних і соціокультурних чинників. Їх аналіз дозволяє обґрунтувати необхідність комплексних профілактичних і психокорекційних програм, спрямованих на підвищення самооцінки, розвиток емоційної регуляції та формування адекватного образу тіла, що є особливо актуальним для студентського середовища.

Список використаних джерел та літератури:

1. Асєєва Ю. О. Фактори розладів харчової поведінки в осіб молодого віку. *Психологічний журнал*. 2024. № 1. С. 16-20.
2. Galmiche M., Déchelotte P., Lambert G., Tavolacci M.-P. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: a systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2019. Vol. 109, No. 5. P. 1402-1413.
3. Шебанова В. І. *Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма - патологія» : монографія*. Херсон : Видавництво ХДУ, 2016. 352 с.
4. Bruch H. *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Person Within*. New York : Basic Books, 1973. 400 p.
5. Ковальчук З. Я. Психологічні аспекти порушення харчової поведінки у жінок. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. № 2. С. 91-99.
6. Winnicott D. W. *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*. London : Karnac Books, 2000. 416 p.
7. Капталан О. О. Психологічні чинники порушень харчової поведінки у дівчат підліткового віку : дис. … канд. психол. наук. Київ, 2021. 218 с.
8. Fairburn C. G., Cooper Z., Shafran R. Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A transdiagnostic theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*. 2003. Vol. 41. P. 509-528.
9. Абсалямова Л. М. Психологічний аналіз причин виникнення порушень харчової поведінки. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2019. 112 с.

Ханіна Євгенія Олександрівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

САМООЦІНКА ТА САМОСТАВЛЕННЯ У СТРУКТУРІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

У сучасній психології проблема психічного здоров'я особистості дедалі більше розглядається в контексті внутрішніх психологічних ресурсів, що забезпечують емоційну стабільність, здатність до саморегуляції та адаптації в умовах соціальної нестабільності й зростаючої невизначеності. Відхід від суто медичної або дефіцитарної моделі психічного здоров'я зумовив посилення інтересу до особистісних чинників, які визначають якість психологічного функціонування людини та її суб'єктивне благополуччя.

Одним із таких чинників є самооцінка як узагальнена система уявлень і переживань особистості щодо власної цінності, значущості та компетентності. У психологічних дослідженнях самооцінка розглядається не лише як характеристика самосвідомості, а як важливий регулятор емоційних станів, поведінки та міжособистісної взаємодії. Нестабільна або занижена самооцінка асоціюється з підвищеною тривожністю, внутрішньою напруженістю та зниженням психологічної стійкості, тоді як адекватна й позитивна самооцінка виступає ресурсом адаптації та психічного благополуччя.

Разом із тим сучасні теоретичні підходи наголошують, що для розуміння ролі самооцінки у структурі психічного здоров'я недостатньо обмежуватися її глобальним рівнем. Все більшої уваги набуває поняття самоставлення як емоційно-ціннісного ставлення особистості до власного «Я», яке охоплює прийняття себе, самоповагу, внутрішню узгодженість і характер внутрішнього діалогу. Самоставлення відображає не стільки оцінку окремих якостей, скільки глибинне переживання себе як суб'єкта життя, що має безпосередній вплив на емоційну регуляцію та психічну рівновагу.

У межах сучасних концепцій психічного та психологічного здоров'я самоставлення розглядається як внутрішній механізм, що опосередковує взаємозв'язок між життєвими подіями, емоційними переживаннями та суб'єктивною оцінкою якості життя. Позитивне, реалістичне самоставлення сприяє підтриманню внутрішньої цілісності особистості, тоді як внутрішня

конфліктність, самозвинувачення та негативна аутокомунікація можуть виступати чинниками психологічної вразливості й зниження психічного здоров'я.

Актуальність дослідження самооцінки та самоставлення у структурі психічного здоров'я зумовлена також необхідністю теоретичного узагальнення цих феноменів у межах ресурсного підходу. Усвідомлення того, що психічне здоров'я визначається не лише зовнішніми умовами, а й характером ставлення людини до себе, відкриває нові можливості для психологічної профілактики, психоосвітньої та консультативної роботи. У цьому контексті теоретичний аналіз самооцінки та самоставлення як внутрішніх регуляторів психічного здоров'я є важливим кроком до поглиблення сучасних уявлень про психологічні механізми збереження особистісної стійкості.

Теоретичні підходи до розуміння самооцінки та самоставлення. У психологічній науці проблема самооцінки традиційно розглядається в межах досліджень самосвідомості та Я-концепції особистості. Самооцінка трактується як узагальнена оцінка особистістю власних якостей, можливостей і значущості, що формується у процесі соціальної взаємодії та інтеріоризації зовнішніх оцінок. Як зазначає С. Д. Максименко, самооцінка виконує регуляторну функцію, визначаючи рівень домагань, характер поведінкових реакцій і спосіб переживання успіхів та невдач [2].

У класичних підходах самооцінка розглядається переважно як когнітивний компонент самосвідомості, пов'язаний із процесами порівняння, узагальнення та соціального відображення. Водночас у сучасних дослідженнях наголошується, що глобальний рівень самооцінки не завжди дозволяє адекватно пояснити особливості психічного здоров'я та емоційної стабільності особистості. Зокрема, Т. М. Титаренко підкреслює, що позитивна самооцінка може поєднуватися з внутрішньою напруженістю та психологічною вразливістю, якщо вона не супроводжується прийняттям власного досвіду й емоцій [1].

У зв'язку з цим у сучасній психології все більшої теоретичної ваги набуває поняття самоставлення, яке відображає емоційно-ціннісний вимір ставлення особистості до власного «Я». Самоставлення охоплює не лише оцінку себе, а й характер внутрішнього діалогу, рівень самоприйняття, самоповаги та внутрішньої узгодженості. За визначенням З. Г. Кісарчук, самоставлення є інтегративним утворенням, що відображає суб'єктивне переживання себе як цінної або нецінної особистості та безпосередньо впливає на емоційну регуляцію і психологічну стійкість [4].

Важливою методологічною відмінністю самоставлення від самооцінки є його глибинний емоційний характер. Якщо самооцінка відповідає на питання «який я?», то самоставлення — «як я до себе ставлюся». Саме цей вимір, на думку багатьох дослідників, має вирішальне значення для психічного здоров'я, оскільки визначає рівень внутрішньої підтримки або, навпаки,

самокритики та самознецінення. Л. М. Карамушка зазначає, що негативне самоставлення виступає психологічним чинником дезадаптації в умовах соціальної нестабільності, навіть за відносно збережених зовнішніх ресурсів [3].

