

[b222e7c0acad](#) (Дата доступу: 14.10.2025.)

3. Опитувальник депресії Бека PDF. URL: [https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/ШКАЛА-ДЕПРЕСІЇ-БЕКА\\_21.pdf](https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/ШКАЛА-ДЕПРЕСІЇ-БЕКА_21.pdf) (дата звернення: 02.10.2025).

4. Оцінка рівня ситуативної та особистісної тривожності (тест Спілбергера-Ханіна: опитувальник.), 2024. URL: <https://osvita.ua/doc/files/news/938/93888/Spielberger-Hanin-test.pdf> (дата звернення: 02.10.2025).

5. Сакс Дж., Леві С. Тест незакінчених речень (адаптована версія). Практикум з психодіагностики особистості. Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2020. С. 112-124.

***Abstract:** This study investigates the influence of social media on the emotional state of young people, particularly Generation Z. The research identifies mechanisms of manipulation and risk factors for psycho-emotional maladaptation, including increased anxiety, depressive symptoms, somatization, and distress. The role of users' social «sociability» and the impact of intensive social media use on cognitive, emotional, and behavioral indicators are analyzed. The obtained results have both theoretical and practical significance, as they clarify the mechanisms of social media influence on emotional states and contribute to the design of programs for supporting the psychological health of young people in digital environments.*

***Keywords:** emotional state, generation Z, generation «alpha», social media, depression, distress.*

*Науковий керівник – ЛЕФТЕРОВ Василь,  
д. психол. н., проф.,  
Національний університет «Одеська юридична академія»,  
м. Одеса*

## **НОВА ПАРАДИГМА В ПСИХОЛОГІЇ: ІНТЕГРАЦІЯ ДОСВІДУ, СУБ'ЄКТНОСТІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНОГО ПЛЮРАЛІЗМУ**

***ГУЛА Лариса, ст. викладач кафедри методики професійного навчання  
Миколаївський національний аграрний університет***

***Анотація:** у публікації досліджується формування нової парадигми в психології, що поєднує суб'єктивний досвід, контекстуальність, міждисциплінарний підхід та методологічний плюралізм. Аналізуються історичні корені змін, сучасні тенденції, а також методологічні та теоретичні виклики. Робота покликана сприяти глибшому розумінню психології як науки, що розглядає людину як цілісне й втілене явище.*

***Ключові слова:** суб'єктивність, феноменологія, міждисциплінарність, методологічний плюралізм, наукова парадигма.*

Сучасна психологія опинилася на етапі глибокого методологічного та світоглядного перегляду. Більшість з класичних підходів — зокрема редукціоністських, експериментально-об'єктивістських моделей — виявляють обмежену здатність описувати й пояснювати складність людського досвіду в

умовах швидких соціальних змін, культурної різноманітності та екзистенційної невизначеності. Суспільство стикається з новими феноменами, які не вкладаються в межі усталених психологічних категорій таких як: психологічні ефекти цифровізації, нові типи ідентичності, зміщення меж норми та патології та зростання уваги до травматичного досвіду, тілесності та межового досвіду.

У зв'язку з цим зростає потреба у нових дослідницьких і практичних підходах, які були б більш чутливими до суб'єктивного, контекстуального, міжособистісного. Це спричиняє зростання інтересу до:

- феноменологічної та екзистенційної психології;
- тілесно-орієнтованих практик;
- інтерпретативних та якісних методів дослідження.

Актуальність теми також підсилюється кризою довіри до універсальних моделей у психологічній науці. Поширюється усвідомлення, що жодна теоретична школа не здатна охопити всю складність людського буття, тому психологія має переорієнтуватися з пошуку «єдиної істини» на відкритий діалог між різними підходами.

Підвищена цікавість до даної теми проявляється у: підвищеній увазі до міждисциплінарності (нейронауки, філософія, антропологія), перегляді критеріїв валідності у дослідженнях та прагненні інтегрувати перше-особистісний досвід у теоретичні моделі.

З'являються роботи, які повертають до класичних феноменологів і адаптують феноменологію для психотерапевтичної практики [1]. Подібні підходи не лише розширюють розуміння психічного, а й сприяють зростанню уваги до втіленого суб'єкта, у якого досвід є не просто когнітивною репрезентацією, а способом бути у світі [2].

Становлення нової парадигми в психології свідчить про глибокий зсув у розумінні людської природи, пізнання та методів дослідження. Перехід від об'єктивістсько-редукціоністських моделей до підходів, що враховують суб'єктивність, контекстуальність та втіленість досвіду, не є простою модою чи реакцією на кризу, а виявом зрілості науки, здатної до саморефлексії.

