

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», 2025. 300 с.

Збірник конференції містить матеріали VS 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 ПРИСНЯКОВА**, докт. псих. наук, доц. **Олександр САМОЙЛОВ**

© ВНПЗ ДГУ, 2025

© Автори, 2025

<b>Багач Р.В.</b> ЕМОЦІЙНА РЕГУЛЯЦІЯ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ УЧНІВ АВТОШКІЛ.....	179
<b>Агапєєва Д.В.</b> ОСОБЛИВОСТІ БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧИХ ВІДНОСИН В СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	183
<b>Беляєва Ю.С.</b> ПРОСВІТНИЦЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ У ШКОЛІ: МЕТОДИ ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПЕДАГОГІВ, БАТЬКІВ ТА УЧНІВ.....	187
<b>Борзова Л.В.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ПОДОЛАННЯ ВНУТРІШНІХ БАР'ЄРІВ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	190
<b>Вербицька Є.Д.</b> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПЕРЕЖИВАННІ ЖИТТЄВИХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	192
<b>Веселовська О.А.</b> ОСВІТНЯ ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ.....	195
<b>Гетьман Д.В.</b> ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ ПСИХОЛОГІВ: ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ ВИСНАЖЕННЯ.....	198
<b>Долотій Н.І.</b> ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ БАТЬКІВ ЯК ФАКТОР МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ.....	201
<b>Доровських Н.О.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	206
<b>Зотова А.С.</b> ПСИХОЛОГО-ПРАВОВІ АСПЕКТИ МЕДІАЦІЇ ТА КІБЕРБЕЗПЕКИ У МІЖКУЛЬТУРНИХ КОМАНДАХ.....	208
<b>Зотова А.С.</b> УНІВЕРСАЛЬНИЙ КОРПОРАТИВНИЙ КОДЕКС ВЗАЄМОДІЇ ЯК ПСИХОЛОГО-ПРАВОВИЙ ІНСТРУМЕНТ ПОПЕРЕДЖЕННЯ МІЖКУЛЬТУРНИХ КОНФЛІКТІВ.....	211

**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 проєктів, 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 проєкти, 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. Буриш, Н. Водоп'янова, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, І. Куц, 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 умовах інтенсивної взаємодії з пацієнтами (клієнтами) й високого емоційного напруження [1].

До основних причин виникнення 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