У межах ресурсного підходу до психічного здоров'я самоставлення розглядається як внутрішній механізм підтримки особистісної цілісності. Позитивне, реалістичне ставлення до себе сприяє збереженню емоційної рівноваги, підвищує толерантність до фрустрації та знижує ризик розвитку деструктивних емоційних станів. Натомість внутрішня конфліктність, самозвинувачення та хронічна незадоволеність собою розглядаються як психологічні маркери зниженого психічного здоров'я [1; 4].

Зарубіжні концепції психологічного благополуччя також підкреслюють значущість самоприйняття як базового компонента позитивного функціонування особистості. У моделі К. Ріфф самоприйняття визначається як здатність приймати різні аспекти власного «Я», включно з обмеженнями й недоліками, та розглядається як фундамент психологічної рівноваги й внутрішньої гармонії [6]. Подібну позицію висловлює й Е. Дінер, наголошуючи, що суб'єктивне благополуччя значною мірою залежить від узгодженості самооцінки, самоставлення та життєвих очікувань [7].

Таким чином, у сучасній психологічній теорії самооцінка та самоставлення розглядаються як взаємопов'язані, але не тотожні феномени, що по-різному впливають на психічне здоров'я особистості. Якщо самооцінка відображає узагальнений рівень оцінювання себе, то самоставлення виступає глибинним емоційно-ціннісним регулятором, який визначає характер внутрішньої психологічної підтримки або напруження. Саме тому аналіз самоставлення як внутрішнього ресурсу психічного здоров'я є методологічно виправданим і теоретично перспективним.

У сучасних теоретичних моделях психічного здоров'я особистості дедалі частіше підкреслюється роль внутрішніх регуляторних механізмів, що забезпечують емоційну стабільність, адаптивність і суб'єктивне відчуття благополуччя. Самооцінка та самоставлення в цьому контексті розглядаються не лише як складові самосвідомості, а як психологічні механізми, через які особистість інтерпретує власний досвід, реагує на життєві труднощі та підтримує внутрішню рівновагу.

Самооцінка виконує функцію узагальненого орієнтира у саморегуляції поведінки та емоційних станів. За С. Д. Максименком, рівень і стійкість самооцінки визначають характер цілепокладання, рівень домагань і здатність особистості зберігати відчуття компетентності у складних ситуаціях [2]. У цьому сенсі адекватна самооцінка може розглядатися як психологічний ресурс, що знижує ризик емоційної дезорганізації та сприяє підтриманню психічної рівноваги. Водночас нестійка або занижена самооцінка підвищує чутливість до зовнішніх оцінок і сприяє накопиченню емоційної напруги.

Разом із тим теоретичні дослідження свідчать, що самооцінка не вичерпує всього спектра внутрішніх механізмів, пов'язаних із психічним здоров'ям. Важливішим у цьому аспекті є самоставлення, яке визначає емоційно-ціннісне тло взаємодії особистості із собою. Як зазначає Т. М. Титаренко, саме характер ставлення людини до власного досвіду, помилок і внутрішніх суперечностей визначає, чи стають складні життєві події джерелом розвитку або чинником психологічного виснаження [1].

Самоставлення як внутрішній регулятор психічного здоров'я проявляється насамперед через здатність до самоприйняття. Прийняття себе не означає ігнорування власних обмежень, а передбачає реалістичне усвідомлення сильних і слабких сторін без домінування самозвинувачення та деструктивної самокритики. З. Г. Кісарчук підкреслює, що позитивне самоставлення виконує функцію внутрішньої психологічної підтримки, знижуючи інтенсивність негативних емоційних переживань і сприяючи стабільності Я-концепції [4].

У межах концепції психологічного благополуччя самоприйняття розглядається як базовий компонент позитивного функціонування особистості. К. Ріфф наголошує, що здатність приймати себе з усією складністю власного життєвого досвіду є фундаментом внутрішньої гармонії та психологічної цілісності [6]. Відсутність такого прийняття, навпаки, пов'язується з хронічною внутрішньою напругою, незадоволеністю собою та зниженням загального рівня психічного здоров'я.

У контексті соціальної нестабільності та підвищених вимог до особистісної адаптації значущість самоставлення як регулятора психічного здоров'я зростає. Л. М. Карамушка зазначає, що за умов обмеженості зовнішніх ресурсів саме внутрішні психологічні механізми — зокрема ставлення до себе — визначають здатність особистості зберігати емоційну рівновагу та продуктивність діяльності [3]. Таким чином, самоставлення виступає своєрідним «буфером» між зовнішніми стресорами та внутрішнім психологічним станом.

Зарубіжні дослідження суб'єктивного благополуччя також підтверджують, що узгодженість між самооцінкою, самоставленням і життєвими очікуваннями є важливою умовою позитивного психологічного функціонування. Е. Дінер підкреслює, що відчуття задоволеності життям значною мірою залежить не від об'єктивних обставин, а від того, як особистість оцінює себе та власне життя у цілому [7]. У цьому сенсі самоставлення виступає ключовим чинником інтерпретації життєвого досвіду.

Отже, у теоретичному вимірі самооцінка та самоставлення можуть бути розглянуті як взаємодоповнювальні внутрішні регулятори психічного здоров'я. Самооцінка забезпечує когнітивну оцінку власних можливостей, тоді як самоставлення формує емоційно-ціннісне підґрунтя внутрішньої стабільності. Їх узгоджене функціонування створює психологічні умови для підтримання психічної рівноваги, адаптивності та суб'єктивного благополуччя особистості.

Висновки. Теоретичний аналіз проблеми дозволяє стверджувати, що психічне здоров'я особистості доцільно розглядати як багатовимірне утворення, яке визначається не лише зовнішніми умовами життєдіяльності, а насамперед внутрішніми психологічними регуляторами. У цьому контексті самооцінка та самоставлення постають ключовими компонентами системи саморегуляції, що забезпечує емоційну стабільність, психологічну стійкість і суб'єктивне благополуччя.

Самооцінка виконує важливу орієнтаційну функцію, пов'язану з оцінюванням власних можливостей, рівнем домагань і впевненістю у собі. Водночас її регуляторний потенціал значною мірою залежить від глибинного емоційно-ціннісного ставлення особистості до власного «Я». Самоставлення, яке охоплює самоприйняття, самоповагу та характер внутрішнього діалогу, визначає якість переживання життєвого досвіду та здатність особистості підтримувати внутрішню рівновагу в умовах психологічного навантаження.

Аналіз сучасних теоретичних підходів свідчить, що позитивне, реалістичне самоставлення виступає внутрішнім ресурсом психічного здоров'я, знижуючи ризик емоційної дезадаптації та сприяючи збереженню психологічної цілісності. Натомість внутрішня конфліктність, самозвинувачення та негативна аутокомунікація можуть розглядатися як чинники психологічної вразливості, що підривають емоційну стабільність і знижують рівень суб'єктивного благополуччя.

