

Міністерство освіти і науки України
Департамент освіти і науки Полтавської
обласної військової адміністрації

Комунальний заклад вищої освіти “Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”

Полтавської Обласної ради

Академія прикладних наук – Вища школа управління та адміністрування в Ополе (Польща)

Херсонський державний аграрно-економічний університет

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

Навчально-науковий інститут "Придніпровська державна академія будівництва та архітектури"

Українського державного університету науки і технологій

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Державний заклад “Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”

Запорізький національний університет

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»

Запорізької обласної ради

Universitatea de Stat de Educatie Fizica si Sport



МАТЕРІАЛИ

IV Всеукраїнського студентського наукового форуму з міжнародною участю «Наука, освіта, культура в Україні»

15 травня 2026 року

Кременчук

Міністерство освіти і науки в Україні
Департамент освіти і науки Полтавської
обласної військової адміністрації
Комунальний заклад вищої освіти “Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”
Полтавської Обласної ради
Академія прикладних наук – Вища школа управління та адміністрування в Ополе (Польща)
Херсонський державний аграрно-економічний університет
Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького
Навчально-науковий інститут "Придніпровська державна академія будівництва та архітектури"
Українського державного університету науки і технологій
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Державний заклад “Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”
Запорізький національний університет
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Universitatea de Stat de Educatie Fizica si Sport

МАТЕРІАЛИ

IV Всеукраїнського студентського наукового форуму з міжнародною участю «Наука, освіта, культура в Україні»

15 травня 2026 року

Кременчук

IV Всеукраїнський студентський науковий форум з міжнародною участю «Наука, освіта, культура в Україні» (Комунальний заклад вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, 15 травня 2026 року) / [редактори-упорядники: К. Сірик, Н. Деньга]. Кременчук: Методичний кабінет, 2026. 208 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Карина Сірик – здобувачка освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради.

Наталія Деньга – кандидат педагогічних наук, заступник директора з навчально-методичної роботи Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради.

Видання містить доповіді IV Всеукраїнського студентського наукового форуму з міжнародною участю «Наука, освіта, культура в Україні».

Матеріали IV Всеукраїнського студентського наукового форуму з міжнародною участю «Наука, освіта, культура в Україні» стануть корисними для студентів і аспірантів, які здійснюють наукові дослідження у сфері гуманітарних, соціальних, природничих і технічних наук.

За достовірність фактів, дат, найменувань, прізвищ, цифрових даних, за орфографічне, пунктуаційне, стилістичне оформлення відповідають автори публікацій.

Подані на конференцію матеріали видаються в авторській редакції.

Рекомендовано до друку Вченою радою Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради (протокол № 11 від 18.05.2026 року)

ЗМІСТ

СУЧАСНІ ПІДХОДИ В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ: ТЕНДЕНЦІЇ, ВИКЛИКИ, ПЕРСПЕКТИВИ

Кутинська К., Ніколаєску І. Екотерапевтичний потенціал природних матеріалів як інструмент стабілізації емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку.....	7
Сенченко С. Особливості формування толерантної поведінки дошкільників в інклюзивному середовищі закладу освіти.....	13
Сітарська І. Інноваційні технології в сучасній дошкільній освіті: тенденції та перспективи розвитку.....	17

ІНТЕГРАЦІЯ ІННОВАЦІЙНИХ МЕТОДИК У ПОЧАТКОВУ ОСВІТУ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Богдановська Н. Філософія серця як основа гуманного підходу в освіті.....	22
Брикова М. Емоційна компетентність вчителя в контексті нової української школи.....	26
Василенко Є., Деньга Н. Інтегровані підходи до викладання математики в початковій школі.....	30

ФІЛОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Бакай А. Актуально про зміни (2026) в новій редакції Українського правопису 2019.....	35
Галабудська С. Проєкт з удосконалення мовлення.....	39
Коваленко Б., Кірічек І. Стусівські мотиви в сучасній українській поезії.....	46
Коренєва О., Омельченко Ю. Безперервне навчання (lifelong learning) у вивченні англійської мови.....	53
Покой К., Кірічек І. Травматичний досвід війни в повісті-казці Олександра Михеда «Котик, Півник, Шафка».....	61
Henbach O., OMELCHENKO Y. Digital games as a tool for enhancing speaking and listening skills.....	67
Hladka O., OMELCHENKO Y. Using ai in english learning.....	70

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ТА СПОРТІ

Власенко Є., Стрикаленко Є. Оцінка фізичної активності здобувачів вищої освіти херсонського державного аграрно-економічного університету.....	74
Ворона П., Сисун В., Тютенко І. Аліментарні захворювання опорно-рухового апарату.....	81
Зайцева А., Хома Т. Формування ціннісно-мотиваційного ставлення молодших школярів до занять кіокушин будо карате.....	88
Маринович А., Краснощок А. Інтеграція фізичної, технічної та психологічної підготовки у практичній стрільбі.....	92
Савченко Т., Олійник І. Роль емоційного інтелекту в професійній діяльності тренера.....	95

ПСИХОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ ЗМІН ТА НОВИХ ВИКЛИКІВ

Бондаренко М., Яценко Т. Психолого-педагогічні умови подолання дитячої тривожності в умовах воєнного стану.....	99
Кіктєва М. Психологія в сучасному світі змін та нових викликів.....	104
Кіміль А., Яценко Т. Психологічні особливості формування характеру дитини в контексті батьківських установок.....	110
Мисюра Д., Яценко Т. Динаміка становлення самооцінки у підлітків.....	115
Півтораченко К., Московець Л. Міжособистісне спілкування як чинник психологічного благополуччя в підлітковому віці.....	119
Савасєва Є., Варнавська І. Психологія в сучасному світі змін та нових викликів.....	125
Ханат І., Яценко Т. Особливості впливу артерепевничних технік на рівень тривожності дітей молодшого шкільного віку в умовах затяжного психотравмуючого впливу війни.....	127
Юріна Є., Осіпов В. Психологічна допомога учасникам бойових дій та ветеранам війни.....	133

ІННОВАЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ В ОСВІТІ ТА СУСПІЛЬСТВІ: МОДЕЛІ ЕФЕКТИВНОГО УПРАВЛІННЯ

Богиня В., Сніщенко Р. Консолідація банків та перспективи використання цифрових грошей в Україні.....	136
Верезомська В., Сніщенко Р. Мотивація персоналу в умовах проєктної діяльності.....	139
Кіяшок А. Інтеграція систем управління якістю у проєктну діяльність.....	144
Кирилова А., Сніщенко Р. Концептуальні основи командної роботи в проєктному менеджменті.....	147
Куличков А., Сніщенко Р. Стратегічне управління якістю в ІТ проєктах: баланс між валідацією MVP та технічним боргом.....	149
Мацько М., Сніщенко Р. Сучасні підходи до підготовки фахівців з менеджменту в умовах цифрової трансформації, глобалізації та воєнних викликів.....	152
Рачєєва О., Сніщенко Р. Управління конфліктами в команді проєкту.....	156
Савенко М., Черненко В. Перспективи інтеграції штучного інтелекту в аналітичні дашборди для автоматизації управлінських висновків.....	158

РОЗВИТОК ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ: ЗАСТОСУВАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ НАУК У РІЗНИХ ГАЛУЗЯХ

Вєлькіна В., Шамрай В. Інтелектуальні ігрові середовища в системі цифрової підтримки когнітивного розвитку дітей з особливими потребами.....	161
Глухова А. Розробка інтерактивного чат-бота для вивчення іноземної лексики...	169
Кєм В. Випадковість і псевдовипадковість.....	174
Пашков Є. Приховування даних за допомогою стеганографії.....	178
Пустовіт Л. Розвиток цифрових технологій у сфері допоміжних систем.....	183
Соболев Д., Гаврильчук І. Розробка системи сповіщення та виклику соціальних служб на базі ESP32.....	185
Топчій Р., Шамрай В. Соціальний вплив штучного інтелекту-співрозмовника “Турботливий співрозмовник” на емоційний стан та рівень самотності людей літнього віку.....	192
Ханат І., Шамрай В. Розробка електронно посібника: У мережі безпечно: ризики, загрози та формування навичок захисту в сучасному інтернет-просторі.....	196
Наші автори	201

СУЧАСНІ ПІДХОДИ В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ: ТЕНДЕНЦІЇ, ВИКЛИКИ, ПЕРСПЕКТИВИ

Катерина КУТИНСЬКА,

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Черкаського національного університету

імені Богдана Хмельницького,

м. Черкаси

Науковий керівник: Інна НІКОЛАЄСКУ,

доктор педагогічних наук, професор,

завідувач кафедри дошкільної освіти

Черкаського національного університету

імені Богдана Хмельницького,

м. Черкаси

ЕКОТЕРАПЕВТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ПРИРОДНИХ МАТЕРІАЛІВ ЯК ІНСТРУМЕНТ СТАБІЛІЗАЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сучасне дитинство розгортається у просторі безпрецедентних викликів, перманентного фонового стресу та вимушених соціальних і фізичних обмежень. Останні роки стали справжніми випробуванням для психіки підростаючого покоління. Спочатку пандемія COVID-19 зумовила тривалу соціальну ізоляцію, перевівши значну частину суспільного життя у цифровий формат та різко обмеживши можливості для вільного перебування дітей на природі. Наслідки цих суворих пандемічних обмежень органічно, проте надзвичайно драматично, переплелися з реаліями сьогодення – умовами воєнного стану в Україні.

Сучасна дитина, навіть за умови фізичної доступності відкритого простору, дедалі частіше віддає перевагу перебуванню в закритих приміщеннях. Стрімка диджиталізація дозвілля та зміна соціальних звичок (які частково закріпилися ще з часів пандемії та трансформувалися через безпекові виклики воєнного стану)

призвели до парадоксального явища: значний відсоток дітей втрачає внутрішню мотивацію та природний пізнавальний інтерес до взаємодії з довкіллям. Замість безпосереднього дослідження природних об'єктів та явищ, діти старшого дошкільного віку часто обирають пасивне проведення часу вдома або віртуальні розваги, оскільки реальний світ природи здається їм повільнішим чи «менш цікавим» порівняно з яскравою динамікою екранів [8].

Таке свідоме чи зумовлене звичками віддалення від природного середовища неминує призводить до поглиблення так званого «синдрому дефіциту природи». На тлі цього явища, обтяженого загальним інформаційним перевантаженням, порушенням режиму дня та фоновим суспільним стресом, ми спостерігаємо невинне зростання рівня тривожності, емоційної нестабільності, гіперактивності та порушень концентрації уваги серед дітей дошкільного віку».

В умовах сьогодення, коли діти дошкільного віку особливо гостро відчують дефіцит базової безпеки, педагоги та дитячі психологи постають перед гострою необхідністю пошуку максимально м'яких, недирективних, екологічних та природних методів гармонізації дитячої психіки. Саме тому переосмислення ролі природного середовища загалом та екотерапевтичного потенціалу окремих природних матеріалів зокрема є не просто актуальним науково-педагогічним завданням, а критично життєвою необхідністю для збереження ментального здоров'я нації.

Проблемою впливу природи на гармонійний розвиток особистості завжди перебувала у фокусі пильної уваги науковців, проте сьогодні вона набуває нового, терапевтичного значення. Фундаментальний вплив природного середовища на психоемоційний стан дитини доводиться багатьма сучасними дослідженнями. Як зазначають провідні українські науковці, зокрема Н. Гавриш: «Безпосередній контакт із природою сприяє відчутному зниженню рівня тривожності, покращує загальний емоційний фон, формує стійке вміння розслаблятися та закладає основи позитивного мислення. Природа виступає тим унікальним, приймаючим середовищем, у якому дитина може вільно досліджувати світ і власне «Я», не відчуваючи тиску жорстких соціальних норм та очікувань» [1].

Згідно з ґрунтовними дослідженнями О. Кононко [2], перебування у природному середовищі не лише покращує фізичний стан та імунітет, а й активно запускає складні когнітивні процеси, суттєво знижує прояви дитячої агресивності та сприяє формуванню механізмів внутрішньої емоційної саморегуляції. Зарубіжні дослідники, такі як Р. Лоув [3] та Л. Чалмер, експериментально підтверджують фізіологічний вимір екотерапії: навіть нетривала, але усвідомлена взаємодія із зеленим простором та природними об'єктами здатна знижувати рівень кортизолу (гормону стресу) в організмі дитини. Це, у свою чергу, активізує парасимпатичну нервову систему, яка відповідає за процеси відновлення, спокою та формування глибинного відчуття довіри до навколишнього світу. В умовах сучасних криз психологічний супровід дітей, як зазначає О. Вознесенська у своїх працях з арт-терапії, потребує інтеграції природних елементів у творчий процес для посилення терапевтичного ефекту [4].

Незважаючи на беззаперечну та доведену ефективність глобального природного середовища, в умовах сучасного закладу дошкільної освіти (особливо з огляду на безпекові протоколи воєнного часу та часті перебування в укриттях) не завжди існує фізична можливість для тривалого перебування дітей на свіжому повітрі. У таких складних реаліях на перший план виходить мікрорівень екотерапії – цілеспрямована, системна та інтегрована в освітній процес робота з природними матеріалами безпосередньо в груповому приміщенні чи просторі безпеки.

Варто наголосити на ще одному надзвичайно важливому, глибинному вимірі такої роботи. Взаємодія з природними матеріалами рідного краю – українським чорноземом, натуральною глиною, колосками пшениці, каштанами, жолудями, осіннім листям місцевих дерев – має гармонійний вплив на національно-патріотичне формування та самоідентифікацію дітей, починаючи з найменшого віку.

Важливо відзначити й виховний потенціал такої роботи. Використання саме місцевих, звичних для дитини природних матеріалів – звичайної глини, піску, зібраних під час прогулянки каштанів, жолудів чи осіннього листя – робить процес емоційної стабілізації більш природним і безпечним. Замість складних абстрактних розповідей про любов до природи, дитина отримує цілком реальний, тактильний

досвід взаємодії з рідним довкіллям. Знайомі природні елементи працюють як своєрідний психологічний «якір»: текстура звичайної кори чи запах місцевих квітів підсвідомо сигналізують дитині, що вона знаходиться у знайомому, своєму, а отже – безпечному середовищі. Таким чином, екотерапія не лише ефективно знімає стрес, а й стає першим, дієвим кроком до формування екологічної свідомості та любові до рідного краю – просто через те, що дитина вчиться цінувати природу, яку може дослідити власними руками.

Особливу ефективність у процесі емоційної стабілізації демонструє продуманий синтез екотерапії та методів ізотерапії (терапії образотворчим мистецтвом). Використання природних матеріалів у художній діяльності дозволяє дітям дошкільного віку екологічно вивільнити та прожити ті переживання, які вони через вікові особливості ще не здатні повноцінно вербалізувати.

Нейропсихологічний механізм цього процесу полягає в тому, що робота з різноманітними фактурними матеріалами активно стимулює нервові закінчення на кінчиках пальців (розвиток дрібної моторики). Це безпосередньо пов'язано з активізацією мовленнєвих та емоціогенних центрів кори головного мозку, що сприяє утворенню нових нейронних зв'язків та м'якому «перезавантаженню» нервової системи. На відміну від гладких синтетичних іграшок чи екранів гаджетів, природні матеріали мають унікальну текстуру, температуру та вагу, що забезпечує повноцінну сенсорну інтеграцію.

У ході практичної діяльності з дітьми старшого дошкільного віку, було апробовано та виділено найбільш дієві, м'які форми роботи з природними матеріалами:

1. Сенсорні бокси (контейнери) як інструмент заземлення та пізнання.

Сенсорний бокс – це спеціально обладнаний ємнісний простір (пластиковий ящик, дерев'яна скринька або великий лоток), наповнений різноманітними матеріалами, які комплексно стимулюють органи чуття дитини: дотик, зір, нюх, слух. *Основна мета* використання таких боксів у дошкільному віці полягає у розвитку тактильних відчуттів, формуванні сенсорних еталонів (тверде – м'яке, шорстке – гладке, сухе – вологе), стимулюванні дослідницької діяльності та розвитку дрібної

моторики, що безпосередньо впливає на активізацію мовлення. Практика довела високу терапевтичну ефективність таких тематичних наповнень: сухий і трохи вологий пісок, камінці, мушлі, доповнені мініатюрними грабельками та ситом; різноманітні крупи та насіння (квасоля, горох, гречка, кукурудза); гладкі та шорсткі камінці у ємності з водою з використанням ліжок та чашечок; сухе листя, жолуді, каштани, шишки, гілочки та кора дерев.

