

Зрештою, вплив DeFi на світову економіку залишається дуалістичним. З одного боку — це, безумовно, потужний драйвер фінансової інклюзії, який дає шанс мільйонам людей долучитися до глобальної економіки. З іншого — це джерело нових, ще не вивчених загроз та фінансових бульбашок. Повернути все "як було" не вдасться. Межа між звичними фіатними грошима та цифровими активами стирається просто на очах, формуючи нову реальність обміну цінністю, в якій нам усім доведеться жити і працювати.

### Література

1. Доценко О.В., & Чубка І.А. (2023). DeFi: інструмент цифрової трансформації держави. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна серія «Економічна», (105), 94-105. URL: <https://doi.org/10.26565/2311-2379-2023-105-10>
2. Волкова, В.; Дмитренко, Т. Децентралізовані фінанси: їх розвиток у сучасній фінансовій системі та ризики, які вони спричиняють. Grail of Science, 2022, 12-13: 71-80. URL: <https://archive.journal-grail.science/index.php/2710-3056/article/view/11>
3. Що таке смартконтракти і як вони працюють? / Binance Academy. URL: <https://surl.li/qowvps>
4. DeFi Liquidations Explained: Protection Strategies for Crypto Investors. / Yellow.com. URL: <https://surl.li/bcmqxq>

УДК 159.9

**В. Луців**

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя)

## ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ДОРОСЛИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ МЕТОДАМИ АРТТЕРАПІЇ

**Lutsiv Vasyl**

### PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF ANXIETY IN ADULTS UNDER MARTIAL LAW USING ART THERAPY METHODS

Сучасні соціально-політичні події, особливо воєнний стан в Україні, призвели до суттєвого підвищення рівня тривожності серед дорослого населення. Постійна невизначеність, інформаційний тиск, емоційне виснаження сприяють виникненню стресових і тривожних станів, що негативно позначаються на психологічному благополуччі, міжособистісних стосунках і професійній діяльності.

Проблема тривожності була актуальною завжди, раніше її вивченню приділялось достатньо увага, проте з кожним роком ця тема дедалі більше стає об'єктом дослідження. Вивченням тривожності займалась низка закордонних та українських вчених. Серед них варто виділити З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, К. Хорні, Е. Фромма, Р. Сапольські, Т. Кантофера, Т. Вебер. К. Гольдштейна, Д. Голліс, М. Вебера. З українських вчених значний внесок у вивчення тривожності зробили і роблять М. Білоусенко, Є. Головаха, О. Водолазська, В. Станчишин, М. Тимофієва, Р. Яремко, М. Лівін, І.Полудьоний, Д. Хаверчук.

Тривожність – це послідовність когнітивних, афективних та поведінкових реакцій, що викликаються різними стресовими факторами. Це захисна реакція: важливе відчуття для людського тіла, яке допомагає передбачати, запобігати або уникати небезпечних ситуацій. Вона мобілізує внутрішні ресурси для боротьби з уявною

небезпекою. Водночас тривожність та страх служать сигнальними та стимуляційними механізмами, тим самим активуючи механізми психічної адаптації. Ця психологічна реакція дозволяє організму розпізнавати потенційні загрози, аналізувати ситуації та планувати дії для вирішення проблем. Тривожність впливає як на соматичний, так і на психологічний рівні систем організму. Соматичні симптоми тривоги включають: тремтіння кінцівок, м'язову напругу, судоми, біль у м'язах, запаморочення, задишку, прискорене серцебиття та головний біль. Також може виникати невідповідне до ситуації потовиділення або відчуття холоду чи тепла, втрата енергії, порушення сну, шлунково-кишкові проблеми, скарги на лібідо, часте сечовипускання тощо. Психологічні симптоми тривоги включають: почуття тривоги, напруги, страху, дратівливості, неспокою, втрату контролю над своїми діями, труднощі з концентрацією уваги та розслабленням, фаталізм, безнадія та втрату інтересу до раніше приємних речей, зниження самооцінки, уникнення стосунків та соціальних контактів.

На даний час існує два підходи до вивчення і пояснення тривоги та тривожності - класичний і сучасний. Класичний підхід запропонували основоположники психоаналізу, зокрема З. Фрейд. Основна ідея - базовим є саме страх, як інстинкт з якого виникає певна форма поведінки. Згодом вчені за допомогою численних досліджень довели, що слід відокремити тривожність від страху. Так почав формуватись сучасний погляд на тривожність, як ситуативне поведінкове явище як з позитивним так із негативним впливом на людину. Першим запропонував нове ставлення до тривожності К. Гольштейн. Він описував тривожність, як базову потребу людини в самозахисті, яка особливо гостро проявляється в моменти небезпеки, різких змін, незадоволенні базових звичних потреб. Так наш організм пристосовується до нових умов.