Таким чином, у межах ресурсного підходу самооцінка та самоставлення доцільно розглядати як взаємопов'язані, але не тотожні феномени, які спільно формують внутрішні психологічні умови збереження психічного здоров'я особистості. Теоретичне осмислення цих феноменів створює підґрунтя для подальших досліджень і практичних розробок у сфері психопрофілактики та психологічної підтримки особистості в умовах сучасних соціальних викликів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засади розуміння та шляхи підтримки : монографія. Київ : Академвидав, 2018. 304 с.
2. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 296 с.
3. Карамушка Л. М. Психологічне здоров'я особистості в умовах соціальної нестабільності // Психологія і суспільство. 2017. № 2. С. 24–35.
4. Кісарчук З. Г. Самоставлення як компонент Я-концепції особистості // Проблеми сучасної психології. 2016. Вип. 34. С. 215–226.
5. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia // Journal of Personality and Social Psychology. 2014. Vol. 108, No. 6. P. 803–821.
6. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. The Satisfaction With Life Scale // Journal of Personality Assessment. 1985. Vol. 49, No. 1. P. 71–75.

7. Зарицька В. В. Емоційний інтелект як чинник професійного та особистісного розвитку : навчально-методичний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2014. 120 с.

Літошко Влада Володимирівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Актуальність проблеми. У сучасних умовах соціальних трансформацій, підвищеної невизначеності та зростаючого психологічного навантаження проблема психічного благополуччя особистості набуває особливої наукової й практичної значущості. Зміщення фокусу психологічних досліджень від патоцентричних моделей до ресурсного та гуманістичного підходів зумовлює необхідність глибшого аналізу внутрішніх чинників, які забезпечують збереження психологічної рівноваги, емоційної стабільності та суб'єктивного відчуття повноцінності життя.

Психічне благополуччя в сучасній психології розглядається як інтегративне утворення, що поєднує емоційні, когнітивні та смислові компоненти функціонування особистості. Воно не зводиться лише до відсутності психічних порушень, а передбачає здатність людини ефективно взаємодіяти з навколишнім середовищем, реалізовувати власний потенціал, підтримувати позитивне ставлення до себе та свого життя. У цьому контексті особливої уваги потребує вивчення психологічних чинників, які визначають рівень психічного благополуччя та виступають його внутрішніми регуляторами.

Серед таких чинників провідне місце посідають особистісні характеристики, пов'язані з самосвідомістю, емоційною регуляцією, ціннісно-смисловою сферою та здатністю до внутрішньої адаптації. Саме вони визначають, яким чином особистість інтерпретує життєві події, долає труднощі та підтримує суб'єктивне відчуття благополуччя навіть за умов зовнішньої нестабільності. Недостатня сформованість цих внутрішніх

ресурсів може зумовлювати зниження рівня психічного благополуччя, підвищення емоційної напруги та зростання психологічної вразливості.

Актуальність теоретичного аналізу психологічних чинників формування психічного благополуччя зумовлена також потребою узагальнення сучасних наукових підходів до розуміння цього феномену в межах вітчизняної та зарубіжної психології. Таке узагальнення є необхідним підґрунтям для подальшого розвитку прикладних програм психопрофілактики, психологічного консультування та підтримки особистості в умовах сучасних соціальних викликів.

У сучасній психологічній науці психічне благополуччя розглядається як складне інтегративне утворення, що відображає якість психологічного функціонування особистості та її суб'єктивне ставлення до власного життя. Відхід від редукціоністських моделей, у межах яких психічне здоров'я ототожнювалося з відсутністю психопатології, зумовив формування підходів, орієнтованих на аналіз позитивних аспектів психічного розвитку та внутрішніх ресурсів особистості.

Однією з найбільш впливових у цьому контексті є концепція психологічного благополуччя К. Ріфф, у межах якої благополуччя трактується як багатовимірна система, що включає самоприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономію, управління середовищем, наявність життєвих цілей та особистісне зростання. Авторка підкреслює, що психічне благополуччя ґрунтується на здатності особистості приймати себе та власний життєвий досвід, підтримувати внутрішню цілісність і реалізовувати особистісний потенціал [5].

Поряд із цим у зарубіжній психології широко представлений підхід, у межах якого психічне благополуччя аналізується через призму суб'єктивної оцінки життя. Е. Дінер визначає благополуччя як поєднання когнітивного компонента — задоволеності життям — та емоційного балансу між позитивними і негативними переживаннями [6]. У такому розумінні ключову роль відіграють індивідуальні способи інтерпретації життєвих подій і внутрішні критерії оцінки власного життєвого шляху.

У вітчизняній психології психічне благополуччя розглядається у тісному зв'язку з проблематикою психічного здоров'я та особистісної стійкості. Т. М. Титаренко наголошує, що психічне благополуччя не є статичним станом, а виступає динамічним процесом підтримки внутрішньої рівноваги в умовах життєвих змін і криз. Особливе значення в цьому процесі мають здатність до смислової інтерпретації досвіду та позитивне ставлення до себе [1].

Ресурсний підхід до аналізу психічного благополуччя акцентує увагу на внутрішніх психологічних чинниках, які забезпечують адаптивне функціонування особистості. За С. Д. Максименком, такими чинниками виступають особистісні утворення, що регулюють поведінку, емоційні реакції та самосвідомість, зокрема самооцінка, рівень саморегуляції та ціннісно-

смислова сфера [2]. У цьому контексті психічне благополуччя постає як результат узгодженої роботи внутрішніх регуляторних механізмів.

Умови соціальної нестабільності посилюють значущість психологічних чинників благополуччя, оскільки зовнішні ресурси не завжди є доступними або стабільними. Л. М. Карамушка підкреслює, що в таких умовах саме внутрішні особистісні ресурси — здатність до самопідтримки, емоційної регуляції та конструктивного ставлення до труднощів — відіграють провідну роль у збереженні психічного благополуччя [3]. Відповідно, дослідження психологічних чинників благополуччя набуває не лише теоретичного, а й виразного прикладного значення.

Таким чином, сучасні теоретичні підходи дозволяють розглядати психічне благополуччя як результат взаємодії когнітивних, емоційних і смислових компонентів особистості. Центральне місце в цій системі посідають психологічні чинники, що визначають ставлення людини до себе, до власного життя та до життєвих викликів, забезпечуючи внутрішню рівновагу й суб'єктивне відчуття психологічної повноцінності.