2. *Еко-ізотерапія та медитативні техніки малювання.* Для м'якої емоційної корекції ми інтегрували у практику спокійні, нетрадиційні техніки створення зображень, які знімають напругу та не вимагають жорстких художніх навичок:

Малювання сипучими матеріалами (крупам чи піском). Цей процес має виражений релаксаційний ефект. Пересипання та створення візерунків дає дитині відчуття контролю: будь-яку лінію можна легко змінити, що повністю знімає страх помилки та знижує тривожність.

Малювання крейдою та воском. Використання натуральної крейди дозволяє дитині відчувати фактуру матеріалу. Робота з воском (наприклад, створення прихованих малюнків, які згодом проявляються під фарбою) додає елемент дива та непередбачуваності, повертаючи дитині втрачений пізнавальний інтерес та радість відкриття.

Малювання мильними бульбашками. Залучення води, повітря та барвників є чудовим дихальним тренінгом. Видування бульбашок на папір допомагає фізіологічно зняти емоційну напругу, вчить дитину керувати своїм диханням (що є базовою технікою самозаспокоєння при стресі) та перетворює художній процес на легку, радісну гру.»

3. *Еко-штампування, та малювання природними пігментами.* Використання свіжого або засушеного осіннього листя, фактурних зрізів овочів (картоплі, капусти), мушель чи камінців у якості штампів кардинально розширює рамки звичного сприйняття світу. Досліджуючи такі матеріали, діти вчаться помічати неочевидну красу в простих речах. Практика показала, що в процесі спільної творчої взаємодії з природними об'єктами діти починають значно

активніше комунікувати, ділитися своїми прихованими враженнями та емоціями. Це безпосередньо сприяє інтенсивному формуванню своєрідного емоційного інтелекту та словника – вміння розпізнавати, коректно називати та висловлювати свої почуття.

Підсумовуючи вищезазначене, варто з упевненістю стверджувати, що екотерапевтичний потенціал природних матеріалів значно виходить за вузькі межі традиційного естетичного чи виключно сенсорного виховання. В умовах післяпандемічного суспільства та воєнного стану, залучення піску, глини, води, каміння та дарів рідної природи до повсякденного арсеналу педагогічних методів – це не просто данина моді, а потужний, екологічний, безбар'єрний та науково обґрунтований засіб психоемоційної стабілізації.

Взаємодія з природою на мікрорівні в умовах групового приміщення працює як перша психологічна допомога. Вона дозволяє дитині старшого дошкільного віку позбутися надмірної тривоги, розслабити нервову систему, гармонізувати свій внутрішній стан, відновити втрачене відчуття безпеки та довіри до світу дорослих. Водночас, свідоме використання матеріалів рідного краю закладає глибокі ціннісні та патріотичні орієнтири, сприяючи вихованню емоційно стійкої, гнучкої, творчої та свідомої особистості, здатної долати життєві кризи.

Перспективи подальших наукових та практичних розвідок у цьому напрямку полягають у розробці та стандартизації комплексних авторських програм з еко-арт-терапії, які будуть максимально адаптовані для повсякденної, рутинної роботи вихователів у закладах дошкільної освіти з урахуванням сучасних безпекових викликів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Louv R. Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder. Chapel Hill : Algonquin Books, 2008. 416 p.
2. Вознесенська О. М., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія в роботі з дітьми : навч.-метод. посіб. Київ : Шкільний світ, 2022. 120 с.

3. Гавриш Н. В. Екологічна освіта та виховання дітей дошкільного віку: інноваційні підходи. *Дошкільне виховання*. 2019. № 5. С. 12 – 16.
4. Замелюк М. І. Освітній кейс «Вільна самостійна ігрова діяльність дитини»: вебінар. *Всеосвіта*. URL: <https://vseosvita.ua/webinar/osvitnii-keis-vilna-samostiina-ihrova-diialnist-dytyny-1266.html> (дата звернення: 21.02.2026).
5. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості в дошкільному дитинстві : навч. посіб. Київ : Освіта, 2020. 256 с.
6. Консультація для вихователів «Природа як головний чинник розвитку чуттєво-емоційної сфери дошкільників». *Всеосвіта: електронна бібліотека*. URL: <https://vseosvita.ua/library/konsultacia-dla-vihovateliv-priroda-ak-golovnij-cinnik-rozvitku-cuttevo-emocijnoi-sferi-doskilnikov-242154.html> (дата звернення: 21.02.2026).
7. *Перспективи та інновації науки*. Серія: Педагогіка, Психологія, Медицина. URL: <https://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/29182/29136> (дата звернення: 21.02.2026).
8. Чалмер Л. Психологія взаємодії дитини з природним довкіллям. *Вісник психології*. 2021. Вип. 2. С. 45 – 50 URL: <http://visnyk.psychology.ua/article/2021-2-45> (дата звернення: 21.02.2026).

Софія СЕНЧЕНКО

Здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

**ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ТОЛЕРАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ
ДОШКІЛЬНИКІВ В ІНКЛЮЗИВНОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ**

Формування толерантності у дітей дошкільного віку в умовах інклюзивного середовища є важливою проблемою сучасної освіти. Інклюзивна освіта передбачає не лише залучення дітей з особливими освітніми потребами в навчальний процес, а й формування їх прийняття в дитячому колективі. Сучасна освіта спрямована на формування всебічно розвиненої особистості, яка в майбутньому дотримуватиметься принципів доброти, толерантності, гуманізму та милосердя. Виховання толерантної поведінки дітей дошкільного віку відіграє важливу роль у досягненні цієї мети[2, 4].

Толерантність як соціальна й моральна цінність у цьому процесі відіграє ключову роль.

Опрацювавши дослідження багатьох вітчизняних і зарубіжних учених, можна зробити висновок про значну увагу дослідників до проблем інклюзії та морального виховання. Водночас питання формування толерантності у дітей дошкільного віку в умовах інклюзивного середовища залишається недостатньо вивченим.

Встановлено, що недостатній прояв толерантності у дітей зумовлений недостатнім рівнем поінформованості, обмеженим досвідом взаємодії з дітьми з ООП, впливом соціальних установок дорослих, та страхом перед «інакшістю». Часто діти копіюють модель поведінки дорослих, а особливо батьків, тому саме ставлення дорослих до дітей з особливими освітніми потребами, залучення їх до взаємодії, безпосередньо впливає на комунікацію дітей в умовах інклюзивного середовища[3].

Ефективність формування толерантності забезпечується реалізацією таких організаційно-педагогічних умов: використання художньої літератури, проведення етичних бесід, перегляд і обговорення мультфільмів морального змісту, цілеспрямована робота з батьками, використання ігрової діяльності як провідного засобу соціалізації, оновлення змісту, форм і методів освітнього процесу[6]. Бесіди допомагають дітям закріпити знання про норми та правила поведінки в колективі, а

обговорення розвиває здатність аналізувати вчинки та поведінку інших людей[1]. Нами було підібрано низку засобів для розвитку толерантності дітей дошкільного віку в умовах інклюзивного середовища, а саме: дидактична гра «Світ без обмежень» (дітям про інклюзію) автор Ірина Толок, ряд дитячих творів, які спрямовані на виховання у дошкільників толерантності, дружби: "Невгамовний Ральф" – Луїза Єнсен, про пригоди хлопчика, який вчиться приймати інших людей із їхніми особливостями "Чи всі ми однакові?" – Галіна Королюк. Казка, що знайомить дітей із поняттям унікальності кожної людини. "Серце для Лева" – Оксана Драчківська. Зворушлива історія про левеня, яке шукає доброти в серцях інших. "Зайчикова книжка" – Катерина Бабкіна. Добрі історії про зайчика, які вчать цінувати дружбу, добрі вчинки й турботу про інших. "Казка про котика і добра серця" – Олена Касьян. Історія про те, як доброта здатна змінити світ навколо нас.

Особлива роль належить сюжетно-рольовій грі, яка сприяє формуванню емоційного досвіду, розвитку емпатії, та усвідомленню соціальних норм поведінки. У процесі гри діти навчаються співпрацювати, дотримуватися правил, враховувати інтереси інших, проявляти підтримку по відношенню до інших. Виконуючи різні ролі, дитина вчиться розуміти почуття інших, співпереживати їм та приймати індивідуальні особливості без страху[5].

З метою дослідження рівня толерантності у дітей дошкільного віку та їх батьків, нами було проведено дослідження у рамках написання наукової роботи в якому взяли участь 36 дошкільників, та 72 батьків. У процесі дослідження використовувалися такі методи спостереження як: бесіди, анкетування батьків, та аналізу поведінкових проявів дітей в умовах інклюзивного середовища. Результати експерименту засвідчили переважання середнього рівня толерантності у дітей та необізнаності батьків щодо даної проблеми.

Виходячи з цього, можемо зробити висновок, що формування толерантності у дітей дошкільного віку в умовах інклюзивного середовища є важливим напрямом сучасної дошкільної освіти. І потребує роботи над цим питанням, бо як показує

практика нормотипові діти і їхні батьки мало обізнані з такими поняттями як: інклюзія, особливі діти і т.д. Ефективність формування цих якостей залежить від створення позитивного психологічного клімату, використання різноманітних методів і форм роботи, організації спільної ігрової та наукової діяльності дітей, а також активної взаємодії батьків та педагогів. Саме системний підхід до вирішення цієї проблеми сприятиме вихованню толерантної та соціально активної особистості, здатної до поваги, емпатії та підтримки оточуючих людей.

ЛІТЕРАТУРА

1.Бабій М. Толерантність: теоретичні та практичні засади // Українське релігієзнавство. 1996. № 4. С. 6–13.

2.Данілавічюте Е. А., Литовченко С. В. Стратегії викладання в інклюзивному навчальному закладі : навч.-метод. посіб. / за ред. А. А. Колупаєвої. Київ : Видавнича група «А. С. К.», 2012. 360 с.

3.Заверико Н. В., Соловійова А. В. Виховання толерантності у школярів як умова розвитку інклюзивної освіти в Україні // Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка : зб. наук. пр. 2018. № 29.

4.Лапезіна М. О. Формування толерантності молодших школярів до дітей з особливими потребами в умовах інклюзивного класу.

5.Халімовська О. І. Формування толерантного ставлення до дітей з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі // Житомирський дошкільний навчальний заклад № 46. Житомир, Україна. С. 117.

6.Шевченко В. Р. Казкотерапія як засіб морального виховання дітей дошкільного віку. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2023. 11 с.

Іванна СІТАРСЬКА,

Здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СУЧАСНІЙ ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ: ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

Сучасний етап розвитку цивілізації, що характеризується безпрецедентним прискоренням технологічного прогресу та тотальною цифровізацією всіх сфер людського буття, закономірно продукує глибинні трансформації в освітніх системах, причому сегмент дошкільної освіти, в силу своєї специфічної орієнтації на найбільш сенситивний період онтогенезу особистості, опиняється в епіцентрі складного діалектичного протистояння між імперативом збереження самоцінності дитинства та невідворотністю технологічної модернізації педагогічних практик. Теоретичне осмислення інноваційних технологій у цій царині вимагає відходу від спрощених технократичних трактувань на користь розуміння інновації як багатовимірного соціокультурного феномену, що інтегрує в собі новітні досягнення нейронаук, когнітивної психології, інформатики та інженерії, водночас імпліцитно несучи в собі ризики дегуманізації освітнього простору та нівелювання емоційно-ціннісного компонента педагогічної взаємодії. Саме в цій площині напруги між технологічним прогресом та гуманістичною традицією і розгортається актуальна наукова рефлексія щодо тенденцій, перспектив та потенційних загроз, які несуть у собі інноваційні технології для системи дошкільного виховання [2].

Фундаментальною тенденцією, що визначає вектор трансформації дошкільної освіти, виступає тотальна діджиталізація освітнього середовища, яка вже не обмежується простим впровадженням аудіовізуальних засобів навчання, а передбачає формування цілісних інтерактивних екосистем, здатних адаптуватися до індивідуальних когнітивних стилів та темпів розвитку конкретної дитини. Інтерактивні панелі, мультитач-столи, підлогові проекційні системи та комплекси доповненої реальності еволюціонують із розряду епатажних дидактичних засобів у рутинні інструменти педагогічної діяльності, що дозволяють візуалізувати абстрактні поняття, моделювати недоступні для безпосереднього сприйняття

процеси та явища, створюючи тим самим унікальне когнітивне поле для розвитку вищих психічних функцій. Однак особливу наукову значущість становить не стільки сама наявність цих технічних артефактів, скільки іманентно притаманна їм потенція до трансформації суб'єкт-об'єктних відносин у педагогічному процесі, адже інтерактивність як атрибутивна характеристика цифрових пристроїв об'єктивно сприяє переходу від трансляційної моделі навчання, де дитина виступає пасивним реципієнтом знань, до конструктивістської парадигми, в межах якої дошкільник набуває статусу активного суб'єкта власного когнітивного розвитку, котрий через маніпуляцію з віртуальними об'єктами самостійно відкриває закономірності навколишнього світу [4].

Паралельно з апаратним забезпеченням відбувається бурхливий розвиток спеціалізованого програмного забезпечення, яке дедалі більшою мірою спирається на алгоритми штучного інтелекту та машинного навчання, що відкриває принципово нові горизонти для індивідуалізації освітніх траєкторій та діагностики когнітивного розвитку дітей. Інтелектуальні навчальні системи нового покоління здатні в режимі реального часу аналізувати поведінкові патерни дитини, ідентифікувати латентні труднощі у засвоєнні матеріалу та автоматично генерувати адаптивний контент, який враховує зону найближчого розвитку конкретного вихованця з точністю, недосяжною для людини-педагога в умовах групового виховання. Проте саме в цій точці технологічного оптимізму виникає гостра епістемологічна проблема, пов'язана з принциповою обмеженістю алгоритмічного підходу до оцінки таких складних і багатовимірних феноменів, як дитяча творчість, емоційний інтелект, моральне становлення особистості чи становлення суб'єктності, які не піддаються однозначній операціоналізації та квантифікації, а отже, ризикують бути витісненими на маргінес освітнього процесу при некритичному впровадженні систем штучного інтелекту. Ця суперечність актуалізує необхідність розробки нових методологічних підходів, які б дозволили органічно інтегрувати аналітичну міць машинного навчання з холістичним, екзистенційно-орієнтованим баченням розвитку дитини, властивим гуманістичній педагогіці.

Окремого теоретичного аналізу потребує феномен гейміфікації дошкільної освіти, яка в сучасному науковому дискурсі трактується амбівалентно: з одного боку, як потужний інструмент підвищення мотиваційної залученості дітей, що апелює до природньої потреби у грі як провідному виді діяльності в дошкільному віці, а з іншого – як потенційно небезпечна практика, що через надмірне захоплення зовнішніми стимулами здатна призвести до атрофії внутрішньої пізнавальної мотивації та формування залежності від миттєвого зворотного зв'язку, характерної для адиктивної поведінки. Сучасні гейміфіковані освітні платформи пропонують складні наративні структури, системи рівнів, досягнень та віртуальних винагород, що створюють ілюзію неупинного прогресу, проте існує цілком обґрунтоване побоювання, що така організація освітнього процесу імпліцитно привчає дитину до сприйняття навчання як суто гедоністичного акту, позбавленого цінності зусилля та подолання, які є невід'ємними складовими справжнього пізнання. Крім того, лавиноподібне поширення гейміфікованих застосунків для раннього навчання читання, лічби та іноземних мов за відсутності належного науково-методичного супроводу та контролю з боку фахівців створює загрозову ситуацію, коли формальні операційні навички формуються у відриві від розвитку фундаментальних когнітивних передумов, таких як фонематичний слух, просторові уявлення чи довільна регуляція діяльності, що в перспективі може спричинити серйозні труднощі на наступних етапах систематичного навчання [1].