Методологічний плюралізм, поєднання якісних і кількісних підходів, а також відкритість до міждисциплінарного діалогу дозволяють психології вийти за межі вузьких рамок і наблизитися до цілісного бачення людини — як живого, втіленого суб'єкта, що діє, переживає і надає сенс своєму буттю у світі.

Формування цієї парадигми ще не завершене, але вже зараз можна відзначити її ключові риси: відкритість до складності, визнання значущості першоособистісного досвіду, повернення до тіла та простору, а також етична чутливість у дослідженні людини. Вона не прагне витіснити попередні підходи, а швидше — інтегрувати різні рівні аналізу, визнаючи їхню відносну цінність. Нова парадигма психології поступово формується за рахунок поєднання суб'єктивного досвіду, міждисциплінарності, контекстуалізму і методологічного плюралізму. Перехід від класичних моделей не є миттєвим, але вже має помітні теоретичні та практичні вияви.

Таким чином, нова парадигма не є остаточною відповіддю, а радше запрошенням до діалогу, до переосмислення і до постійного вдосконалення способів, якими ми досліджуємо, розуміємо та підтримуємо людину. Саме ж дослідження нової парадигми в психології є не лише науково обґрунтованим, але й суспільно необхідним кроком для адаптації психології до викликів сучасного світу.

Майбутні дослідження повинні приділити увагу формалізації понять, розробці методів, які можуть працювати з особистісними даними, установленними стандартами якості для точного дослідження, а також ролі культурних та соціальних детермінант у психіці.

### ***Список використаних джерел:***

1. Спінеллі, Е. Інтерпретований світ: вступ до феноменологічної психології / Е. Спінеллі ; пер. з англ. — Київ : Смолоскип, 2015. — 284 с.
2. Галлахер, Ш. Феноменологічний розум: вступ до філософії свідомості та когнітивної науки / Ш. Галлахер, Д. Захаві ; пер. з англ. — Львів : Літопис, 2020. — 312 с.
3. Варела, Ф. Втілений розум: когнітивна наука та людський досвід / Ф. Варела, Е. Томпсон, Е. Рош ; пер. з англ. — Харків : Акта, 2017. — 378 с.

4. Степаненко, М. І. Методологічний плюралізм як ознака постнекласичної науки / М. І. Степаненко // *Проблеми філософії науки*. – 2019. – Т. 3, № 2. – С. 45–52.

5. Мурашова, О. П. Психологія суб'єктності: міждисциплінарний підхід / О. П. Мурашова // *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Психологія*. – 2021. – № 72. – С. 10–18.

*Abstract: The publication explores the formation of a new paradigm in psychology that combines subjective experience, contextuality, an interdisciplinary approach, and methodological pluralism. The historical roots of change, contemporary trends, and methodological and theoretical challenges are analyzed. The work is designed to contribute to a deeper understanding of psychology as a science that views the human being as a holistic and embodied phenomenon.*

*Key words: subjectivity, phenomenology, interdisciplinarity, methodological pluralism, scientific paradigm*

## **ТОЛЕРАНТНІСТЬ – ШЛЯХ ДО ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ, МИСТЕЦТВО СПІВІСНУВАННЯ У СВІТІ РІЗНОМАНІТТЯ**

**ДІДНЯК Анастасія, здобувачка вищої освіти спеціальності 015 «Професійна освіта (Аграрне виробництво, переробка сільськогосподарської продукції та харчові технології)»**

**Миколаївський національний аграрний університет**

*Анотація. У статті розглядається поняття толерантності як шлях до взаєморозуміння та мистецтва співіснування у світі різноманіття. Аналізуються основні підходи до визначення поняття «толерантність» у філософському, соціальному та культурному контекстах.*

*Ключові слова: ідентичність, громадянська позиція, особистість, повага, гідність.*

Толерантність є багатовимірним соціокультурним явищем, яке охоплює широкий спектр міжособистісної та громадянської взаємодії. Її зміст можна розглядати крізь призму декількох взаємопов'язаних напрямів. Перший, стосується різноманітності форм соціальної взаємодії, що передбачає прийняття та повагу до різних національностей, вікових груп, релігійних та світоглядних орієнтацій, це позитивне ставлення до осіб, наприклад з інвалідністю.

Другий, пов'язаний із формуванням громадянської ідентичності та розвитком громадянської активної позиції, яка реалізується через участь у волонтерстві, соціальних проєктах та програмах суспільного життя. Третій, зосереджується на профілактиці деструктивних проявів у підлітковому та молодіжному середовищі [1, с. 90], стосується запобігання злочинності, в тому числі екстремістського та кримінального характеру, вживанню психоактивних та