У сучасних психологічних дослідженнях психічне благополуччя особистості розглядається як результат дії системи внутрішніх психологічних чинників, що забезпечують емоційну стабільність, суб'єктивне відчуття задоволеності життям і здатність до конструктивного подолання труднощів. На відміну від зовнішніх соціальних умов, психологічні чинники мають відносно стійкий характер і визначають індивідуальний спосіб переживання життєвих подій.

Одним із базових чинників психічного благополуччя виступає ставлення особистості до себе, зокрема рівень самооцінки та характер самоставлення. У працях Р. Бернса самооцінка розглядається як центральний компонент Я-концепції, що визначає впевненість у власних можливостях, емоційне самопочуття та поведінкову активність. Позитивна, адекватна самооцінка сприяє внутрішній стабільності та формуванню відчуття контролю над життям, тоді як занижена або суперечлива — підвищує ризик емоційної дезадаптації [4].

Важливим психологічним чинником психічного благополуччя є самоприйняття як здатність особистості визнавати власні сильні й слабкі сторони без надмірної самокритики. За К. Ріфф, саме самоприйняття є ключовою умовою позитивного психологічного функціонування, оскільки воно знижує внутрішню напруженість і забезпечує цілісність образу «Я» [5]. Особи з високим рівнем самоприйняття характеризуються більшою емоційною стійкістю та вищим рівнем суб'єктивного благополуччя.

Не менш значущим чинником є емоційна саморегуляція, яка забезпечує здатність усвідомлювати власні емоційні стани, контролювати інтенсивність емоційних реакцій та адекватно реагувати на стресові ситуації. У цьому контексті особливу роль відіграє емоційний інтелект як інтегративна характеристика, що поєднує емоційну обізнаність, емпатію та навички

управління емоціями. Дослідження свідчать, що високий рівень емоційного інтелекту пов'язаний з вищими показниками психологічного благополуччя, зниженням тривожності та кращою адаптацією до міжособистісних взаємодій [7].

Психічне благополуччя також тісно пов'язане з особливостями емоційно-ціннісної сфери особистості, зокрема з наявністю життєвих цілей і відчуттям смислової наповненості життя. За Т. М. Титаренко, здатність особистості надавати смисл власному досвіду виступає важливим ресурсом психологічної стійкості та підтримки внутрішньої рівноваги, особливо в умовах невизначеності та соціальних змін [1].

Окрему групу психологічних чинників становлять регулятивні характеристики поведінки, зокрема рівень внутрішньої конфліктності та схильність до деструктивних форм реагування. Підвищена внутрішня суперечливість, самозвинувачення й агресивні реакції можуть виступати індикаторами порушення психічного благополуччя, оскільки відображають труднощі інтеграції емоційного досвіду та зниження ефективності саморегуляції. Водночас здатність до стриманості та конструктивного вирішення конфліктів розглядається як поведінковий ресурс психічного здоров'я.

Таким чином, психічне благополуччя особистості формується під впливом взаємопов'язаних психологічних чинників, серед яких провідну роль відіграють самооцінка, самоприйняття, емоційна регуляція, смислова спрямованість та регуляція поведінкових реакцій. Їх узгоджене функціонування створює основу для підтримки внутрішньої рівноваги, позитивного ставлення до життя та суб'єктивного відчуття психологічної повноцінності.

Висновки. Узагальнення теоретичних підходів до проблеми психічного благополуччя дає підстави розглядати його як інтегративну характеристику психологічного функціонування особистості, що поєднує емоційний, когнітивний і смисловий компоненти. Психічне благополуччя не обмежується відсутністю дезадаптаційних проявів, а відображає суб'єктивне переживання життєвої задоволеності, внутрішньої рівноваги, здатності до саморегуляції та підтримання конструктивної взаємодії з соціальним середовищем.

Теоретичний аналіз свідчить, що визначальне значення у формуванні психічного благополуччя мають внутрішні психологічні чинники, насамперед пов'язані зі сферою самосвідомості та емоційної регуляції. До базових чинників належать особливості самооцінки й самоставлення (самоприйняття, внутрішня підтримка, ставлення до власних обмежень і помилок), які задають стійке емоційно-ціннісне тло переживання життєвого досвіду. Важливим ресурсом також виступає емоційна компетентність, зокрема здатність до усвідомлення емоційних станів та їх регуляції; у цьому контексті емоційний інтелект розглядається як чинник, що підтримує психологічну стабільність і підвищує якість міжособистісної взаємодії.

Окремо слід підкреслити значущість смислового та цільового виміру: наявність життєвих орієнтирів і здатність інтегрувати власний досвід у цілісну систему смислів сприяють збереженню внутрішньої рівноваги, тоді як внутрішня конфліктність, самозвинувачення та хронічна емоційна напруга можуть виступати чинниками ризику зниження психічного благополуччя. Таким чином, психічне благополуччя доцільно розглядати як результат взаємодії системи чинників, у межах якої провідну роль відіграють самосвідомість, емоційна саморегуляція та смислова організація життєвого досвіду.

Перспективи подальшого дослідження проблеми пов'язані з необхідністю емпіричної перевірки теоретичних положень і уточнення структури чинників психічного благополуччя в конкретних вибірках. У подальшому планується проведення емпіричного дослідження з використанням стандартизованого психодіагностичного інструментарію для встановлення статистично значущих зв'язків між психологічними чинниками та показниками психічного благополуччя. На основі отриманих результатів передбачається розробка та апробація програми психологічної підтримки (психопрофілактичної/психокорекційної), спрямованої на розвиток самоприйняття, емоційної регуляції та ресурсів психологічної стійкості особистості.

Список використаних джерел та літератури:

1. Титаренко Т. М. Психологія життєвого шляху особистості : монографія. Київ : Либідь, 2003. 304 с.
2. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : Кондор, 2008. 296 с.
3. Кириленко Т. С. Психологія самосвідомості особистості : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2011. 224 с.
4. Burns R. Self-concept: theory, measurement, development and behaviour. London : Longman, 1979. 424 p.
5. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 57, no. 6. P. 1069–1081.
6. Diener E., Oishi S., Lucas R. E. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In: Handbook of Positive Psychology. Oxford : Oxford University Press, 2002. P. 63–73.
7. Goleman D. Emotional intelligence: why it can matter more than IQ. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.