Розгляд перспектив розвитку інноваційних технологій у дошкільній освіті неможливий без аналізу імерсивних технологій віртуальної та доповненої реальності, які, незважаючи на поточну обмеженість їх застосування через високу вартість обладнання та невирішеність психофізіологічних питань, розглядаються провідними футурологами освіти як магістральний напрямок еволюції освітнього простору. Принципова відмінність імерсивних технологій від традиційних засобів унаочнення полягає в ефекті присутності та можливості мультисенсорної взаємодії з тривимірними об'єктами, що створює безпрецедентні можливості для формування цілісних, емоційно забарвлених уявлень про досліджувані явища, наближаючи освітній досвід до безпосереднього чуттєвого пізнання. Однак саме ця надзвичайна

переконливість віртуальних світів містить у собі імпліцитну загрозу, особливо виражену стосовно дошкільників із притаманною їм несформованістю критичного мислення та розмитістю меж між реальним і уявним, адже існує цілком реальний ризик виникнення феномену семантичного зміщення, коли набуті у віртуальному середовищі знання та навички виявляються нерелевантними або навіть дезадаптивними в контексті фізичної реальності з її неклікабельними об'єктами та незворотністю наслідків дій [3].

Не можна оминати увагою і стрімкий розвиток технологій інтернету речей та носимих пристроїв, які, проникаючи в простір дошкільних закладів, уможливають створення систем безперервного біометричного моніторингу, що відстежують рухову активність, фази сну, показники серцевого ритму та рівень стресу вихованців, генеруючи масиви даних для предиктивної аналітики та раннього виявлення відхилень у психофізичному розвитку. Цей технологічний тренд, перебуваючи на піку хайпу, акумулює в собі максимальну концентрацію етичних дилем, пов'язаних із безпрецедентним вторгненням у приватність дитини, формуванням тотального цифрового профілю з раннього дитинства та потенційними можливостями маніпулятивного впливу на поведінку на основі зібраних біометричних даних. Попри очевидну клінічну цінність таких систем для дітей з особливими освітніми потребами, їх тотальне впровадження в масову практику без широкого суспільного обговорення, розробки відповідної нормативно-правової бази та формування культури етичного поводження з персональними даними становить суттєву загрозу фундаментальним правам і свободам особистості, закладаючи підвалини для формування суспільства тотального контролю [2].

Синтезуючи вищевикладене, слід дійти висновку, що сучасна дошкільна освіта переживає період кардинальної парадигмальної трансформації, рушійною силою якої виступає конвергенція цифрових, когнітивних та соціогуманітарних технологій, що в сукупності не просто модернізують інструментарій педагога, але й піддають ревізії фундаментальні уявлення про природу дитинства, механізми розвитку та цілі освіти в цифрову епоху. Аналіз тенденцій засвідчує неухильне просування від локальних, точкових інновацій до формування цілісних

технологічних екосистем, які дедалі більшою мірою набувають властивостей саморегуляції та адаптивності завдяки впровадженню алгоритмів штучного інтелекту, що, з одного боку, відкриває безпрецедентні можливості для індивідуалізації та підвищення ефективності освітнього процесу, а з іншого – породжує безліч невирішених питань етико-філософського, психологічного та юридичного характеру. Перспективи подальшого розвитку видаються іманентно пов'язаними з поглибленням зазначених суперечностей, і ключовою науково-практичною проблемою найближчого майбутнього стане пошук консенсусу між технологічною ефективністю та антропологічною доцільністю, між алгоритмічною точністю та гуманістичною невизначеністю, між глобальною уніфікацією освітніх практик та збереженням культурно-обумовлених моделей виховання. Від успішності вирішення цієї фундаментальної дилеми залежатиме, чи стануть інноваційні технології потужним інструментом розкриття та збагачення людського потенціалу, або ж перетворяться на фактор ризику, що загрожує самій сутності дитинства як унікального, самодостатнього та безцінного періоду людського життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко О., Білан В. Інноваційні технології у дошкільній освіті: сучасні тенденції та перспективи розвитку. URL: <https://perspectives.pp.ua/index.php/vno/article/view/32949/32911> (дата звернення: 07.05.2026)
2. Дудник Н., Карпенко О., Свйонтик О. Сучасні технології дошкільного виховання: навчальний посібник для студентів другого (магістерського) рівня освіти спеціальності : 012 Дошкільна освіта. Дрогобич : ДДПУ ім. Івана Франка, 2023. 300 с.
3. Інноваційні технології в галузі дошкільної освіти. URL: <https://vseosvita.ua/library/innovacijni-tehnologii-v-galuzi-doskilnoi-osviti-454538.html> (дата звернення: 07.05.2026)

4. Інтеграція LEGO-технологій в освітній процес. URL:
<https://vseosvita.ua/library/integracia-lego-tehnologij-v-osvitnij-proces-411892.html>
(дата звернення: 07.05.2026)

ІНТЕГРАЦІЯ ІННОВАЦІЙНИХ МЕТОДИК У ПОЧАТКОВУ ОСВІТУ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Наталія БОГДАНОВСЬКА,

Здобувачка фахової передвищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ФІЛОСОФІЯ СЕРЦЯ ЯК ОСНОВА ГУМАННОГО ПІДХОДУ В ОСВІТІ

Гуманна педагогіка відроджує класичну ідею про серце як джерело людської сутності, перетворюючи емоційний інтелект і чуйність на головні інструменти освітнього процесу.

Серце – в старослов'янській мові вживалося у значенні центр, осередок чогось, наприклад, життя.

«Філософія серця» (або кордоцентризм) є фундаментальною рисою української інтелектуальної традиції, що розглядає «серце» як центр духовності, емоцій, моралі та справжнього пізнання.

Поняття використовувалось ще у православній філософії з часів Київської Русі, тому займає важливе місце у працях перших українських філософів, як-от Григорій Сковорода чи Памфіл Юркевич [2,3].

Гуманний підхід до освіти визначає філософію серця вихованням, що спрямоване не лише на розвиток розуму, а формування духовної та цілісної особистості.

У кордоцентричній філософії серце вважається основою емоційних функцій людини.

Вперше проблему взаємозв'язку серця і емоцій піддає науковому аналізу з позицій психології та фізіології видатний український філософ і психолог Памфіл Юркевич (1826–1874) у своїй праці *«Серце і його значення в духовному житті людини за вченням про Слово Божє»*, яка побачила світ у 1860 році.

На зв'язок емоцій із серцем людини вказують вислови:

- «серце радіє»,
- «серце сумує»,
- «сердитися»,
- «любити всім серцем»,
- «відчувати серцем».

І прислів'я та приказки різних народів:

- «У сердитого й серце дурне»;
- «Нехай мене той не займає, хто в серці кохання не має»;
- «Не мовою, а сердечністю має відрізнитись людина від звіра».

Це є прикладом того, що серце вважається центром людяності, без якого освіта та розвиток втрачають сенс.

З погляду гуманної педагогіки це означає, що лише через виховання добрих почуттів і любові можна сформувати справжню особистість.

Сформувався цілий напрям *«філософія серця»*, ідеї якого простежуються ще в античних філософів та проходять крізь усю історію європейської філософії.

Філософію серця започаткував Дмитро Чижевський. Аналізуючи творчу спадщину Григорія Сковороди, Миколи Гоголя, Пантелеймона Куліша, Памфіла Юркевича, як типових представників національної традиції, Чижевський сформулював поняття «філософія серця», яке є «характеристичним для української думки»[2].

Однією з найяскравіших форм прояву філософії серця у XX столітті вважається гуманістична парадигма виховання Василя Сухомлинського.

Він створив модель школи, де емоційний стан дитини був важливішим за навчальну програму.

Вважав, що не можна навантажувати розум дитини, якщо її серце не налаштоване на сприйняття, тому за рік до початку офіційного навчання він створив групу для малюків, які під час занять не сиділи за партами, а гуляли в лісі та малювали.

Він довів, що гуманний підхід – це передусім психологічний комфорт. Якщо дитина боїться школи або вчителя, її «серце закривається», а інтелектуальний розвиток зупиняється.

На початку ХХІ століття проблему філософії серця розробляють:

- Олексій Ковалевський – фокусується на ролі серця, як центру морального життя людини альтернативного суто раціональному способу пізнання світу.

- Олександр Лук'яненко – розробляє концепцію родоцентричності, тобто педагогіки, яка розглядає виховання як процес збереження і передачі родової пам'яті та духовного досвіду поколінь [1].

Вони переосмислюють кордоцентризм, переносячи акцент з виключно релігійного тлумачення на антропологічний, національний та духовний компоненти.

Сучасні методи педагогіки серця Марії Монтесорі та Рудольфа Штайнера спрямовані на емоційно-естетичний розвиток (інтеграція мистецтва, ліплення, малювання, розповіді казок, практичної діяльності, фокус уваги на почуттях учнів та відсутність оцінок), проектне навчання і STEAM-методи заохочують креативність та самовираження [2].

Концепція НУШ наголошує на «вихованні на основі цінностей», такі як: гідність, справедливість, співчуття, відповідальність, патріотизм[4]. Навчання через цінності створює емпатичне середовище і розвиває вміння співпрацювати.

Завдяки гуманному підходу філософії серця діти стають більш впевненішими у собі та проявляють емпатію. Відносини вчителя та учнів будуються на взаємній повазі.

Такий підхід виховує творчих та відповідальних громадян.

Застосовувати педагогіку серця можна через

- зацікавленість внутрішнім світом учнів;
- підтримку учнів у прагненні до розвитку;
- забезпечення атмосфери довіри та поваги;
- сприйняття кожної дитини як окремої особистості, що потребує особливої уваги.

Основні положення огляду філософії серця як основу гуманного підходу в освіті

1. Гуманна освіта розглядає навчання як процес, де розвиток критичного мислення невіддільний від формування моральних цінностей особистості.

2. Згідно з філософією серця, глибоке засвоєння знань відбувається лише тоді, коли вони проходять через внутрішню систему оцінок учня, стаючи основою його особистих переконань.

3. Педагогіка серця передбачає побудову навчального процесу на основі довіри та співпраці, де вчитель фокусується на розкритті індивідуального потенціалу кожної дитини через емоційний зв'язок і підтримку.

Отже, «Педагогіка серця» - ефективний напрям встановлення емоційного контакту в процесі педагогічної взаємодії.

Василь Сухомлинський стверджував : «Виховання великого, доброго серця – це, образно кажучи, турбота про ту гілку, на котрій зеленіють пишні паростки людяності, гуманності»[6].

ЛІТЕРАТУРА

1. Гнатюк Я. С. Український кордоцентризм у конфлікті міфологій та інтерпретацій: монографія. Івано Франківськ : Симфонія форте, 2010. 184 с.
2. Дубровіна К. О. «Філософія серця» в українській культурній традиції. Мультиверсум. Філософський альманах. 2006. № 52. С. 11–44.
3. Кавалерова Н. А., Іванова Н. В. Філософсько- освітні горизонти Григорія Сковороди: монографія. Одеса, Астро-принт, 2010. 152 с
4. Концептуальні засади реформування середньої освіти «Нова українська школа» URL : <https://osvita.ua/doc/files/news/520/52062/new-school.pdf>

5. Нова українська школа: poradnik dla vchytelja / Pid zag. red. Bibik H. M. Kyiv : TOB «Vydavnyчий dim «Plejadi», 2017. 206 s.
6. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям / В.О. Сухомлинський // Вибр. твори : в 5 т. — К. : Рад. шк., 1977. Т. 3. С. 7–279.

*Маргарита БРИКОВА,
Здобувачка фахової передвищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

СУТНІСТЬ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Нова українська школа вимагає від вчителя початкової школи здатності здійснювати освітній процес на засадах довіри, поваги, емпатії; вміти свідомо виражати та керувати власними емоціями, розпізнавати, розуміти емоційний світ молодших школярів, створювати позитивний емоційний настрій та сприятливий психологічний клімат у класі. Все це вимагає від учителя сформованості емоційної компетентності.

Першим застосував термін «емоційна компетентність» американський психолог Д. Гоулман, який трактує його як динамічне особистісне явище, до складу якого входять особистісні властивості та соціальні навички, що стосуються емоцій та їх регулювання. Дослідження вітчизняних вчених С. Дерев'янка, Н. Коврига, О. Льошенко, В. Моргун, Е. Носенко [1,2,3] показують шляхи розвитку емоційної компетентності.

Концепція Нової української школи вимагає від учителів початкових класів здатності здійснювати освітній процес на емоційному підґрунті, розвиток умінь розуміти емоційний стан учнів і свідомо керувати власними емоціями.

Аналіз наукової літератури показує, що серед дослідників емоційної компетентності немає однозначної думки щодо трактування цього феномену. У дослідниці Керолін Саарні [4] емоційну компетентність –це сукупність восьми

здібностей: усвідомлення власних емоційних станів; здатність розрізняти емоції інших; здатність використовувати словник емоцій та форми їх вираження, характерні для певної культури; здібність включення в переживання інших людей; здатність розуміти, що внутрішній емоційний стан не обов'язково відповідає зовнішньому прояву як у самого індивіда, так і в інших людей; здатність справлятися зі своїми негативними переживаннями; усвідомлення того, що структура та характер взаємовідносин у певній мірі визначається тим, як емоції виражаються у взаємовідносинах; здатність бути емоційно адекватним, тобто приймати власні емоції (Саарні, 1990).

Ф. Искандерова включає до складу емоційної компетентності такі вміння [4]:

- усвідомлювати й оцінювати себе;
- складати план особистого розвитку;
- управляти собою;
- мотивувати себе, визначати чіткі напрями руху, мати позитивний настрій, робити своє життя і роботу цікавими;
- розуміти людей, їх емоції, почуття;
- бути терпимим; будувати взаємини довіри, поваги;
- домовлятися, бути хорошим учасником команди.

Розглянемо складові емоційної компетентності вчителя початкової школи (особистісна та міжособистісна) через призму вимог Нової української школи.

Особистісна компетентність вчителя проявляється у вмінні виражати власні емоції, стан за допомогою міміки обличчя, жестів, інтонаційності мовлення, сили і висоти голосу [1]. Здатність яскраво виражати власний емоційний стан впливають на емоційність викладу навчального матеріалу. Володіння технікою мовлення (логічний наголос, смислові паузи, емоційність та виразність мовлення) сприяє кращому розумінню матеріалу учнями.

Педагогу переживанням важливо оволодіти вмінням надавати своїм педагогічній спрямованості, посилювати або послаблювати емоційні переживання відповідно до навчальних завдань, підкреслювати особистісне ставлення до матеріалу, що вивчається.

Молодші школярі відчувають труднощі у називанні, описуванні емоційних переживань словами. Учитель початкової школи на власному прикладі показує різні відтінки вираження емоцій учням, розширюючи їх світ почуттів та уміння виражати власні емоції.

Одним із орієнтирів Нової української школи є наявність партнерських взаємин вчителя і учнів, їх батьків та колег. Цьому сприяють відкритість, щире вираження власних почуттів і переконань, оптимізм учителя.

Якщо людина здатна усвідомлювати власний емоційний стан, то вона легше зможе впоратися з почуттями, долати стресові ситуації, швидше відновлювати емоційний баланс.

Учителі, впевнені у своїх цінностях, справедливі й відверті, спроможні відкрито говорити про свої почуття, здатні обирати кращий спосіб поведінки в складних ситуаціях,

Керування власними емоціями передбачає уміння управляти власними внутрішніми станами, імпульсами, ресурсами; визначати джерело і причину виникнення емоцій, змінювати інтенсивність емоцій, замінювати їх на інші. Керування власними емоціями дозволяє ефективно і швидко долати небажані емоційні стани, протистояти емоціогенним впливам, що виявляється у вигляді зусиль заспокоїтися, позбавитись тривожного стану, який виникає [2].

Міжособистісна компетентність передбачає здатність адекватно сприймати емоції інших людей, розпізнавати їх емоційний стан [3].

Оволодіння вчителем початкової школи міжособистісною компетентністю допоможе визначати емоційний стан школярів, проникати в їх внутрішній світ.

Молодші школярі мають високу емоційну нестійкість, часту зміну емоційних настроїв, схильність до короткочасних й інтенсивних емоційних реакцій. Проте їм притаманний загальний фон життєрадісності, бадьорості, веселості, безтурботності. Учитель має мудро сприймати, підтримувати позитивні та попереджати, уникати негативних емоцій школярів..

Емпатія – це розуміння емоцій інших, визначення емоційних станів людей за вербальними і невербальними ознаками; сприйнятливість до почуттів та поглядів.