Одним із ефективних напрямів психокорекційної роботи є використання методів арттерапії, які забезпечують безпечне вираження емоцій, зниження психоемоційного напруження та відновлення внутрішньої рівноваги через творчість.

Арттерапія є дієвим засобом, що гарантує безпечне середовище для невербального вираження і символічного опрацювання внутрішньої напруги.

Дуже цікавою та перспективною технікою у межах арттерапевтичного напрямку є стрінг арт (або ниткотерапія). Це різновид, що використовує нитки та цвяхи на дерев'яній основі для створення готових картин і представляє собою нову методику психологічної роботи з тривожністю завдяки своїм унікальним характеристикам.

Ключова особливість цього методу - фокус на переживанні моменту «тут і зараз». Робота з нитками вимагає постійної концентрації уваги на завданні, що природним чином переключає фокус з тривожних думок на сам процес створення власного виробу. Це захоплює і вже з перших дотиків вимальовується певний візерунок. Виникає природне бажання якомога швидше завершити роботу, щоб побачити кінцевий результат. Тактильний досвід багатогранний і передає задоволення через колір, текстуру та різні рухові схеми. Це дає відчуття спокою, певного контролю над ситуацією, обіцяє чіткий результат, дає відчуття впевненості у своїх діях, чинить заспокійливий ефект. Фізична взаємодія з матеріалом надає робочому процесу медитативний та спокійний характер і, завдяки чіткій інструкції до композицій, сприяє створенню балансу та порядку. Співвідношення між візуальною та тактильною активністю гармонізує функцію центральної нервової системи. Готові вироби, які часто використовуються як декоративні предмети, передають відчуття задоволення та гордості за власну роботу.

Стрінг арт характеризується доступністю матеріалів та легкістю застосування технік. Для цього виду арттерапії не потрібно жодних спеціальних навичок, умов, приміщень. Можна працювати як індивідуально, так і в групі осіб.

Ниткова терапія працює на кількох рівнях, поєднуючи тактильні, візуальні та психоемоційні аспекти. Стрінг арт сприяє тренуванню концентрації уваги, терпіння, а також покращенню дрібної моторики та координації рухів. Користувачі можуть зменшити стрес, знайти хобі, покращити дрібну моторику та координацію, підвищити концентрацію та відчувати емоційне полегшення.

З огляду на це стрінг арт терапія є потужним та необхідним засобом для роботи з подолання тривожності, особливо під час воєнного стану. Метод дедалі частіше застосовується і є доступним для широкого кола людей. Також вимагає нових досліджень, оскільки має величезний потенціал у відновленні ментального здоров'я українців.

### Література

1. Галієва О. М. Теоретичний аналіз поняття "тривожність". Теорія і практика сучасної психології. Запоріжжя, 2018 р. Вип. 6, 107-110 с.
2. Думбур О. А., Підбуцька Н. В. Арт-терапія в роботі психолога. Актуальні проблеми соціального розвитку в суспільстві : матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф., 27–29 берез. 2025 р. Нац. техн. ун-т «Харків. політехн. ін-т». Харків, 2025. С. 135–137. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/88433>
3. Лівін М., Полудьоний І. Простими словами. Як розібратись у своїх емоціях. - 3-тє вид. - Київ :Наш формат, 2022р. 70-72 с.

УДК 339

**Л. Любінський**

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна)

## ЕКОНОМІЧНІ НАСЛІДКИ ВПРОВАДЖЕННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ВИРОБНИЦТВО РЕКЛАМНОГО КОНТЕНТУ

**Lubinskii Lubomyr**

### ECONOMIC IMPACTS OF IMPLEMENTING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN ADVERTISING CONTENT PRODUCTION

Глобальний ринок використання технологій штучного інтелекту (ШІ) у маркетингу демонструє стрімку експансію. За останні роки його обсяги зросли в кілька разів, а прогнози свідчать про подальше масштабування протягом наступного десятиліття. Генеративний ШІ докорінно змінює процеси створення рекламного контенту: більшість спеціалістів уже інтегрувала ШІ у свою роботу, що дозволяє суттєво підвищувати швидкість і продуктивність. Водночас значна частина працівників креативної сфери висловлює занепокоєння можливим скороченням робочих місць, що актуалізує дослідження економічних механізмів цієї технологічної трансформації.

За оцінками провідних аналітичних агентств, глобальний ринок технологій ШІ в маркетингу у 2024 році перевищив 20,4 млрд дол. США, а до 2030 року очікується його зростання до 82,23 млрд дол. США. Це означає, що частка ШІ-інструментів у рекламному та маркетинговому бізнесі зростає експоненційно, що відкриває нові можливості для компаній, які швидко адаптуються до цифрових змін [1].

Економічний аналіз показує, що ШІ змінює структуру витрат у виробництві рекламної продукції. Якщо традиційне створення відеореклами передбачає витрати на