Чайковська Ляля В`ячеславівна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровський гуманітарний університет

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна,
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровський гуманітарний університет

СІМЕЙНА ВЗАЄМОДІЯ ЯК РЕСУРС СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ: РОЛЬ СТИЛЮ БАТЬКІВСЬКОЇ ПОВЕДІНКИ

Проблема стресостійкості підлітків сьогодні виходить за межі «просто вікових труднощів» і перетворюється на питання психологічної безпеки розвитку. Підлітковий вік є періодом інтенсивної перебудови саморегуляції, підвищеної реактивності до соціальних оцінок і конфліктів, а також чутливості до хронічних стресорів (навчальне навантаження, невизначеність майбутнього, соціальні потрясіння). У межах транзакційної моделі стресу ключовими стають когнітивна оцінка події та доступні ресурси подолання: стрес виникає не «сам по собі», а як результат взаємодії вимог середовища з можливостями особистості їх опанувати [Lazarus, Folkman, 1984]. Саме тому вивчення ресурсів, які системно «підживлюють» здатність підлітка адаптуватися до стресу, має прикладне значення для профілактики емоційної дезадаптації та розладів тривожного спектра.

Одним із найбільш потужних і водночас недооцінених ресурсів є сімейна взаємодія. Дослідження резилієнтності переконливо показують: «стійкість» формується переважно завдяки звичайним (не героїчним) процесам розвитку, серед яких якість батьківства та підтримувальні стосунки посідають центральне місце [Masten, 2001]. Емпіричні дані також демонструють, що щоденна батьківська підтримка може зменшувати негативний афект і посилювати позитивний, а також «буферувати» вплив стресу на психологічне самопочуття підлітків [Wang et al., 2021]. Отже, вивчення сімейної взаємодії як ресурсу стресостійкості є не декларацією, а логічним продовженням сучасних доказових підходів.

У сучасній психології стресостійкість трактують як інтегральну характеристику, що забезпечує збереження ефективності діяльності та емоційної рівноваги в умовах стресових вимог. На концептуальному рівні вона пов’язана з регуляцією емоцій, гнучкістю копінг-стратегій і стабільністю самооцінювання. Транзакційний підхід підкреслює, що психоемоційна напруга залежить від того, як підліток інтерпретує ситуацію та які способи

подолання вважає доступними [Lazarus, Folkman, 1984]. У підлітків саме ці механізми ще «дозрівають», тому якість соціального оточення набуває системоутворювального значення.

Копінг у дитинстві та підлітковому віці розглядається як багатовимірна система відповідей на стрес, яка включає активні, когнітивні й емоційні стратегії; при цьому ефективність копінгу значною мірою визначається контекстом — насамперед наявністю підтримки, моделей реагування дорослих та можливістю отримати допомогу [Compas et al., 2001]. Батьківська підтримка виступає не лише емоційним «погладжуванням», а й реальним предиктором щоденного психологічного благополуччя: у мікролонгітюдному дослідженні показано, що вищий рівень підтримки з боку батьків пов'язаний зі зниженням негативного афекту та зростанням позитивного, а також модерує зв'язок між стресом і самопочуттям [Wang et al., 2021]. Це дозволяє обґрунтовано говорити про сім'ю як про ресурс, який «працює» саме в моменти стресу.

Класичні емпіричні дослідження Д. Баумрінд окреслили типологію стилів батьківства (авторитетний/демократичний, авторитарний, потуральний) і показали, що вони пов'язані з відмінностями в поведінці та розвитку дитини [Baumrind, 1966]. Подальші роботи в межах двовимірної моделі (вимогливість/контроль × чуйність/підтримка) уточнили, що найкращі адаптаційні результати зазвичай пов'язані з поєднанням чітких меж і емоційної підтримки, тоді як дефіцит чуйності або хаотичність/непослідовність підсилюють ризики проблем саморегуляції [Maccoby, Martin, 1983]. У термінах прив'язаності надійні стосунки з батьками формують відчуття «безпечної бази», що підтримує автономію та здатність опановувати стресові ситуації без надмірної тривоги [Bowlby, 1988].

Сучасні емпіричні дані узгоджуються з цією логікою: сприймані стилі батьківства пов'язані з проявами тривожності в підлітків [Haghshenas et al., 2024], а також із показниками депресії/тривоги/стресу та самооцінки [Khadka et al., 2025]. В українському науковому полі стресостійкість аналізують як ресурсну характеристику, що пов'язана з адаптаційними можливостями та психологічними ресурсами особистості [Шпак, 2022], а також підкреслюють роль психологічних передумов стресових реакцій і значення профілактичної роботи з ресурсами подолання [Пов'якель, Зайчикова, 2012]. Таким чином, стиль батьківської поведінки можна розглядати як психологічний механізм, який через емоційну підтримку, послідовність вимог і якість комунікації впливає на розвиток копінгу та стресостійкості підлітка.

Мета дослідження — теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні механізми впливу стилю батьківської поведінки на формування стресостійкості підлітків.

Завдання: (1) узагальнити теоретичні підходи до проблеми стресостійкості підлітків і стилів батьківської поведінки; (2) емпірично оцінити показники стресостійкості та сприйняття підлітками стилю

батьківської поведінки; (3) встановити взаємозв'язки між цими показниками та конкретизувати провідні механізми впливу.

Методи і методики: психодіагностичний комплекс включав PSM-25 (психоемоційна напруга), STAI (реактивна/особистісна тривожність), шкалу Дембо–Рубінштейн (самооцінка і рівень домагань), методику Е. Хайма (копінг-стратегії), ADOR/ППБ (сприйняття стилю батьківської поведінки), опитувальник Варги–Століна (батьківське ставлення), а також методику оцінки суб'єктивного батьківського контролю (М. Снайдер).

Емпіричне дослідження (n = 100) показало, що для більшості підлітків характерний середній рівень психічної напруги за PSM-25 (52%), тоді як високий рівень зафіксовано у 14% респондентів. Виразною є вікова динаміка: пік психоемоційного напруження припадає на 14–15 років (частка високого ППН = 22,2%), що узгоджується з підвищенням реактивності та зростанням навантажень у середині підліткового віку.

За STAI домінує помірна реактивна тривожність (53%), однак кожен четвертий підліток має високу СТ (25%). Водночас особистісна тривожність у 38% перебуває на високому рівні, що вказує на наявність у значної частини вибірки стійкого тривожного фону. Найуразливішим знову виявився вік 14–15 років: висока СТ у дівчат — 48,1%, у хлопців — 27,8%, а висока ОТ — 51,9% і 44,4% відповідно. Кореляційний аналіз підтвердив, що психічна напруга найтісніше пов'язана із ситуативним компонентом тривоги (ППН–СТ: r_s = 0,68; $p < 0,001$), а також із диспозиційною тривожністю (ППН–ОТ: $r_s = 0,54$; $p < 0,001$).