Для побудови індивідуальної траєкторії розвитку кожного вихованця, учитель молодших класів має вміти визначати і розуміти емоції, які переживають діти, аналізувати їхню емоційну сферу, шукати способи впливу на цінності та поведінку здобувачів освіти.

Здатність розуміти внутрішній стан молодших школярів, їх емоційний стан допоможе вчителю позитивно ставитися до кожного, приймати їх такими, які вони є; поважати несхожість, підтримувати почуття власної гідності, співпереживати. Розуміння емоційного стану школяра допомагає вчителю встановити емоційний контакт, налагодити емоційне спілкування, що означає досягти спільності емоційних позицій та емоційних переживань.

Педагогічна емпатія пов'язана з співчутливістю та передбачає розуміння вчителем психічного стану, емоцій, почуттів, переживань учнів.

У стосунках педагога зі школярами виявляється емоційна й особистісна відкритість, налаштованість на індивідуальний стан, довіра.

Учителю початкової школи важливо вміти дослухатися до переживань школярів, розуміти їх приховані почуття; відчувати себе на місці дитини, відчувати її біль, радість, міркування, бути тактовним, делікатним, ввічливим, турботливим. Такі вчителі намагаються створити сприятливий психологічний клімат у класі, моделювати освітній процес з урахуванням емоційної складової молодших школярів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дерев'янка С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах *Соціальна психологія*. 2008. № 1. С. 96 – 104.
2. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
3. Льошенко О.А. Проблеми розвитку емоційної компетентності *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Збірник наукових праць*. Київ : Логос, 2012. Вип. 14. 2012. С. 119 – 126.
4. Моргун В.Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості *Постметодика*. 2010. № 6. С. 2 – 14.

*Єлизавета Василенко,
здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

*Науковий керівник: **Наталія ДЕНЬГА**,
кандидат педагогічних наук
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

ІНТЕГРОВАНІ ПІДХОДИ ДО ВИКЛАДАННЯ МАТЕМАТИКИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Модернізація змісту освіти, впровадження інтегрованих підходів у практику навчання початкової школи спонукають учителів до формування цілісно розвиненої та творчої особистості дитини. На цьому фоні перед сучасною початковою школою, зокрема перед системою математичної освіти молодших школярів, постають нові виклики. Ефективність розвитку математичних навичок в учнів початкових класів залежить від застосування інноваційних ідей, методів та прийомів у практичному навчанні. Сучасні дослідники вважають інтегроване навчання основою для реформування математичної освіти в початкових школах. Оскільки така діяльність забезпечує цілісне й активне засвоєння знань, розвиток інтегративного мислення молодших школярів [3, с. 82].

Сучасний етап розвитку початкових шкіл характеризується зростанням складності навчального матеріалу, зростанням обсягу інформації, дедалі коротшим часом обробки та формуванням світогляду дітей. Сучасна система освіти, яка робить акцент на розвитку особистості, вимагає поваги до індивідуальності кожного учня

та змушує вчителів застосовувати методи навчання, адаптовані до індивідуальних потреб. Це наближає освіту до потреб нашого часу.

У цьому контексті спільні дослідження педагогіки та практики щодо розробки інтегрованих підходів вважаються надзвичайно корисними та продуктивними. Дослідження, спрямовані на вдосконалення системи освіти, сприяли відродженню методологічної концепції інтегрованого навчання. Тому дослідження придатності інтегрованих підходів мають велике значення сьогодні. У сучасному контексті уроки повинні бути креативно розроблені. Педагоги повинні оптимально використовувати досвід інших вчителів та знаходити більш ефективні способи введення нового змісту та закріплення раніше вивченого матеріалу [6, с. 23].

Адже отримання знань та розвиток навичок на уроці математики – це не простий процес. Існують різноманітні завдання, методи, прийоми та формати навчальних матеріалів, що дозволяє використовувати широкий спектр варіантів навчання. Одним із способів вирішення цієї проблеми є поєднання наукових основ з міждисциплінарним навчанням. Звичайно, міждисциплінарне навчання може бути розроблене на основі ретельної інтеграції предметів, широкої міждисциплінарної інтеграції та поєднання галузей знань з окремих предметів.

Ідея інтеграції знань може супроводжувати всі уроки математики в початковій школі. Основною організаційно-педагогічною формою цього процесу є інтегроване навчання разом із інтегрованими фрагментами, тематичними тижнями та днями. Загалом питання інтегративних підходів до навчання початкової математики останнім часом набуло актуальності в освітянській спільноті.

Власне, В. Войналович наголошує, що проектування освітнього процесу в початковій школі з викладання математики відповідно до інтегрованого підходу вимагає центральної ідеї інтеграції, тобто забезпечення цілісності предметних знань. Інтегроване навчання означає відбір та поєднання навчальних матеріалів з різних предметів для досягнення всебічного та інтегрованого вивчення важливих міждисциплінарних тем на основі інтегративного педагогічного підходу [2].

Звісно, інтегровані підходи є частиною системи освіти між існуванням значної кількості ефективно ізольованих навчальних предметів і необхідністю формування

цілісних систем знань у свідомості учнів для вирішення існуючих протиріч. Потреба в знаннях різноманітних тем і складних застосувань на практиці.

Метою інтегративного навчання на уроках математики є розвиток якісно нових інтегративних якостей особистості. Це проявляється в здатності мислити інтегративно, цілісно бачити дидактичний зміст, володіти способами його засвоєння і трансформації та використовувати для вирішення прикладних задач.

Що стосується типів інтегрованого навчання, дослідження розрізняють змістово-орієнтоване або тематичне інтегроване навчання, інтегроване навчання з акцентом на розвиток практичних навичок і навчання, як діяти, і орієнтоване на цінності.

Зокрема, Н. Вегера наголошує, що інтегроване навчання в освітній практиці реалізується в таких організаційно-педагогічних формах, як інтегровані навчальні предмети, інтегровані курси, міжпредметні та проблемно-орієнтовані проєкти, позакласна діяльність, а також щомісячні, щотижневі та щоденні інтегровані предмети [1, с. 60].

Найпоширенішою організаційно-педагогічною формою інтегрованого навчання в педагогічній практиці є змішане навчання. Інтегрований урок – це структурований урок, який використовує знання, уміння та міркування з різних областей для досягнення мети.

Дослідження важливості інтегрованого навчання математики в початковій школі показують, що воно сприяє:

- формуванню в учня цілісне сприйняття об'єктивної дійсності та змісту матеріалу;
- розвитку навчальної мотивації та якісного засвоєння знань;
- формуванню вмінь спостерігати, аналізувати, прогнозувати, синтезувати, робити висновки та узагальнювати;
- розвитку умінь оцінювати наслідки пізнавальних процесів та власну роль у них;
- розширенню кругозір знань, шукати нову інформацію, встановлювати зв'язки між фактами, розвивати навички самостійної роботи тощо.

Особливостями інтегрованих уроків математики є розв'язування визначеного кола завдань, які можна опанувати лише шляхом інтеграції, органічне входження в структуру навчального процесу.

Систематичні джерела мають різні класифікації інтегрованого навчання. Найпоширенішими формами інтегрованого навчання математики в початкових класах є навчання за інтегрованими схемами, використання фрагментів інтегрованого навчання в структурі інтегрованого навчання та використання фрагментів інтегрованого навчання між предметами на різних етапах навчання.

Математика виступає формуючим напрямком навчання на уроках міжпредметної інтеграції з природознавством, образотворчим мистецтвом, трудовим навчанням, основами здоров'я, інтегрованими курсами «Я досліджую світ» тощо.

Варто зазначити, що використання інноваційних технологій та сучасних засобів електронного навчання відкриває можливості для комплексного підходу в початковому навчанні математики. Зокрема, інтерактивна технологія «мікрофон» використовується для безпосереднього обговорення проблеми, що дає можливість кожному висловити свою думку щодо вирішення. Цю технологію можна використовувати на інтегрованих уроках математики та основ здоров'я в усіх класах початкової школи, присвячених формуванню здорового способу життя. Учні пропонуються підготувати виступ на тему «Математика зміцнює здоров'я» та виступити з ним перед класом. Техніка «запис у процесі» часто поєднується з «мікрофоном», що дозволяє нам інтенсивніше працювати над нашою здатністю висловлювати свої думки та порівнювати себе з іншими. Ця технологія ідеально підходить для усних виступів на інтегрованому уроці математики та природознавства 3 класу на тему «Природа потребує допомоги» [4, с. 16].

Нова українська школа розглядає інтегративне навчання з точки зору тематичного та діяльнісного підходів. Методика діяльнісних підходів до реалізації інтегративного навчання математики передбачає використання евристичних і продуктивних методів навчання, інтерактивних технологій та інтегративних систем: організаційна система «Щоденні 3», «планувати тематичний день»; підтримання

візуальної схеми «Я-схема» для запису результатів обговорення щоденної діяльності учнів і вчителів; стратегії критичного мислення: мозковий штурм, асоціативні втулки (кластеризація), кубики тощо [5, с. 72].

Отже, розглядаючи особливості інтегративного підходу в початковому навчанні математики, можна зробити висновки про важливість і багатогранність інтегративного процесу. Процес закріплення передбачає закріплення та встановлення послідовності раніше відокремлених частин і є зручним і ефективним методом пізнання учнів початкових класів. Інтегроване навчання в процесі навчання математики та пізнавальна діяльність молодших школярів посідають важливе місце у розвитку їх здібностей. Оптимальне поєднання різних форм, методів і технологій навчання дозволяє підвищити ефективність інтегрованого процесу та його результативність. Зокрема, інтегроване навчання в Новій українській школі є тематично-орієнтованим, діяльнісним, комплексним та інноваційним, що пропонує педагогам широкий простір для подальшої творчої діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вегера Н. Інтегровані уроки в початковій школі. Харків: Ранок, 2018. 60 с.
2. Войналович В. В. Інтегроване навчання у початковій школі в умовах Нової української школи. *Actual Problems in the System of Education*. 2021. Режим доступу: <https://doi.org/10.18372/2786-5487.1.15832>
3. Іванчук М. Г. Основи технології інтегрованого навчання в початковій школі. Чернівці: Рута, 2017. 82 с.
4. Лихачова Л. Ф. Природа просить порятунку: інтегрований урок математики та природознавства у 3-му класі. Київ, 2014. 16 с.
5. Ніколенко Л. Нова українська школа: інтеграційний підхід у початковій загальній освіті. Київ, 2018. 72 с.
6. Скворцова С. О., Онопрієнко О. В. Компетентнісно-зорієнтовані задачі як засіб формування математичної компетентності учнів. *Початкова школа*. 2013. №3. 23 с.

ФІЛОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Ангеліна БАКАЙ,

Здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

АКТУАЛЬНО ПРО ЗМІНИ (2026) В НОВІЙ РЕДАКЦІЇ УКРАЇНСЬКОГО ПРАВОПISУ 2019

У сучасному мовному просторі питання унормування української мови набуває особливої ваги, адже мовні норми є важливим складником офіційної комунікації, освіти та діловодства. Після ухвалення нової редакції Українського правопису 2019 року значну увагу привернули редакційно-технічні правки, підготовлені Національною комісією зі стандартів державної мови у 2025-2026 роках. Ці зміни не передбачали запровадження нових орфографічних норм, проте були спрямовані на усунення друкарських помилок, технічних неточностей, внутрішніх суперечностей та уніфікацію мовного оформлення. Особливо актуальними стали уточнення щодо пунктуації, оформлення цитат, переліків, прямої мови, лапок і тире, а також стандартизація розділових знаків у діловому мовленні відповідно до вимог ДСТУ 4163:2020 [4].

Не менш важливими є зміни й уточнення у вживанні розділових знаків у новій редакції правопису. Хоча система пунктуації загалом залишилася сталою, правопис 2019 року деталізував функціонування скісної риски, тире та лапок, унормував правила оформлення цитування й прямої мови, а також уточнив випадки вживання розділових знаків у складних конструкціях. Це має практичне значення для освітньої сфери, медіа, наукового та офіційно-ділового стилів, оскільки правильне

використання пунктуації забезпечує точність, логічність і нормативність писемного мовлення.

Після ухвалення нової редакції Українського правопису 2019 року виникла потреба в упорядкуванні окремих положень, прикладів та технічних елементів тексту. Саме тому Національна комісія зі стандартів державної мови у 2025 році підготувала редакційно-технічні правки, які були офіційно затверджені у 2026 році як складник державного стандарту. Важливо зазначити, що ці зміни не стосувалися запровадження нових мовних норм, а були спрямовані на усунення друкарських помилок, внутрішніх суперечностей і неузгодженостей між окремими параграфами правопису. Значну увагу приділено уніфікації написання слів, оформленню прикладів та впорядкуванню пунктуації [3].

Одним із головних напрямів редакційно-технічних правок стало усунення розбіжностей у написанні слів, які в різних частинах правопису подавалися неоднаково. Наприклад, остаточно закріплено написання слова *Святвечір* разом, оскільки в попередній редакції траплялися варіанти як із дефісом, так і без нього. Уніфіковано також написання складних слів із компонентом “топ-” – топменеджер, топмодель, що тепер послідовно подаються разом відповідно до чинної норми. Виправлено й технічні неточності у вживанні слова “інтернет”, яке в тексті правопису раніше могло писатися як із великої, так і з малої літери. Після правок нормативним закріплено написання цього слова з малої літери як загальної назви глобальної мережі [1].

Окрему увагу приділено написанню конструкцій із числівником “пів”. У новій редакції правопису послідовно закріплено правило окремого написання: пів аркуша, пів години, пів Києва. Редакційно-технічні правки усунули приклади, у яких помилково зберігалися застарілі форми на зразок “піваркуша”. Також було уточнено написання складних прикметників, зокрема усунуто випадки неправильного використання тире й дефіса у словах по типу “громадсько-політичний” [1].

Суттєвих уточнень зазнали й правила вживання розділових знаків. У новій редакції правопису особливу увагу приділено оформленню прямої мови, цитат та використанню лапок. Правопис рекомендує вживати зовнішні «лапки-ялинки» та внутрішні “лапки-лапки” для уникнення графічного нашарування. Наприклад: «Цей мій “Кобзар”», – сказав він. Якщо використання різних типів лапок неможливе, однакові лапки поруч не повторюються. Такі уточнення сприяють точності оформлення тексту та покращують його візуальне сприйняття [1].

Уточнено й правила розміщення розділових знаків при цитуванні. Крпка, кома, крапка з комою, двокрапка й тире ставляться лише після закритих лапок, тоді як знак питання, знак оклику чи три крапки можуть стояти як перед лапками, так і після них – залежно від змісту речення. Наприклад: *Чи знайомі ви з романом Панаса Мирного «Хіба ревуть воли, як ясла повні?»*. У випадках, коли знак стосується лише цитати, його ставлять перед закритими лапками; якщо ж він стосується всього речення – після них [1].

Важливим аспектом правописних змін стало уточнення функцій тире. Зокрема, у реченнях із прямою мовою після репліки перед словами автора тепер ставиться лише тире без коми, якщо слова автора починаються словами «так», «ось що тощо»: *“Треба завжди бути чесними» – так мовила мати”*. Крім того, було уточнено правила вживання тире між підметом і присудком відповідно до 159-го параграфу правопису [2].

У діловому мовленні та діловодстві редакційно-технічні правки сприяли узгодженню правописних норм із вимогами ДСТУ 4163:2020. Було стандартизовано оформлення переліків, адресатів, дат, числових діапазонів і реквізитів документів. Наприклад, у маркованих списках, де пункти починаються з малої літери, у кінці рекомендовано ставити крапку з комою, а якщо пункти є окремими реченнями – крапку. Уточнено й правила оформлення адресата без уживання коми між посадою та назвою установи: *Директору ТОВ «Вектор» Івану ПЕТРОВУ*.

Фахівці з питань мови: також правопис конкретизував правила вживання скісної риски (/), яка перетворилася на повноцінний розділовий знак у науковому та офіційно-діловому стилях. Вона вживається для вираження співвідношення (курс гривні/долар), для позначення роком навчання (2024/2025 н. р.), для скорочень (км/год, р/р) та у виразах виду «і/або». Такі норми ведуть до стандартизації сучасного українського письма, а відтак до забезпечення єдності мовних засобів у різних сферах суспільного життя [1].

Отже, редакційно-технічні редакції українського правопису – це вагомий крок у напрямі підвищення мовних стандартів. У них усунуті суперечності, уніфікований правопис, наведені в один ряд нормотворчі дії щодо пунктуації, що супроводжує текст певного закону точності, грамотності, підвищення загальної культури сучасної української мови.

ЛІТЕРАТУРА

1. Державний стандарт: Український правопис (редакція 2026 року) [Електронний ресурс] / Національна комісія зі стандартів державної мови. — Режим доступу: <https://mova.gov.ua/storage/app/sites/19/2026/rishennja-komisiji/01-03/sdm-ukrayinskii-pravopis-vidannia.pdf> (дата звернення: 09.05.2026)
2. Правопис української мови: повний гід 2026 [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://wem.ua/pravopys-ukrainskoi-movy-povnyi-hid-2026/> (дата звернення: 10.05.2026)
3. Про Український правопис 2026 [Електронний ресурс] / Національна комісія зі стандартів державної мови. — Режим доступу: <https://mova.gov.ua/news/pro-ukrainskyi-pravopys-2026> (дата звернення: 08.05.2026)

4. У Комітеті з питань гуманітарної та інформаційної політики обговорили стан впровадження норм українського правопису [Електронний ресурс] / Верховна Рада України. — Режим доступу:

https://www.rada.gov.ua/news/news_kom/271678.html (дата звернення: 08.05.2026)

Софія ГАЛАБУДСЬКА,
Здобувач фахової передвищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
"Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія"
Полтавської обласної ради
м.Кременчук

ПРОЄКТ З УДОСКОНАЛЕННЯ МОВЛЕННЯ

Одним із компонентів освітньо-професійної програми “Середня освіта (Українська мова і література. Англійська мова) рівня фахової передвищої освіти у Комунальному закладі вищої освіти “Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія” Полтавської обласної ради є навчальна практика “Культура і техніка мовлення” [4].

Завданнями практики є:

- ознайомлення з основними вимогами до культури мовлення вчителя-словесника;
- формування навичок культури усного та писемного мовлення, мовного чуття, загальної культури професійного спілкування, редагування власного й чужого мовлення;
- ознайомлення з можливостями інтернету для використання в роботі вчителя;
- створення дидактичних матеріалів для застосування в майбутній педагогічній діяльності.

Центральними поняттями практики є культура й техніка мовлення. Опанування культури мовлення “передбачає здатність чітко й логічно формулювати думки в усній та письмовій формах, точно передавати зміст повідомлення, добирати адекватні мовно-виражальні засоби відповідно до комунікативної мети й ситуації ” [6].

Техніка мовлення “визначає норми артикуляції звуків, використання відповідних пауз, сили, темпу і тембру голосу як інтонаційних елементів висловлення” [3].

Дослідженню ролі сформованої культури й техніки мовлення в професійній діяльності присвятили свої роботи К.Я. Климова, М.Я. Фенко, І. А. Кравцова, Л. Р. Шпачук, С.В. Толочко, Л.Ф. Чернікова, А.О. Огар та ін.

Одним із завдань практики "Культура і техніка мовлення" є індивідуальний довгостроковий (річний) проєкт з удосконалення власного мовлення, мета якого – поступово позбутися мовних помилок і зробити мовлення більш грамотним та впевненим.

У процесі проєктної діяльності заплановано такі кроки:

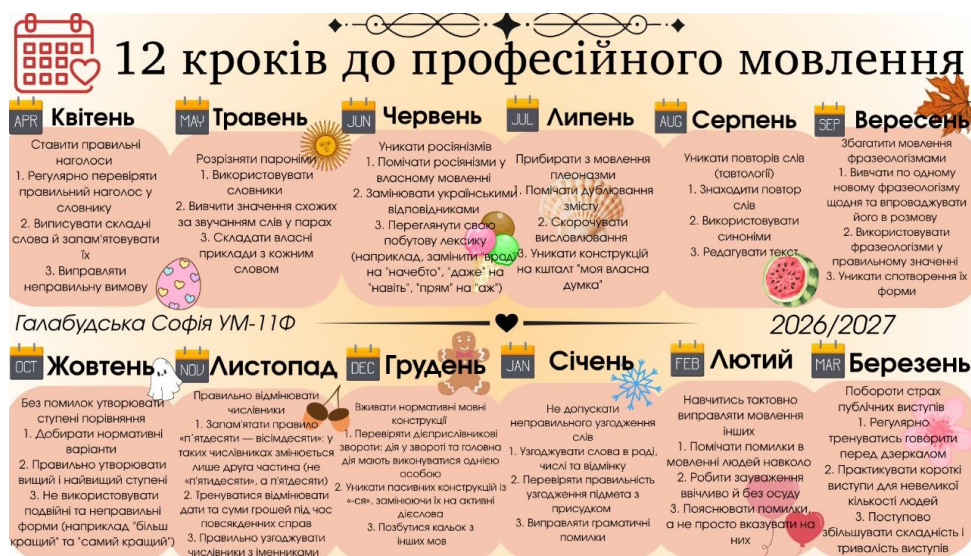
- аналіз власного мовлення із залученням викладачів-словесників, рідних, друзів;
- планування роботи з удосконалення мовлення на кожен із 12 місяців;
- планування шляхів усунення недоліків і покращення мовлення;
- ознайомлення з ресурсами, які стануть у пригоді під час проєкту, накопичення довідкового матеріалу в портфоліо;
- вибір людини для підзвітності;
- оформлення календаря проєкту та розміщення його в портфоліо;
- презентація проєкту на зустрічах у межах практики;

– щоденний, щотижневий, щомісячний самоконтроль і самоаналіз, а також аналіз роботи й успіхів людиною, якій студент підзвітний;

– звіт про успіхи під час практики та занять з української мови.

Для візуалізації план удосконалення мовлення представлено у вигляді календаря.

Він складається з 12 місяців, як будь-який календар на рік.



Календар удосконалення мовлення

У першому місяці взято за мету правильне наголошування слів. Це важливо для точності висловлювання й грамотного мовлення, оскільки наголос іноді може змінювати значення слова (наприклад, *ві́года* – *користь*, *виго́да* – *зручність*) [2, с.71-73]. Якщо в тексті чи власному висловлюванні трапляється слово, у наголошуванні якого немає впевненості, необхідно звернутися до словника, записати це слово, повторити декілька разів і намагатися запам'ятати й надалі контролювати себе під час вимови. Ефективним є запам'ятовування наголосів за допомогою асоціацій або контексту (наприклад, *до́нька плескала в долоньки і дочка́ у козачка*).

Наступного місяця заплановано розширити словниковий запас паронімами й контролювати правильне їх уживання. Пароніми – це слова, схожі за звучанням, але різні за значенням (наприклад, *вдача* – *характер людини*, *удача* – *успіх*) [2, с.22]. Неправильне їх уживання призводить до неточностей у мовленні, тому важливо навчитися їх розрізняти за допомогою словників і правильно використовувати.

Складання власних прикладів із кожною парою допомагає назавжди закріпити їх у пам'яті.

Третій місяць – можливість для уникнення суржику та росіянізмів, наприклад, *вроді, даже, да тощо*. Переважна більшість мовців знає нормативні відповідники, але їм не вистачає самоконтролю для чистоти мовлення, і над цим необхідно працювати. Також дієвим є споживання виключно україномовного контенту.



Наступний місяць – час для усунення плеоназмів, тобто зайвих слів, які дублюють значення одне одного. Уникнення таких словосполучень, як *перший дебют* (правильно: *дебют*) або *моя власна думка* (правильно: *моя думка*), допомагає висловлюватися без мовної надмірності. Щоб уникати плеоназмів, потрібно звертати увагу на контекст, значення слів, логічну побудову речень; користуватися тлумачним словником; уникати канцеляризмів і штампів; замінювати зайві слова й вислови на більш точні [7].

Далі можна розпочати позбавлятися тавтології. Хоча ці два явища схожі, плеоназм – це надмірність у структурі фрази, а тавтологія – це повторення одного й того ж слова чи спільнокоренових слів [5]. Для досягнення успіху на цьому етапі слова потрібно замінювати синонімами; після завершення написання тексту обов'язково перевіряти, чи немає в ньому лексичних невинуватених повторів, бажано при цьому читати текст уголос і мати слухача; розширювати словниковий запас; інколи допомагає конкретизація, оскільки тавтологія може виникати через те, що використовуються загальні вирази.

Наступний місяць – період урізноманітнення та доповнення мовлення цікавими фразеологізмами. Їх уживання робить висловлювання яскравішим, образнішим, багатшим і дотепнішим [2, с.33]. Щодня можна вивчати по одному сталому виразу й потім упроваджувати їх у мовлення. Цьому можуть допомогти асоціативні колажі до

Асоціативний колаж

фразеологізмів, які здобувачі освіти також створюють під час практики.

Мета наступного місяця – правильно утворювати ступені порівняння якісних прикметників і прислівників. Це вкрай важливо для уникнення типових помилок, зокрема калькування з російської мови, та забезпечення чистоти й правильності мовлення. В українській мові вищий ступінь порівняння не утворюється додаванням слова *самий* до прикметника, натомість вживаємо префікс *най-* або слова *найбільш*, *найменш*. Неправильні конструкції типу *самий кращий* необхідно замінити формами типу *найкращий*. При цьому важливо пам'ятати, що складена форма ступенів порівняння утворюється від прикметника в нульовому ступені порівняння: *не найбільш смачніший, а найбільш смачний* [2, с.216-218].

Одним із найскладніших завдань для будь-якого носія мови є відмінювання числівників. Із цим необхідно розібратися наступного місяця. Слід звернути увагу на те, що:

- у числівниках від *п'ятдесяти* до *вісімдесяти* змінюється лише друга частина;
- числівники *сорок, дев'яносто, сто* в усіх відмінках, крім називного та знахідного, мають закінчення *-а*;
- у складних числівниках від *двохсот* до *дев'ятисот*, а також *кількасот* відмінюються обидві частини, наприклад, *двомастами*;
- у складених кількісних числівниках відмінюються всі складові частини: *двісті тридцять шість – двохсот тридцяти шести*;
- у складених порядкових числівниках відмінюється лише останній компонент, тому неправильно говорити *у тисячу дев'ятсот п'ятому році* – правильно *у тисяча дев'ятсот п'ятому році*;
- при поєднанні числівників *три, чотири, п'ять* іменник уживаємо в називному відмінку множини, наприклад, *три студенти*; а при дробових числівниках іменник

стоїть у родовому відмінку однини, наприклад, *одна ціла і п'ять десятих метра* [2, с.231-235].

Наступний місяць – час для вправлення у вживанні дієприслівникових зворотів. Дія, названа дієприслівником, повинна стосуватися в реченні того ж діяча, що й дія, названа присудком [2, с.282].

Початок наступного року буде присвячено вправленню в узгодженні підмета з присудком і вживанні незмінюваних іменників.

Після цього мовець уже готовий тактовно виправляти помилки інших. Тут важлива мотивація: щиро бажати покращення мовлення співбесідника, не змушуючи його почуватися ніяково. Слід дотримуватися таких правил: виправляти тільки віч-на-віч; дочекатися завершення думки співрозмовником; робити це з поясненням помилки, не тиснути на людину та не засуджувати її.

Мета на останній місяць – побороти страх публічних виступів. Для цього потрібно застосовувати техніки релаксації (наприклад, дихання по квадрату), не залякувати себе, відкинути всі зайві думки, зосередитися на темі та меті виступу, добре підготуватися до нього з метою почуватися впевнено, дбати про слухачів і взаємодію з ними. Можна тренуватися виступати перед дзеркалом, потім – перед рідними, а згодом – перед групою, на зборах чи конференціях. "З публічним виступом працює практика "Fake it till you make it" (Вдавай, що робиш це, поки не зробиш), коли людина демонструє свою впевненість, поки її ще не відчуває: до прикладу, варто розпрямити плечі, підняти голову, посміхнутися, здійснювати спокійні та рішучі жести", – радить Анастасія Михайленко [1].

Оволодіння досконалим мовленням – необхідна умова формування соціально активної особистості, а для здобувачки освіти за спеціальністю «Середня освіта (Українська мова і література)» — ще й важлива складова професійної підготовки, адже грамотне, виразне, багате й переконливе мовлення забезпечує ефективне спілкування й успішну педагогічну діяльність, а також є показником культури

людини. Цей проєкт – мій маніфест, заклик до дії, інструмент для досягнення поставленої мети.

Література

1. Бей А. 5 хвилин сорому та хвилювань, або Як подолати страх сцени. Режим доступу: <https://life.pravda.com.ua/health/chomu-vinikaye-strah-publichni-vistupiv-ta-yak-z-nim-borotися-303586/> (дата звернення: 10.05.2026)
2. Караман С.О. Сучасна українська літературна мова : навч. посібник для студ. вищ. навч. закл. Київ: Літера ЛТД, 2011.
3. Попович Н.Ф. Специфіка розвитку техніки мовлення майбутніх фахівців. *Інноваційна педагогіка*. Режим доступу: https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/21/part_3/4.pdf (дата звернення: 10.05.2026)
4. Середня освіта (Українська мова і література. Англійська мова): освітньо- професійна програма рівня фахової передвищої освіти. Режим доступу: <https://fk.kgta.edu.ua/serednya-osvita-ukrayinska-mova-i-literatura-anglijska-mova-opp/> (дата звернення: 10.05.2026)
5. Тавтологія. *Ізборник*. Режим доступу: <http://litopys.org.ua/ukrmova/um111.htm> (дата звернення: 10.05.2026)
6. Шестакова С.О. Культура мовлення як складник сучасної української риторики. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Філологія. Журналістика*. Режим доступу: https://philol.vernadskyjournals.in.ua/journals/2025/5_2025/part_1/9.pdf (дата звернення: 10.05.2026)
7. Шиприкевич В.В. Що таке плеоназми? Режим доступу: <http://kulturamovy.univ.kiev.ua/KM/pdfs/Magazine9-6.pdf> (дата звернення: 10.05.2026)

Богдана КОВАЛЕНКО,
Здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук
Науковий керівник: Ірина КІРІЧЕК,
Кандидат філологічних наук
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

СТУСІВСЬКІ МОТИВИ В СУЧАСНІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ПОЕЗІЇ

У літературознавстві панує думка про тяглість літературного процесу, що засвідчує вплив традиції на творчість письменників прийдешніх поколінь. Ця наступність оприявнюється на рівні ідейно-тематичних паралелей, образної системи, символіки. Сьогоденна екзистенційна загроженість як ніколи актуалізує творчість Василя Стуса, голос поета резонує з новою силою у творчості молодих авторів, зокрема Максима Кривцова та Артура Дроня. Обидва змінили цивільне життя на захист Батьківщини, що наблизило їхній світогляд до екзистенційного досвіду. Сучасний поет, за визначенням самого Стуса, «шукає самого себе — в тому обширі, яким він — завжди всупереч реальності — визначає простір своєї індивідуальності» [10].

Поняття мотиву залишається дискусійним у сучасному літературознавстві. Цей термін прийшов з музичного мистецтва, а у літературний обіг його увів Й.В. Гете, однак ще з часів “Поетики” Аристотеля існує поняття про неподільну смислову одиницю, що складає основу сюжету. Ми поділяємо погляд на мотив як на “категорію, здатну до розвитку, видозмін, трансформації та об’єднання з іншими мотивами” [1, с. 101]. Така його гнучкість, здатність до різноманітних модифікацій,

дає можливість автору динамізувати сюжет, акцентувати ті чи ті смисли твору. Поетична спадщина В. Стуса та сучасна українська поезія періоду повномасштабного вторгнення, зокрема творчість Максима Кривцова та Артура Дроня, тісно пов'язані тематично, їх об'єднує спільність мотивів самотності, любові, оніричних та пантеїстичних мотивів.

Сучасна поезія про російсько-українську війну відображає травматичний досвід, біль, страх і самотність, водночас підкреслюючи солідарність і любов до рідної землі [пастух]. Збірка Максима Кривцова «Вірші з бійниці» (2023) поєднує особисті переживання війни з колективним болем суспільства. Автор загинув 7 січня 2024 року, а його творчість залишила слід впливу на сучасне поетичне осмислення війни.