У структурі особистісних регуляторів виявлено, що інтегральна самооцінка має стійкі зворотні зв'язки з показниками емоційного неблагополуччя (ППН: $r_s = −0,46$; СТ: $r_s = −0,49$; ОТ: $r_s = −0,52$; $p < 0,001$), тоді як рівень домагань демонструє слабкі прямі кореляції зі стресом і тривожністю (r_s = 0,18–0,26). Найсильнішим предиктором напруження виявилась розбіжність між домаганнями і самооцінкою (ППН: $r_s = 0,58$; СТ: $r_s = 0,61$; ОТ: $r_s = 0,55$; $p < 0,001$), що фіксує внутрішній конфлікт «хочу/треба — не можу/не дотягую».

Аналіз копінг-механізмів підлітків (Е. Хайм) засвідчив, що загалом переважають адаптивні (39%) та відносно адаптивні (38%) стратегії, однак 23% демонструють домінування неадаптивних. Найменша частка адаптивного копінгу знову припадає на 14–15 років (у дівчат адаптивні 29,6% при неадаптивних 29,7%). На рівні когнітивних стратегій адаптивні форми (проблемний аналіз, установка власної цінності, самовладання) пов'язані зі зниженням стресу і тривожності (наприклад, проблемний аналіз: r_s = −0,38…−0,44; $p < 0,001$), тоді як розгубленість, ігнорування та смирення — з їх підвищенням (розгубленість: $r_s = 0,46…0,52$; $p < 0,001$).

Ключовий для теми результат: параметри сімейної взаємодії за ADOR мають системні зв'язки з емоційним станом підлітків. Позитивний інтерес матері й батька корелює зі зниженням стресу та тривожності (r_s =

−0,34…−0,45; $p < 0,001$), натомість директивність, ворожість і непослідовність — зі зростанням усіх емоційних показників (переважно $r_s \approx 0,43–0,55$; $p < 0,001$). «Автономність» (як дистанція/відсторонення) виявляє слабкі, але значущі прямі кореляції зі стресом і тривожністю (до $r_s = 0,35$; $p < 0,001$), що дозволяє трактувати її як ризиковий, а не ресурсний параметр.

Результати опитувальника батьківського ставлення (Варга–Столін) підтвердили ресурсну роль прийняття та кооперації: вони пов'язані зі зниженням стресу й тривожності (наприклад, стрес–прийняття: $r_s = −0,47$; $p < 0,001$). Натомість авторитарна гіперсоціалізація і установка «маленький невдаха» мають стійкі прямі зв'язки зі стресом і тривожністю ($r_s = 0,37…0,48$; $p < 0,001$). Додатково зафіксовано, що вищий суб'єктивний контроль батьків пов'язаний із вищим стресом підлітків ($r_s = 0,41$; $p < 0,001$) і одночасно зі зниженням прийняття та кооперації ($r_s = −0,31…−0,38$).

Нарешті, показано, що конструктивний копінг батьків асоційований із нижчою імовірністю високого стресу в підлітків (φ Фішера: когнітивний копінг $\varphi = 2,78$; $p < 0,01$; поведінковий $\varphi = 2,41$; $p < 0,01$; емоційний $\varphi = 1,96$; $p < 0,05$). Це підтримує висновок, що сімейна взаємодія працює як ресурс стресостійкості не лише через «ставлення», а й через моделювання способів подолання труднощів.

Отримані результати підтвердили, що стресостійкість підлітків має багатокомпонентну структуру та визначається взаємодією емоційних (психічна напруга, реактивна й особистісна тривожність), особистісно-регуляторних (самооцінка, розбіжність між домаганнями і самооцінкою) та поведінкових (копінг-стратегії) чинників. Найбільш уразливим періодом виявився середній підлітковий вік (14–15 років), для якого характерні пікові значення психоемоційної напруги й тривожності, вищий ризик внутрішнього конфлікту «домагання–самооцінка» та зростання частки неадаптивних копінг-стратегій.

Сімейна взаємодія виступає ключовим ресурсом або фактором ризику стресостійкості: позитивний інтерес, прийняття й кооперація пов'язані зі зниженням стресу та тривожності, тоді як директивність, ворожість, непослідовність і надмірний суб'єктивний контроль — із їх підвищенням. Важливо, що конструктивні копінг-стратегії батьків асоціюються з нижчою ймовірністю високого рівня стресу в підлітків, що підкреслює роль «сімейного моделювання» способів подолання труднощів як механізму формування стресостійкості.

Перспективним напрямом подальшої роботи є розроблення, апробація та оцінка ефективності тренінгової програми підвищення стресостійкості підлітків, орієнтованої на: зниження психічної напруги й тривожності через формування навичок емоційної саморегуляції; корекцію внутрішнього дисбалансу «домагання–самооцінка» шляхом розвитку реалістичної самооцінки та самопідтримки; тренування адаптивних копінг-стратегій (проблемний аналіз, самовладання, пошук підтримки) і зменшення

неадаптивних патернів (розгубленість, ігнорування, смирення); залучення сімейного компоненту (психоосвіта для батьків), спрямованого на зниження директивності та непослідовності, підвищення прийняття, кооперації й емоційної залученості як базових ресурсів підлітка.

Список використаних джерел та літератури:

1. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company, 1984.
2. Compas B. E., Connor-Smith J. K., Saltzman H., Thomsen A. H., Wadsworth M. E. Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. Psychological Bulletin. 2001. Vol. 127(1). P. 87–127. DOI: 10.1037/0033-2909.127.1.87.
3. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist. 2001. Vol. 56(3). P. 227–238.
4. Baumrind D. Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. Child Development. 1966. Vol. 37(4). P. 887–907.
5. Maccoby E. E., Martin J. A. Socialization in the Context of the Family: Parent-Child Interaction. In: Hetherington E. M. (Ed.). Handbook of Child Psychology. Vol. 4: Socialization, Personality, and Social Development. New York : Wiley, 1983. P. 1–101.
6. Bowlby J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. New York : Basic Books, 1988.
7. Wang M.-T., et al. The roles of stress, coping, and parental support in adolescent psychological well-being in the context of COVID-19: A daily-diary study. Journal of Affective Disorders. 2021. (PMCID: PMC8433600).
8. Haghshenas R., Fereidooni-Moghadam M., Ghazavi Z. The relationship between perceived parenting styles and anxiety in adolescents. Scientific Reports. 2024. Vol. 14. Article 25623. DOI: 10.1038/s41598-024-77268-y.
9. Khadka R., et al. Relationship of parenting styles on depression, anxiety, stress and self-esteem of adolescents. PLOS ONE. 2025. Vol. 20(12). e0332854. DOI: 10.1371/journal.pone.0332854.
10. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. Габітус. 2022. Вип. 39. С. 199–203. DOI: 10.32843/2663-5208.2022.39.36.
11. Пов’якель Н. І., Зайчикова Т. В. Психологічні передумови виникнення стресових реакцій особистості. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова (серія психологічна). 2012.