У віршах М. Кривцова «Я вирушив автостопом» та В. Стуса «Не відволодати душі...» простежується мотив порожнечі та самотності. У Кривцова час і простір редукуються до формули «війна-порожнеча», ідентичність героя стирається: «І коли мене запитають / звідки ти / я скажу: з туману / і коли мене спитають / як тебе звати / я промовчу / не пам'ятаю». [6, с. 177-179]. У Стуса час болісно розтягується, а самотність досягає екстремального рівня: «Один! Один! Як є — один, / один — на цілий світ!!!» [12, с. 87]. Простір для обох авторів стає обмеженим, а внутрішній стан — центральним. Кривцові образи темряви, туману й стуку підкреслюють загрозу: «Чую: гуркіт / думаю: снаряди / це по мене хтось прийшов» [12, 177-179 с.], тоді як у Стуса домінують апокаліптичні та експресивні образи: «смертельно-хорі кажани / об архітрави б'ють / відьомська довга ніч / фіолетний жаль» [12, с. 87]. Різниця полягає в стані героя: у Стуса — напружена внутрішня боротьба за збереження себе, у Кривцова — постнадлам, усвідомлення втрати себе. Незважаючи на це, обидва поети спільно працюють із мотивами порожнечі, розпаду ідентичності, деформації часу та граничного буття. Отже, поезія М. Кривцова демонструє глибинну спорідненість із творчістю Стуса через спільну роботу з темами самотності, внутрішнього розпаду та екзистенційної порожнечі.

У давньогрецькій філософії виділяють чотири типи любові: агапе, філео, сторге та ерос. Здавалося б, сьогодні найбільш близькою нам є жертвна агапе, але

війна змінила наше сприйняття життя, смерті, цінності стосунків та самої любові, виявивши своєрідну «воєнну філософію любові». У повсякденній мові важко передати те, що часто залишається невисловленим, застигаючи між словами у тиші. Саме поезія здатна висловити ці тонкі переживання. Поезія, створена на війні, на фронті, у критичних ситуаціях, відкриває світу особливий вид любові — народжений у земному пеклі, у темряві, куди пробивається світло, подібно до того, як Ісус Христос сходить до пекла напередодні Воскресіння. [16]. Згадаймо, скажімо, як у одному зі своїх листів Григорій Сковорода пише: "Omnia praetereunt, sed Amor post omnia durat. Omnia praetereunt, haud Deus, haud ed Amor" (Минає усе, та Любов остається і після усього. Минає усе, та не Бог, не Любов) [15].

«Поезія, написана на фронті, — це майже ніколи не поезія про війну. Це тексти, в яких війна завжди присутня, але вони не про неї», — каже поет, ветеран російсько-української війни Артур Дронь з біблійним позивним «Давид», чия друга поетична книжка «Тут були ми» наприкінці 2023 року вийшла у «Видавництві Старого Лева». В інтерв'ю «не пиши “війна”, // напиши: // ніхто з них ніколи // не побудеться того вечора» поет говорить у тексті про те, що віршам зі словом «війна» віритимуть менше [7] У поезії А. Дроня проступає лейтмотив біблійної, а водночас дуже земної та предметної Любові, що ніколи «не перестає» і «тримається на тих, / хто на межі. / І тих, / хто за межею» [5, с. 11]. Не можемо також не згадати як в одному з інтерв'ю поет зізнається, що люди, які читають Стуса та Біблію, приречені бути на війні... На думку автора, Стус і Біблія цілком можуть бути серед тих книжок, які підкажуть шлях до готовності захищати особисті та державні кордони [4].

У поезії А. Дроня центральним є мотив збереження духовних цінностей і любові в умовах війни. У Дроня любов і моральні принципи — опора на межі і за межею: «Перед межею збережи / оцю Любов / як ріст ожин / Сержантську відданість / Дитинячу, собачу / Цей плач, який / не переплачу» [5, с. 11]. У Стуса ж натомість — універсальна, трансцендентна любов, що підтримує життя: «...Скоро-скоро голуби як друзі / донесуть до тебе дух небес / бризки саява на вечірнім прюзі / і любов, котрою світ воскрес» [14, с. 128]. У поезії А. Дроня та В. Стуса постає спільна

ідея: людина зберігає духовні та моральні орієнтири, навіть коли зовнішні умови стають надзвичайно складними або смертельно небезпечними.

Художній сон – це частина розкриття авторського бачення світу, що є прийомом сновидіння, у найширшому сенсі, який використовують поети для вираження думки та розкриття особистого, часто за порогом того, що проявляється в часі та просторі. Найчастіше поети використовують сни для своєї «втечі від реалій світу» [3, с. 141–150]. М. Кривцов вводить елемент сну в поезію, який довгий час вважався ефективним методом іномовлення в літературі. Жахи війни, зображені через сни, вимагають терапевтичного втручання, щоб забезпечити подальше існування людини [11, с. 213].

У вірші «Вітаємо всіх на найжахливішому ток-шоу» позивний одного бійця – «Сновидіння»: Інший «обожнює тишу й сніг/ а також/ ховатись у снах» [Кр, с. 34]. Але те, що спочатку звучить як гра, насправді за мить переростає в деструктивний та нервовий стан: «Сергію, як ви себе відчуваєте?/ – Це сон, це просто сон, як мені вийти звідси?» [Кр, с. 34]. І саме це одкровення певним чином поширюється на весь твір і переростає в один з його кодів. Це ток-шоу, власне, за своєю парадоксальною семантикою дуже близьке до сну, де поруч співіснують надможливі й майже неможливі речі, а також виникають певні розбіжності. З цієї точки зору наратив, діалоги та композиційні елементи поезії раптово стають зрозумілішими та легшими для сприйняття. Все, що розгортається перед читачем, — це просто недобрий, чіпкий, моторошний сон, від якого хочеться якомога швидше втекти [11, с. 213].

У поданому фрагменті поезії М. Кривцова оніропростір постає як форма тривалого ескапізму від травматичної реальності війни. Уже з перших рядків сон набуває ознак часової деформації та втрати зв'язку з реальністю: «я заснув / декілька років не прокидався». Образ сну наповнюється холодною, смертельною семантикою: «сни мої були засніжені й холодні / наче долоньки невідомого / загиблого / під Ізюмом». Навіть у межах сну герой не може повністю втекти від реальності війни — вона проникає в підсвідомість. Сон постає як щось тривале, яскраве та, можливо, загрозливе, що «огортає» свідомість: «у цьому довгому / наче дорослий полоз / сні». Заключні образи фрагмента створюють своєрідну оніричну

топографію: «тут багато дверей / стільки / скільки імен / стільки дерев / стільки». Множинність «дверей» представляє потенційні виходи або зміни між різними станами пам'яті. Особливо вираженим стає часовий вимір: «сон цей довгий клятий сон /холодний... тривав / триває / триватиме» [4, с. 141-143]. Градація дієслів від минулого до теперішнього та майбутнього лежить, так би мовити, в колі, яке замикається саме на себе: минуле, теперішнє та майбутнє губляться в одному нескінченному стані і таким чином зрештою зливаються в подібній до сновидіння реальності, з якої немає виходу. Кульмінаційним зверненням є: «мамо / розбуди мене» [4, с.141-143]. Цей мотив апелює до архетипу захисту, дитинства та безпеки, протиставляючи його жахам війни. У Стуса, як і в Кривцова, оніропростір втрачає функцію втечі: сон не звільняє від реальності, а лише поглиблює переживання травми. Спроба втечі у сон виявляється марною: «Хоч силоміць ув очі / засилою сон». Навіть примусове «занурення» у сон не дає полегшення, оскільки підсвідомість породжує ще страшніші образи: «Привиддя постають / спогадані, згорьовані...» [13, с. 121].

Отже, оніропростір у поезії М. Кривцова постає як уявна втеча від війни, яка насправді не рятує, а лише поглиблює травматичний досвід, перетворюючи сон на замкнений і безвихідний стан існування.

Сучасна українська військова поезія передає та по-своєму виправдовує метанаратив, який циклічно повторюється в культурі, особливо в літературі ХХ століття, про те, що війна — це переважно про втрати, горе, біль, руйнування, але також про красу людських почуттів, про рішення залишитися людиною, про шанс через власне життя утвердити цінності, яких ти дотримуєшся, та про бажання захистити тих, кого любиш [11, с. 114–118].

Нам вкрай важливо зацентрувати увагу на християнських цінностях, зокрема на любові, що підкреслює самопожертву заради інших, віру в Бога та Христа, а також моральну поведінку, яка вільно обирається між добром і злом на прикладі поезії В. Стуса та А. Дроня, які є прикладами для цієї перспективи. Художнє зображення світу поетів, на нашу думку, стосується трьох основних питань: любові в її універсальному, християнському сенсі (де любов є Богом); творчості як

божественного дару, мотивованого любов'ю до людства; та історії в її конкретній та узагальненій формі — як результат спільного творення Бога та людини. [2, с. 8.] Поєднуючи поезію В. Стуса та А. Дроня, можна простежити своєрідну смислову «нитку», що проходить крізь різні історичні епохи, але зберігає спільне ядро — ідею духовного тривання через страждання, боротьбу і жертвність. Тема життя у ліриці В. Стуса тісно пов'язана з випробуваннями людини на її земному шляху. Ліричний герой постає перед Богом не як прохач милості, а як той, хто прагне сили для боротьби: «Боже, не літості — лютості. / Боже, не літості — лютості. / Боже, не ласки, а мсти, / дай розірвати нам пута ці, / ретязі дай рознести» [14, с. 126]. Подібний мотив посилюється і в наступних рядках: «Боже, розплати шаленої / Боже, шаленої мсти, / лютості всенаученої / нам на всечас відпусти!». Тут звучить ідея Божої кари як моральної необхідності, як відповіді на бездуховність світу. Водночас у Стуса важливою є й інша площина — досвід «потойбіччя» ще за життя, що постає в образах тюремного існування: «Живі — у домовині. Мертві — ні, / хоча тюремним муром всіх притисло. / Прадавні роки, місяці і числа / перебирають у живій труні. / Сомнамбулами бродять щонаймертві». [13, с. 22].

Цей мотив «життя як смерті» перегукується з ідеєю переходу: фізичне існування в умовах несвободи набуває рис духовного випробування, де людина мусить або втратити себе, або утвердитися у вірі та внутрішній правді. Саме тому герой Стуса постає як постать, наближена до християнського архетипу жертвності. Його «високий гнів» — це не руйнівна емоція, а форма духовного спротиву, яка має етичне й навіть сакральне підґрунтя. У фінальному імперативі звучить заклик до руху вперед попри страждання: «Ступай — майбутньому назустріч, / і най хода твоя легка легкою буде. / І не треба жалких жалінь. І — задарма. / Тюрма не доросте до неба: / ще землю їстиме тюрма» [13, с. 17]. Саме ця стусівська ідея — іти крізь біль, не втрачаючи внутрішньої гідності та віри — знаходить своє продовження і трансформацію в поезії А. Дроня. Якщо у Стуса боротьба має передусім екзистенційно-духовний характер, то у Дроня вона набуває конкретного, тілесного виміру війни. Водночас їх об'єднує християнська парадигма: шлях страждання як шлях до утвердження істини. У вірші «Перше до Коринтян» любов постає як

сучасний аналог тієї духовної сили, про яку говорить Стус. Вона так само не є абстрактною, а виявляється через дію, витривалість і жертвність: «Любов рис окопи і живе в них, / і гризе у них лід із розрізаної пляшки, / коли хоче пити у мінус двадцять. / Любов виходить на бойові чергування...» [5, с. 110]. Як і у Стуса, тут відсутня ідея втечі від страждання – навпаки, воно приймається як необхідна умова збереження людяності. Якщо стусівський герой просить у Бога сили витримати випробування, то у Дроня ця сила вже реалізується в образі любові, яка діє: «любов боїться тваринним страхом, / але продовжує йти...». Отже, страх не заперечується, але долається – так само, як і в поезії Стуса, де внутрішня боротьба стає шляхом духовного утвердження. Кульмінаційним є момент, коли любов набуває рис жертвовного тіла: «А інколи в любові прострелені ноги... /Тоді любов несуть її друзі» [5, с. 110]. Таким чином, між поезією В. Стуса і А. Дроня простежується тяглість: від внутрішнього, екзистенційного спротиву – до його конкретного втілення в реаліях війни, де любов і жертвність стають визначальними формами людського існування.

У творчості сучасних поетів-воїнів, зокрема Максима Кривцова та Артура Дроня, відбувається рецепція та трансформація «стусівських» мотивів: хоча вони й набувають додаткових відтінків завдяки безпосередньому досвіду війни, їхня екзистенційна глибина та спрямованість залишаються незмінними.

ЛІТЕРАТУРА

1. Астахова С. А., Лупай О. Ю., Павій К. В. Методологія дослідження мотивів у ліричному творі кінця XIX – початку XX століть // Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Сер.: Філологія. 2021. С. 101.
2. Базилевський В. Стус Василь (1938–1985). Визволення смертю // Слово Просвіти. 2013. С. 1–9.
3. Віват Г. І. Оніричний простір та онірична інтертекстуальність у ліриці Василя Стуса // Наукові записки. Серія: Філологічні науки. 2006. Вип. 64. Ч. 1. С. 141–150.
4. Дронь А. «Люди, які читають Стуса і Біблію, якраз приречені бути на фронтах» // Львівський національний університет імені Івана

- Франка.02.04.2024.—URL:<https://lnu.edu.ua/artur-dron-liudy-iaki-chytaiut-stusa-i-bibliiu-iakraz-pryrecheni-buty-na-frontakh/>.
5. Дронь А. Тут були ми. Львів: Видавництво Старого Лева, 2024. 110 с.
 6. Кривцов М. Вірші з бійниці. Київ: Наш Формат, 2024.
 7. Неборак Б. Про дитинство з солдатського бліндажа. Тут були ми / Артур Дронь // Sensor Media. 2024.
 8. Овсяницька Г. В. Образи любові в поезіях військових // Українська література в просторі культури і цивілізації. Запоріжжя, 2025. С. 114–118.
 9. Пастух Т. До нового канону української поезії // Zbruc. — URL: <https://zbruc.eu/node/117641>.
 10. Поезія: концепт Василя Стуса. Стус Центр : URL: <https://stus.center/p/poeziia-vislovi-vasilia-stusa-pro-poetiv-ta-poeziiu-846359>
 11. Сеньків М. Поезія Максима Кривцова: спроби пошуку нової поетичної мови // Folium. 2025. № 7. С. 213.
 12. Стус В. Зимові дерева : перша збірка поезій. Брюссель : Література і Мистецтво, 1970. с. 87.
 13. Стус В. Небо. Кручі. Провалля. Вода. Київ: А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА.
 14. Стус В. Палімпсести. Київ: А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА, 2021.
 15. Стус Центр. ЛЮБОВ // Stus.Center. – URL: <https://stus.center/p/liubov-842502>.
 16. Stus Center. URL: <https://stus.center>.

Діана КОРЕНЄВА,

здобувачка фахової передвищої освіти освітнього ступеня

“Фаховий молодший бакалавр”

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Юлія ОМЕЛЬЧЕНКО
викладач вищої категорії, викладач-методист
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

БЕЗПЕРЕРВНЕ НАВЧАННЯ (LIFELONG LEARNING) У ВИВЧЕННІ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

Чи існує потреба у постійному вдосконаленні мовних навичок у сучасному світі? Стрімко розвиваються технології, постійно з'являються нові тенденції та змінюються вимоги до професійних і особистісних компетентностей людини, а з цим і мови потребують належного підходу. За таких умов важливого значення набуває здатність до постійного саморозвитку, оновлення знань і набуття нових навичок. Саме ці принципи становлять основу концепції lifelong learning, тобто навчання впродовж життя. Ще в двохтисячних роках англійська мова мала менше понять і граматичного сенсу ніж це ми можемо побачити зараз. Разом із цим є потреба у використанні сучасних технологій, що стимулюють жагу до вивчення мов, адже тепер вони частіше використовуються у технічній сфері діяльності. Це також є ефективним варіантом міжнародних комунікацій, що дає змогу поширювати свій кругозір і обмінюватись інформацією.