Покуса Лілія Юріївна
здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Спіріна Ірина Дмитрівна,
доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

СОЦІАЛЬНА ДОВІРА Й ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ПРЕДИКТОРИ ВІДНОВЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

В умовах повномасштабної війни в Україні проблема внутрішнього переміщення набула системного характеру й супроводжується глибокими соціально-психологічними наслідками для особистості. Внутрішньо переміщені особи (ВПО) опиняються в ситуації радикальної зміни соціального середовища, що порушує усталені форми міжособистісної взаємодії, соціальні ролі та мережі підтримки. Розрив звичних соціальних зв'язків, зниження рівня соціальної довіри та зростання емоційної напруженості ускладнюють процес соціального включення ВПО та їх інтеграцію в нові спільноти [1; 2].

У сучасній психологічній науці соціальна взаємодія розглядається як один із ключових чинників психологічної адаптації та соціальної інтеграції особистості. У працях Т. М. Титаренко соціальна взаємодія та підтримувальні соціальні зв'язки аналізуються як важливі ресурси подолання кризових життєвих подій і відновлення суб'єктної активності особистості [1]. М. С. Дворник наголошує, що в умовах тривалої соціальної невизначеності саме якість соціальної взаємодії визначає рівень психологічної стійкості та здатність особистості до адаптації [2].

Важливе місце у структурі соціальної взаємодії посідає соціальна довіра, яка розглядається як базова психологічна передумова відкритості до міжособистісних контактів і готовності до соціального включення. У межах соціально-психологічного підходу соціальна довіра трактується як очікування передбачуваності й доброзичливості соціального середовища, що знижує суб'єктивне сприйняття соціальних ситуацій як загрозливих [3]. Зниження рівня довіри, характерне для ситуацій соціальної нестабільності та вимушеного переміщення, формує соціальну настороженість і може обмежувати відновлення соціальних зв'язків.

Водночас дослідження свідчать, що вимушене переміщення супроводжується підвищенням рівня тривожності, зокрема соціальної, яка

ускладнює встановлення нових контактів і сприяє уникненню міжособистісної взаємодії. У концепції Ч. Д. Спілбергера тривожність розглядається як стан і як відносно стійка особистісна характеристика, що впливає на оцінку соціальних ситуацій та поведінку у взаємодії [4]. Поєднання підвищеної тривожності та зниженої соціальної довіри формує психологічні бар'єри соціальної взаємодії, особливо в умовах соціальної невизначеності.

Аналіз наукових джерел показує, що більшість досліджень, присвячених внутрішньо переміщеним особам, зосереджені переважно на проблемах стресу, психологічного благополуччя та соціальної підтримки. Водночас психологічні предиктори відновлення соціальної взаємодії, зокрема взаємозв'язки між соціальною довірою та тривожністю, залишаються недостатньо систематизованими й потребують подальшого емпіричного вивчення [1; 2; 5]. Це зумовлює актуальність дослідження соціальної довіри та тривожності як ключових психологічних чинників відновлення соціальної взаємодії внутрішньо переміщених осіб.

Метою дослідження є теоретично обґрунтувати та емпірично проаналізувати роль соціальної довіри й тривожності як психологічних предикторів відновлення соціальної взаємодії внутрішньо переміщених осіб в умовах соціальної невизначеності.

Емпіричне дослідження показало, що рівень сприйманої соціальної підтримки у внутрішньо переміщених осіб загалом перебуває у межах середніх значень (M = 3,89; SD = 0,40). Найвищі показники зафіксовано за шкалою підтримки з боку значущих інших (M = 4,39; SD = 0,72), тоді як підтримка з боку друзів є менш вираженою (M = 3,49; SD = 0,83). Такий розподіл свідчить про звуження соціального кола та орієнтацію ВПО переважно на індивідуально значущі, а не розширені соціальні контакти.

Аналіз міжособистісної довіри засвідчив переважання середнього рівня, який виявлено у 52,5 % респондентів. Водночас у 26,3 % осіб зафіксовано низький рівень довіри, що характеризується соціальною настороженістю та обмеженням соціальних контактів, тоді як високий рівень довіри виявлено лише у 21,2 % вибірки. Отримані дані вказують на амбівалентне ставлення ВПО до соціального оточення та обережність у встановленні нових взаємин.

Дослідження емоційного стану виявило високі показники ситуативної та особистісної тривожності. Середні значення ситуативної тривожності становили M = 49,79 (SD = 4,50), особистісної — M = 49,86 (SD = 5,08), що відповідає високому рівню за нормативними інтерпретаціями методики. Якісний аналіз показав, що високий рівень ситуативної тривожності спостерігається у 72,5 % респондентів, а особистісної — у 71,2 %, тоді як низький рівень є поодиноким. Це свідчить про стійке емоційне напруження та підвищену чутливість до соціальних ситуацій.

Рівень соціальної тривожності у взаємодії також виявився підвищеним: середній сумарний показник за шкалою SIAS становив M = 39,91 (SD = 5,67). Якісний аналіз засвідчив відсутність осіб із низьким рівнем соціальної

тривожності; у 52,5 % респондентів виявлено помірний, а у 47,5 % — високий рівень. Це вказує на значні труднощі соціальної взаємодії, пов'язані з напруженням, очікуванням негативної оцінки та униканням контактів.

Додатковий аналіз комунікативних і організаторських схильностей показав переважання середнього рівня сформованості цих характеристик. Комунікативні схильності характеризуються середнім значенням M = 0,61 (SD = 0,14), організаторські — M = 0,54 (SD = 0,13). При цьому високий рівень комунікативних схильностей зафіксовано у 32,5 % респондентів, тоді як високий рівень організаторських схильностей — лише у 20,0 %. Отримані результати свідчать про наявність потенціалу соціальної активності, який, однак, не реалізується повною мірою внаслідок емоційних бар'єрів.

Аналіз фундаментальних припущень показав переважання низьких і середніх рівнів позитивних уявлень про світ. Найменш вираженою виявилася осмисленість світу (M = 2,52; SD = 0,54), тоді як показники власної гідності та самоконтролю перебувають у межах середніх значень. Така структура базових переконань відображає порушення відчуття передбачуваності й безпеки соціального світу на тлі збереження відносно стабільного ставлення до власного «Я».

Узагальнюючи отримані результати, можна констатувати, що відновлення соціальної взаємодії внутрішньо переміщених осіб відбувається в умовах поєднання збереженого соціального потенціалу та виражених емоційних обмежень. Підвищений рівень тривожності й соціальної настороженості виступає ключовим психологічним бар'єром соціального включення, тоді як соціальна підтримка, комунікативні ресурси та відносно стабільна самооцінка формують підґрунтя для подальшого відновлення міжособистісних контактів.