Концепція безперервного навчання передбачає організацію освітнього процесу як безперервної діяльності, що триває протягом усього життя людини. Вона охоплює формальну, неформальну та інформальну освіту і спрямована на постійне оновлення знань, умінь та компетентностей відповідно до змін у суспільстві. Вона пов'язана з іншою концепцією, яку часто висувають, а саме концепцією суспільства, що навчається, в якому все надає можливість навчатися та реалізувати свій потенціал. Щоб успішно виконувати свої завдання, освіта має бути організована навколо чотирьох фундаментальних типів навчання: learning to know (навчання знанням), тобто набуття інструментів розуміння; learning to do (навчання діяти), щоб мати змогу творчо

впливати на своє оточення; learning to live together (навчання жити разом), щоб брати участь та співпрацювати з іншими людьми в усіх видах людської діяльності; learning to be (навчання бути), невід'ємний прогрес, що впливає з попередніх трьох. Звичайно, ці чотири шляхи знання утворюють єдине ціле, оскільки між ними є багато точок дотику, перетину та обміну [1, ст. 111, ст. 85].

Цей спосіб навчання є доволі ефективним, але без належного підходу втрачається мотивація і обсяг можливостей змінюється. Щоб цього не сталося використовують термін – self-directed learning. Самостійне навчання – це процес, у якому люди беруть на себе ініціативу, з допомогою інших чи без неї, у діагностиці своїх навчальних потреб, формулюванні навчальних цілей, визначенні людських та матеріальних ресурсів для навчання, виборі та впровадженні відповідних навчальних стратегій та оцінці результатів навчання, тобто вони беруть на себе відповідальність за власне навчання та контролюють його [2, с.18].

Навчання протягом життя є важливим для адаптації до вимог ринку праці та для кращого опанування мінливих часових рамок та ритмів індивідуального існування. Час для навчання тепер триває все життя, і кожна галузь знань поширюється на інші та збагачує їх. У двадцять першому столітті освіта настільки різноманітна за своїми завданнями та формами, що охоплює всі види діяльності, які дозволяють людям, від дитинства до старості, здобувати нові знання про світ, інших людей та самих себе.

Ця безперервна освіта значною мірою є відповіддю на економічний попит. Вона дозволяє підприємствам набувати більших навичок, необхідних для збереження зайнятості та отримання конкурентної переваги. Водночас вона надає людям можливості для оновлення своїх знань та підвищення їхньої здатності до заробітку. У світі, де прискорений темп змін та швидка глобалізація трансформують протягом життя стосунки кожної людини як з часом, так і з простором, безперервне навчання є важливим для того, щоб люди могли зберегти контроль над власною долею. Навчання протягом життя може стати, таким чином, засобом для встановлення рівноваги між навчанням та роботою, постійною адаптацією до низки професій та для здійснення активного громадянства [1, с. 100].

Все це не обмежується лише формальними навчальними закладами, а охоплює всі аспекти життя: від самонавчання до участі в курсах, семінарах, вебінарах, читання книг та спілкування з експертами в різних галузях. Професійна освіта та навчання, формальна та неформальна освіта є елементами навчання протягом усього життя. Адже сьогодні ніхто не може сподіватися накопичити протягом молодості початковий фонд знань, який служитиме все життя. Швидкі зміни, що відбуваються у світі, вимагають постійного оновлення [1, с.99].

Саме в рамках формальних систем освіти набуваються навички та здібності, необхідні людям для продовження навчання. Роль формальної та неформальної освіти полягає у взаємозбагаченні. Ставлення до того виду навчання, яке триватиме протягом усього життя, формується в сім'ї, але також, у ширшому сенсі, на етапі базової освіти (яка включає, зокрема, дошкільну та початкову школу): саме там іскра творчості може або зародитися, або згаснути, і доступ до знань може не стати реальністю. Це починаючи з базової освіти, час, коли ми всі отримуємо інструменти для майбутнього розвитку наших здібностей до розуму та уяви, нашого судження та почуття відповідальності, коли ми вчимося бути допитливими до навколишнього світу. Вища освіта, зрештою, повинна продовжувати відігравати свою роль у створення, збереження та передачі знань на найвищому рівні. Вищі навчальні заклади також відіграють вирішальну роль у переосмисленні освіти, як щодо того, де, так і коли вона відбувається. Університети, зокрема, повинні бути лідерами, випробовуючи нові методи охоплення нових груп учнів, визнаючи навички та знання, здобуті поза формальними системами, та поширюючи, через підготовку вчителів та тренерів вчителів, нові підходи до навчання [1, с. 115-117].

Ще є багато інших методів за допомогою яких ми можемо продовжувати наше безперервне навчання. Для прикладу, метод Стівена Крашена, відомого американського лінгвіста. Його теорія про вивчення другої мови базується на ідеї, що мова має засвоюватися природним шляхом, подібно до того, як діти вчаться розмовляти, а не через нудне зазубрювання правил. Інший метод це те, як ми засвоюємо інформацію і запам'ятовуємо її. Це залежить від повторення (кількості зустрічей зі

словами) та якісної розумової обробки цих зустрічей. Без кількості та якості обробки навчання не може відбутися. Чим більша кількість повторень, тим більша ймовірність того, що відбудеться навчання. Чим глибша та продуманіша якість обробки, тим більша ймовірність того, що відбудеться навчання [3, с.1].

У своєму новому вигляді безперервна освіта розглядається як така, що виходить далеко за рамки того, що вже практикується, особливо в розвинених країнах, тобто підвищення кваліфікації за допомогою курсів підвищення кваліфікації, перепідготовки та конверсії або підвищення кваліфікації для дорослих. Вона повинна відкривати можливості для навчання для всіх з багатьох різних цілей – пропонуючи їм другий чи третій шанс, задовольняючи їхнє прагнення до знань та краси чи їхнє бажання перевершити себе, або роблячи можливим розширення та поглиблення суто професійних форм навчання, включаючи практичну підготовку. Коротше кажучи, «навчання протягом усього життя» має використовувати всі можливості, що пропонуються суспільством.

Тепер варто згадати роль вчителя у процесі lifelong learning та вивченні мови, адже він є складовою формальної освіти. Напевно у всіх було сприйняття викладача як ресурс інформації, але це не є головною функцією викладання. Від вчителя вимагається зосередитися на тому, що відбувається з учнями, а не на тому, що він робить. Це вимагає позбутися захисного щита авторитетної фігури та показати себе як справжню людину з почуттями, надіями, прагненнями, невпевненістю, турботами, сильними та слабкими сторонами. Це вимагає чіткого розуміння того, які саме ресурси він має, а які ні, що можуть бути корисними для учнів, і щоб він робив ресурси, які в нього є, доступними для них на їхніх умовах. Це вимагає позбутися примусу видавати себе за експерта, який опанував будь-який заданий матеріал, і натомість чесно приєднатися до своїх учнів як постійний співучень. По-друге, виконується зовсім інший набір функцій, ніж ті, що пов'язані з передачею інформації, і тому викладачу доводиться розвинути інший набір навичок. Вчитель функціонує переважно як процедурний гід і лише в другу чергу як джерело інформації про зміст. Обов'язок фасилітатора у такому навчанні

в тому, щоб допомогти учням розвинути компетентність як самостійних учнів [2, с. 33-34].

Інша роль вчителя полягає у його мотиваційних можливостях. Хоча жоден предмет не може бути цікавим для кожної дитини, внутрішню мотивацію можна посилити за допомогою проєктного навчання, яке дозволяє невеликим групам учнів працювати разом над розширеними вправами. Навчання через відкриття, підхід, розроблений когнітивними психологами для того, щоб заохотити учнів самостійно відкривати концепції та зв'язки, що лежать в основі сукупності знань, також має багато прихильників. Але досвід навчання через відкриття повинен знаходити правильний баланс між простотою та складністю. Дослідження допитливості показують, що люди втрачають інтерес до завдання, якщо воно настільки просте, що стає нудним, або настільки складне, що здається хаотичним і безглуздим. Досягти правильного балансу, звичайно, непросто, особливо у великому класі. Але дослідницька література показує, що вчителі не лише повинні вміти досягати таких балансових дій; в ідеалі вони повинні знати, що рухає кожною дитиною в їхньому класі [4, с. 31].

Таким чином, роль педагога трансформується у функцію фасилітатора, який формує в учнів схильність до самостійного навчання. Це закладає фундамент для майбутньої стратегії навчання: або людина продовжує залежати від зовнішніх спонукальних чинників (шукає інші стимули або підбирає когось на роль нового наставника), або переходить до автономного управління власним освітнім процесом.

Попри ефективність цього метода, у нього є певні виклики з якими потрібно боротись для досягнення стабільності у процесі розвитку. Однією з основних проблем безперервного навчання є недостатній рівень мотивації. Відсутність мотивації може бути найбільшою перешкодою з усіх, і її вплив може бути недооцінений літературою, яка зосереджується на більш помітних бар'єрах, таких як вартість та вступні кваліфікації. Навчання протягом життя вимагає високого рівня самодисципліни та внутрішньої зацікавленості. За відсутності чітких цілей або розуміння практичної цінності знань студенти можуть втрачати інтерес до навчання. І саме для цього є метод самостійного навчання, коли учень усвідомлює свої цілі і прагнення до розвитку. Коли

ж особиста мотивація недостатньо ефективна, у нас є так званий *prompter* (або *facilitator*) – людина, що наставляє нас, як це вже було наведено вище. Брак часу є іншою проблемою цього методу, хоча і планується, що навчання буде протягом усього життя, це не означає, що завжди буде на це час. Навіть враховуючи принцип *lifelong learning*, ідею комбінування навчання з іншими видами діяльності буває складно реалізувати, особливо серед дорослих здобувачів освіти. Поєднання навчання з професійною діяльністю, сімейними обов'язками та іншими сферами життя ускладнює систематичне опанування нових знань. У результаті зникає систематичність засвоєння інформації, що негативно впливає на наш рівень знань. Суттєвою проблемою у сучасному навчанні є цифровий розрив, який проявляється у нерівному доступі до технологій та інтернет-ресурсів. Оскільки значна частина навчальних матеріалів з англійської мови представлена в онлайн-форматі, обмежений доступ до цифрових ресурсів знижує можливості для ефективного навчання.

Але все ж залишаються шляхи до підвищення ефективності безперервного навчання. Хоча в деяких випадках онлайн ресурси обмежені, це залишається одним із способів ефективності. Технології розширеної реальності можуть покращити розуміння предметів, роблячи складні, абстрактні поняття більш доступними через захоплюючий досвід. Ефективність інструментів залежить від віку учнів, і можуть бути особливі переваги для старших учнів з точки зору зосередженості та запам'ятовування складних понять. Також є різні способи засвоєння інформації, що можуть бути пристосовані до ваших уподобань і сприяти розвитку мовних навичок у зручному форматі: онлайн-платформи, мобільні додатки, відеоматеріали та інтерактивні ресурси. Таким самим чином можна персоналізувати навчання. Хоча фізичне планування навчання важливе, саме психологічне середовище є важливим фактором, що визначає рівень мотивації учнів. Деякі молоді люди ніколи не знаходять того, що їм потрібно, всередині шкільних воріт, незалежно від того, чи приміщення просторе чи тісне, старе чи нове. Можливість використовувати та опанувати найсучасніше ІТ-обладнання та отримати додаткову освітню кваліфікацію допомагає персоналізувати навчання для зручності і все одно отримати бажаний об'єм знань [4, с. 45].

Якщо ми говоримо про впровадження інтеграції навчальних програм, це у будь-якій формі є непростим і може вимагати законодавчого врегулювання. Наприклад, у Норвегії було встановлено, що всі учні старших класів повинні брати участь принаймні в одному міждисциплінарному проєкті щороку, щоб розвивати такі навички, як співпраця, креативність та аналітичне мислення. Розвиток критичного мислення є важливою складовою ефективного навчання. Як вже було зазначено, правильна обробка інформації сприяє її запам'ятовуванню та вмінню застосовувати. Якщо ми бачимо внутрішню структуру написаного, то однозначно розуміємо поверхневі дані, це те саме, що здатність бачити прихований зміст допомагає краще досягнути базову інформацію. У процесі вивчення англійської мови це сприяє глибшому розумінню текстів, розвитку навичок аргументації та ефективної комунікації [4, с. 38].

Вищезазначені слова підтверджують тезу, що мови вимагають постійного вивчення та повторення. Через глобалізацію знання англійської мови потребує постійного оновлення та практичного використання. Якщо людина припиняє практикувати мову – рівень знижується. Навчання протягом усього життя — це не віддалений ідеал, а реальність, яка дедалі більше формується в складній освітній сфері, що характеризується низкою змін, що підкреслюють потребу в ньому. Проведене дослідження показало, що безперервне навчання охоплює різні форми — формальну, неформальну та інформальну освіту, які у поєднанні забезпечують ефективне оволодіння мовою. Важливу роль у цьому процесі відіграють сучасні технології, індивідуалізація навчання та розвиток навичок самостійної діяльності. Перспективи розвитку безперервного навчання у вивченні англійської мови пов'язані з подальшим впровадженням цифрових технологій, розширенням доступу до освітніх ресурсів та посиленням ролі самоспрямованого навчання. У зв'язку з цим особливого значення набуває формування культури навчання протягом життя, що передбачає розвиток внутрішньої мотивації, відповідальності за власне навчання та готовності до постійного самовдосконалення.

Отже, безперервне навчання англійської мови є необхідною складовою сучасної освіти, що забезпечує адаптацію особистості до змін глобалізованого світу та створює умови для її професійного й особистісного розвитку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Delors J. Learning: the treasure within; report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century. – 1996. – P. 85-117.
2. Knowles M. Self-Directed Learning: A Guide for Learners and Teachers – 1975. – P. 1-35
3. Nation P. Indonesian Journal of English Language Teaching. – 2017. – P. 1-14.
4. Organisation for Economic Co-operation and Development. Motivating Students for Lifelong Learning (EN) – 2000. – P. 1-45

Катерина ПОКОЙ,

Здобувачка фахової передвищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Ірина КІРІЧЕК,

Кандидат філологічних наук

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД ВІЙНИ В ПОВІСТІ-КАЗЦІ ОЛЕКСАНДРА МИХЕДА «КОТИК, ПІВНИК, ШАФКА»

Сучасна українська література активно набуває змісту, пов'язаного з широкомасштабною війною, намагаючись зафіксувати не лише історичні події, а й

особисті історії та переживання людей в мезових умовах, в умовах катастрофи. Одним із художніх текстів, окресленої тематики є казкова повість Олександра Михеда «Котик, Півник, Шафка» – художнє осмислення перших тижнів вторгнення 2022 року. Твір поєднує рефлексії, внутрішні монологи й переживання, формуючи художній простір пам'яті. На перший погляд йдеться про казку, яку, за визначенням самого автора, «дорослі діти дарують своїм батькам і кладуть під подушку на Святого Миколая. Або батьки дарують її підліткам, аби разом обговорити» [4]. Поетка Олена Павлова слушно зауважує, що це дуже сильна і доросла книжка, яку також можна назвати притчею [3]. Дослідниця Наталія Мельник підкреслює тісний зв'язок аналізованого літературного тексту з фольклорною основою, традиційною колективною свідомістю [1, с. 110].

У цьому контексті варто підкреслити, що сучасна українська література функціонує не лише як мистецьке явище, а й як спосіб фіксації національного досвіду. Вона стає своєрідною формою культурної пам'яті, дозволяє зберегти не лише факти, а й емоційний стан суспільства. Це критично важливо в умовах війни, коли реальність змінюється надзвичайно швидко, а пережиті події можуть втрачати чіткість у сприйнятті. Саме тому такі тексти мають особливу цінність – вони закарбовують досвід у моменті.

Ще одна важлива функція розглядуваного художнього тексту – терапевтична. Як зауважує Наталія Мельник, «ідею автор розкриває крізь призму знайомих усім новинних сюжетів про Котика, Півника, Шафку з Бородянки, які свого часу відіграли значну терапевтичну роль у суспільстві [1, с.109]. Історія дозволяє читачеві не лише ознайомитися з чужим досвідом, а й співвіднести його зі своїм, знайти пояснення власним емоціям. Через текст відбувається процес осмислення травми, який є необхідним для психологічного відновлення як окремої людини, так і суспільства загалом. Таким чином, книга Олександра Михеда постає не просто як індивідуальний твір, а як частина ширшого культурного процесу — формування нової української ідентичності в умовах війни.