Список використаних джерел та літератури:

1. Титаренко Т. М. Психологія життєтворення особистості в умовах соціальних змін. Київ : Міленіум, 2014. 320 с.
2. Дворник М. С. Соціально-психологічні ресурси подолання життєвих криз. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 256 с.
3. Кочубейник О. М. Соціальна довіра як психологічний чинник взаємодії особистості. Вісник Національного університету оборони України. 2019. № 4. С. 112–118.
4. Spielberger C. D. Anxiety: State–Trait Process. In: Stress and Anxiety. Vol. 1. New York : Wiley, 1983. P. 3–19.
5. Janoff-Bulman R. Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma. New York : Free Press, 1992. 256 p.

Петров Артем Сергійович
здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:
Кириченко Олег Вікторович
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри права
Дніпровського гуманітарного університету

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРЕВЕНТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ

Превентивна діяльність займає особливе місце у правоохоронній діяльності. Саме правоохоронна діяльність спрямована на забезпечення правопорядку в країні та протидії правопорушенням.

Превенція є одним із напрямів у боротьбі з правопорушеннями. Вона спрямована на психологічну формацію людини і спрямована на недопущення реалізації протиправних думок людини. Превенція має метою усунення чи трансформацію протиправних думок, намірів і бажань та створення надійних стримуючих факторів [1, с. 19].

В Україні у теорії та практики діяльності правоохоронних органів, а також у нормативно-правових актах превентивна діяльність іменується як запобігання правопорушенням, а саме запобігання кримінальним та адміністративним правопорушенням. Так, наприклад, особливе місце у протидії злочинності відводиться запобіганню кримінально протиправним проявам та іншим видам правопорушень. Значення запобігання кримінальним правопорушенням, як головного напряму протидії злочинності, визначається тим, що воно є найбільш гуманним та ефективним засобом підтримки правопорядку, забезпечення безпеки суспільства тощо [2, с. 162].

Дослідники в галузі протидії правопорушенням поділяють превенцію на загальну та спеціальну. Якщо загальна превенція спрямована на невизначене коло осіб з метою їх утримання від вчинення правопорушень шляхом інформування про правові наслідки, то спеціальна превенція здійснюється відносно конкретної особи, яка схильна до протиправної поведінки, з метою недопущення вчинення протиправних діянь у майбутньому. Тобто, спеціальна превенція здійснюється на індивідуальному рівні шляхом впливу на свідомість та мотиви потенційного правопорушника, а також на чинники, що безпосередньо впливають на вчинення протиправних дій.

Як зазначив О. В. Ярещенко, правоохоронна діяльність є професійною діяльністю з попередження та припинення правопорушень, відновлення

порушеного громадського порядку, що протікає у складній, швидкомінливій конфліктній обстановці, яка характеризується дією цілого ряду екстремальних зовнішніх та внутрішніх психологічних факторів і вимагає від працівників правоохоронних органів високого професіоналізму, витримки, самовладання, рішучості та мужності. Правоохоронна діяльність є середовищем, яке негативне впливає на психологічне здоров'я людини та в якому може виникати та розвиватись синдром психічного вигоряння через суттєвий вплив цілого комплексу стресогенних чинників [3, с. 144].

На сьогодні особливого значення має дослідження психологічних аспектів превентивної діяльності працівників правоохоронних органів. Це обумовлено у першу чергу тим, що правоохоронці постійно стикаються з проблемою подолання наслідків професійного стресу. У даному випадку ми можемо говорити про стресостійкість правоохоронців, яка є надзвичайно гострою через специфіку їхньої професійної діяльності, оскільки під час виконання ними службових завдань, у тому числі й під час превентивної діяльності, існують загрози щодо їх життя та здоров'я; психологічний тиск з боку криміналітету або агресивне ставлення деяких членів суспільства; особиста відповідальність за результати виконання завдань щодо недопущення вчинення протиправних діянь з боку потенційних правопорушників. Все це призводить до втрати мотивації, тривожності, з'являються негативні емоції, депресія, можливо й різні психологічні розлади. Тому актуальним є дослідження питань, пов'язаних з психологією особистості працівника правоохоронного органу як суб'єкта превентивної діяльності (професійна спрямованість та самосвідомість працівника правоохоронного органу, його типологічні та індивідуально-психологічні властивості), а також щодо стресостійкості (емоційних властивостей) та вольових рис працівника правоохоронного органу в екстремальних ситуаціях, у тому під час воєнного стану.

На наш погляд, психологію превентивної діяльності працівників правоохоронних органів слід розглядати через призму пізнавальної діяльності працівників правоохоронних органів та комунікативної діяльності таких працівників. Пізнавальна діяльність базується на психічних процесах, зокрема професійному спостережені, мисленні та уяви працівника правоохоронного органу, професійної пам'яті; а комунікативна діяльність – на комунікативній підготовці працівника правоохоронного органу, міжособистісних стосунках під час превентивної діяльності, психологічному впливу та рольової поведінки.

Метою розв'язання цих питань є визначення пріоритетних напрямів щодо розвитку професійно важливих якостей та здібностей працівників правоохоронних органів, відновлення оптимальних психічних станів, необхідних для адаптації до умов превентивної діяльності, запобігання виникненню психологічних розладів, розвитку професійних якостей та

створення умов для виконання службових обов'язків під час превентивної діяльності.

Список використаних джерел та літератури:

1. Булатін Д. О. Поняття «превенція» і «превентивна діяльність» в адміністративно-правовому аспекті. *Вісник Чернівецького факультету Національного університету «Одеська юридична академія»*. 2018. Вип. 1. С. 15-22.
2. Пазиніч І. І., Кириченко О. В. Актуальні проблеми запобіжної діяльності оперативних підрозділів органів внутрішніх справ України. *Сторіччя розшуку: історія, сучасність, перспективи* : матер. Міжн. наук.-практ. конф. (Одеса, 24 жовт. 2008 р.). Одеса : Одес. держ. ун-т внутр. справ, 2008. С. 162-163.
3. Ярещенко О. В. Вплив стресогенного середовища правоохоронної діяльності на психологічне здоров'я поліцейських. Теорія та практика сучасної психології. 2019. № 4. Т. 2. С. 141-145.

Наукове видання

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЮРИСПРУДЕНІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ

Матеріали
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
(24 грудня 2025 року, ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет)

Оригінал-макет – *Мірошник А.Д.*

N
W
E
S
Заснований у 2003 році
ДНІПРОВСЬКИЙ
ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