Книга була створена на початку повномасштабного вторгнення. Автор фіксував свій досвід перебування в Київській області, життя під обстрілами, прильотами, стан постійної тривоги й напруги. У той же час текст є не лише хронікою, фіксацією подій. Він є спробою зрозуміти, як змінюється свідомість та світосприйняття людини в умовах небезпеки, як трансформуються звичні речі, символи і відчуття. У ситуації війни змінюється сама логіка мислення. Людина перестає планувати довгостроково, зосереджуючись на найближчому майбутньому. Звичні орієнтири втрачають актуальність, натомість з'являється потреба швидко адаптуватися до нових умов. Автор фіксує цей процес через деталі повсякденного життя, що в умовах війни набувають особливого значення.

Надзвичайно важливою є тема тривоги як постійного стану. Вона стає фоном існування, впливає на всі сфери життя, навіть на найпростіші дії. Через це змінюється ритм життя, з'являється відчуття напруженого очікування. Автор не описує це прямо, але передає через синтаксичну структуру тексту і добір деталей. Крім того, варто звернути увагу на процес поступового звикання до небезпеки. Це явище є одним із найскладніших для осмислення, адже воно демонструє здатність людини адаптуватися навіть до екстремальних умов. Водночас така адаптація має свою ціну — емоційне виснаження та внутрішню зміну особистості. Таким чином, текст стає не лише фіксацією подій, а й дослідженням психологічних механізмів виживання.

Символічною є сама назва твору. Котик, Півник і Шафка – це не просто предмети чи художні образи, а маркери пам'яті про війну. Півник постає відомим керамічним виробом з Бородянки, що вцілів серед купи руїн та став символом незламності. Шафка – елемент інтер'єру, який перетворився на образ зруйнованого, але вцілілого дому. Котик уособлює потребу в теплі, турботі, любові. Таким чином, звичні та, на перший погляд, непримітні речі стають носіями пам'яті й емоційного досвіду. Ці речі постають живими героями оповіді, які можуть розуміти, відчувати, боятись, думати, просто жити, не зважаючи на пекло, яке їх оточує. Наталія Мельник зазначає, «як і належить, у казці Котик, Півник, Шафка наділені людськими

якостями: вони говорять, відчують біль, здатні до рішучих учинків на користь Добра» [1, с. 110]. Сам автор описує даних героїв дуже тепло та затишно: «Соні сім, і вона притягнула додому Котика. Руде кошеня, в погляді якого довіра, що йому ніхто не зашкодить. Від народження Котик мав тонкий слух і смішні закручені вушка, що нагадували маленькі ріжки. Врешті вуха так і не розправились, а слух, здається, тільки покращувався, бо дуже скоро виявилось, що в житті повно тих, хто хоче скористатися твоєю довірою. [2, с. 17]». Півник у автора неабиякий, а «родом із Василькова Київської області, хоча невпинно переконував Шафку і Кота, що сам він точно з Мальорки... півник-куманець. Себто глечик. Він мав би напувати спраглих, але був занадто гарним, щоби братися за побут. [2, с. 11-13]». Шафка також має власну історію: «Коричневу дерев'яну Шафку дбайливими руками зібрав сам дідусь Петро. Він припасовував Шафку до стіни нової квартири та всміхався вагітній дружині Лізі: «На віки будуємо, на віки». Всередині Шафка більша, ніж ззовні. Вона береже сімейний крам ... береже Лізині таємниці, намагається зайвий раз не жалітися на життя і не порипувати поіржавілими завісами дверцят [2, с. 7-10]».

Символіка речей у цьому творі виконує функцію своєрідного коду, через який передається зміст пережитого. У ситуації, коли мова часто виявляється недостатньою для опису травми, саме образи-символи стають основним засобом вираження. Вони дозволяють передати те, що складно сформулювати прямо.

Важливо також, що ці символи мають подвійний характер: з одного боку, вони пов'язані з конкретними подіями, а з іншого — набувають універсального значення. Вони стають зрозумілими навіть тим, хто не був безпосередньо залучений до цих подій. Крім того, через ці образи автор демонструє здатність людини знаходити сенс навіть у найскладніших обставинах. Це є важливим механізмом психологічного виживання, адже дозволяє структурувати хаотичну реальність. Отже, символіка речей у творі є не лише художнім прийомом, а й способом осмислення і переживання травматичного досвіду.

Текст є особливим завдяки поєднанню документальності та художності. Автор працює з фактами, але подає їх через суб'єктивну художню оптику. Хронотоп твору є чітко окресленим: конкретні дати, географія подій, реальні обставини та історії. Тут час ніби розтягується, ділиться на фрагменти, підпорядковуючись тривогам і новинам. Автор не намагається романтизувати війну, а демонструє її як травматичну та болісну реальність, що змінює людину раз і назавжди. Поєднання документального і художнього дозволяє створити ефект максимальної достовірності. Читач одночасно сприймає текст і як свідчення, і як художній твір.

Фрагментарність тексту також відображає особливості пам'яті травматичного досвіду. Вона не є лінійною, а складається з окремих спогадів, які можуть виникати хаотично. Автор відтворює цей механізм у структурі тексту. Важливо і те, що така структура дозволяє уникнути штучної цілісності. Війна сама по собі є хаотичною і нелогічною, тому спроба впорядкувати її може спотворити реальність. Автор обирає чесний спосіб подачі матеріалу, який відповідає суті пережитого. Художній текст постає у єдності форми й змісту.

Надважливою для автора є тема дому. Тут дім – не тільки фізичний простір, а й місце, де ти себе ідентифікуєш, місце, де ти хочеш залишатися. Його загроженість чи руйнування стають справжнім викликом. Саме через це символіка побутових речей має особливу вагу: вони є доказом і образом того, що життя триває, навіть якщо звичний нам світ зруйнований. Дім у творі є архетипним образом, виступає центром особистого світу людини. Він пов'язаний зі спогадами, безпекою, стабільністю. Його втрата означає порушення внутрішньої рівноваги. Тема дому напряду корелює з темою пам'яті. Навіть у разі фізичної втрати простору, він продовжує існувати у свідомості людини. Саме через пам'ять відбувається збереження ідентичності.

Таким чином, автор показує, що дім – це не лише місце, а внутрішній стан, незмінний незалежно від зовнішніх обставин.

Казкова повість “Котик, Півник, Шафка” фіксує історичні моменти і осмислює їх через особистий досвід. Текст не дає заздалегідь заготовлених відповідей, але створює простір та настрій для власної рефлексії, пам'яті, асоціацій з трагічними подіями сьогодення. Через документальність і казковий символізм автор формує тип письма-після-травми як способу зберегти себе і країну в слові. Зберегти свій дім та залишити його всередині себе, що є вкрай важливим для сучасної культури. Він дозволяє не лише зафіксувати події, а й осмислити їх, надати їм значення у процесі колективного відновлення. Художня література перестає бути лише засобом розваги, а стає інструментом пізнання реальності, коли читач є активним учасником процесу осмислення.

Отже, казкова повість Олександра Михеда – важливе явище сучасної української літератури, яке поєднує документальність, художність і глибокий психологічний зміст, формуючи новий спосіб говорити про війну та досвід людини в ній.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мельник Н. Повість Олександра Михеда «Котик, Півник, Шафка» як фольклорний метатекст. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Філологія. URL : [file:///D:/%D0%97%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F/356557-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-826735-1-10-20260402%20\(2\).pdf](file:///D:/%D0%97%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F/356557-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-826735-1-10-20260402%20(2).pdf) (дата звернення 05.05.2026).
2. Михед О. Котик, Півник, Шафка [Текст] : повість. Львів : Видавництво Старого Лева, 2022. 72 с.
3. Павлова О. «Котик, Півник, Шафка»: книжка про нову реальність. URL : https://www.youtube.com/watch?v=wsLVcT_vN_Q (дата звернення: 05.05.2026).

4. Шинкаренко В. Книжка «Котик, Півник, Шафка» Олександра Михеда: символи української стійкості з Бородянки оживають. Українки. URL : <https://ukrainky.com.ua/knyzhka-kotyk-pivnyk-shafkapysmennyka-oleksandra-myheda-symvoly-ukrayinskoyi-stijkosti-z-borodyanky-ozhyvayut/> (дата звернення: 05.05.2026).

Oleksandra HENBACH

student of professional pre-higher education with the educational degree

“Professional Junior Bachelor”

of the municipal institution of higher education

“Kremenchuk Humanitarian and Technological Academy”

of the Poltava Regional Council,

Kremenchuk

Scientific supervisor: Yulia OMELCHENKO

higher category teacher, teacher-methodologist

of the municipal institution of higher education

“Kremenchuk Humanitarian and Technological Academy”

of the Poltava Regional Council,

Kremenchuk

DIGITAL GAMES AS A TOOL FOR ENHANCING SPEAKING AND LISTENING SKILLS

In today’s digital era, technology plays a crucial role in everyday life, and education is no exception. Students frequently engage in online games using computers, tablets, and smartphones. This tendency highlights the need for educators to adapt to modern learning environments and seek innovative ways to motivate learners. As a result, a wide variety of digital games designed for studying languages, mathematics, science, and other disciplines have emerged [1].

Online games represent an effective approach to developing speaking and listening skills, as they create an interactive environment that simulates real-life communication. Learners

can engage with other players, develop strategies, interpret conversations, and respond promptly. Consequently, such games make the process of language acquisition more dynamic and efficient [4].

The aim of this study is to investigate the role of online games in improving speaking and listening abilities, analyze their advantages and disadvantages, and provide examples of practical game-based activities.

Speaking and listening are fundamental elements of communication competence [3].

In language learning, these skills are closely interconnected and should be developed simultaneously. However, many learners experience anxiety when speaking a foreign language in a classroom setting. They often fear making mistakes, being judged by peers, or receiving low grades. Online games help reduce this anxiety by offering a more relaxed and engaging communication environment [4].

Digital games provide extensive opportunities for practicing language skills. In contrast to traditional exercises, they incorporate interaction, creativity, and collaboration [4]. Several categories of games effectively support the development of speaking and listening:

1. **Multiplayer games.** These games require players to communicate via voice or text chat. Participants discuss strategies, give instructions, and collaborate to achieve common objectives. This type of interaction fosters authentic communication in English.

For instance, players must clearly express their thoughts and observations to identify an imposter or defend themselves. Similar interaction can be found in games such as *Fortnite*, *League of Legends*, and *Minecraft*.

2. **Role-playing games.** These games immerse players in fictional worlds where they participate in story-driven scenarios. Players communicate with characters and make decisions based on dialogues.

This process encourages attentive listening, comprehension, and retention of information for future tasks. It also exposes learners to different accents and speech patterns. Examples include *Tomb Raider*, *The Witcher*, and *Hogwarts Legacy*.

3. Educational language games. These are among the most widely used tools for learning English today. Numerous platforms and applications are specifically designed to develop language skills.

Such games include listening activities, pronunciation practice, and speaking tasks. Popular examples are *Bamboozle*, *Kahoot*, *Duolingo*, and various quiz-based platforms.

Online games provide several significant advantages for developing speaking and listening skills.

Motivation plays a key role in learning, as it is closely linked to emotional engagement. There is a strong relationship between learner motivation and academic achievement both inside and outside the classroom [3]. Engaged learners tend to be more attentive and curious, which leads to improved outcomes compared to those who feel disengaged. Video games are particularly effective in enhancing motivation through storytelling, challenges, and reward systems that evoke emotional responses [1].

Making mistakes is an essential part of the learning process, as it allows learners to improve through reflection. Although errors are often perceived negatively, they can facilitate language acquisition when learners are supported in a safe environment [2]. Video games are especially beneficial in this regard, as they provide numerous opportunities to learn through trial and error.

Authentic communication practice brings learning closer to real-life situations. Instead of memorizing phrases from textbooks or translation tools, students interact with other players and use language naturally in context [4].

Additionally, online games enable learners to practice English anytime and anywhere, thus promoting autonomous learning [4].

Despite these benefits, this approach also has certain limitations. Some games may distract learners if they focus more on entertainment than educational objectives. Technical issues, such as poor internet connection or lack of appropriate devices, can also hinder the

learning process. Moreover, not all games are suitable for educational use, as some may contain inappropriate language or content.

In conclusion, online games are an effective tool for enhancing speaking and listening skills in language learning. They provide a comfortable and engaging environment where learners can communicate, think critically, collaborate, and use language in meaningful contexts [4]. By integrating entertainment with education, digital games boost motivation, strengthen communication abilities, and increase learners' confidence. However, careful selection of games is essential, and they should be used as a supplement to traditional teaching rather than a complete substitute.

REFERENCES

1. Prensky M. Digital Game-Based Learning. New York : McGraw-Hill, 2001. 442 p.
2. Gee J. P. Learning by Design: Games as Learning Machines. Interactive Educational Multimedia. 2005. No. 8. P. 15–23.
3. Harmer J. How to Teach English. Harlow : Pearson Education Limited, 2007. 288 p.
4. Peterson M. Computer Games and Language Learning. New York : Palgrave Macmillan, 2013. 200 p.

Oleksandra HLADKA,
student of professional pre-higher education with the educational degree
“Professional Junior Bachelor”
of the municipal institution of higher education
“Kremenchuk Humanitarian and Technological Academy”
of the Poltava Regional Council,
Kremenchuk
Scientific supervisor: Yulia OMELCHENKO
higher category teacher, teacher-methodologist

USING AI IN ENGLISH LEARNING

AI-powered learning has changed the way we learn, especially when it comes to English. With AI-powered apps, chatbots, and smart tools, learners can get instant feedback, improve pronunciation, and practice conversations anytime. AI makes learning more fun, flexible, and personalized, which is why more students are using AI for studying English today [1].

What is the convenience of AI for language learning?

- **A convenient plan to achieve your goal.** Just give an answer with a couple of clicks, and the bot will know your approximate level, what specific vocabulary you need, which grammar to focus on, and how long it will take you to reach your goal if you follow the plan perfectly.
- **Here and now.** You can work with artificial intelligence anywhere and anytime. It doesn't matter if you're on your way home, in a cafe, at a party, or somewhere else, just open the app and practice.
- **Instant feedback.** AI will immediately point out a mistake in pronunciation or spelling. It can immediately explain which grammar rule to use to correct the mistake.

Today, there are many bots and AI-based programs that help improve various aspects of language, such as speaking, writing, vocabulary, and pronunciation. And there are some of them:

- **ProWritingAid and Grammarly** - This is an extension for your browser. They help you write correctly by highlighting mistakes. You can also upload PDF files there and AI will check them for mistakes.
- **Elsa AI (Elsa Speaks) and Giglish** - These AIs can help you practice speaking in real time. You ask them a topic, and they adapt the questions to your conversation. You

can text or talk to them in voice mode. This way you can prepare for an interview, a speaking exam, or just practice for real-life situations.

- **Astra Ai** - With Astra AI, you can practice grammar. Simply write down the topic you want to learn and this artificial intelligence will write you a short synopsis to help you understand the topic, create tests to consolidate knowledge, or create a podcast on the topic.

Despite the obvious advantages of artificial intelligence in education, it is important to understand that this technology is not a universal solution. AI greatly facilitates the process of learning English, making it more convenient and accessible, but it is not yet able to completely replace live communication, the experience of the teacher and the atmosphere of the study group. In addition, digital tools have their limitations - from technical errors and incomplete accuracy of algorithms to the risk of reduced motivation without interaction with real people [3]. So learning a language with live people is better not to be completely replaced by AI because of:

- **Lack of live communication.** Even the most advanced AI assistants are unable to fully capture the emotions, cultural nuances, and natural reactions that occur in live communication. This can limit the development of conversational skills and language understanding in real-world situations [3].

- **Errors and limitations of algorithms.** AI algorithms are improving, but they can still give inaccurate clues, misinterpret language, or simplify complex grammatical structures. As a result, the learner risks establishing incorrect forms or habits that are difficult to correct later [3].

- **Risk of technology dependency.** The abundance of apps and ease of use can lead to students becoming overly reliant on AI and losing motivation to practice independently with people. This reduces the value of live language experiences and makes the learning process less balanced [3].

However, excessive use of AI can affect not only socialization, but also the ability to think critically. There are many studies on the impact of artificial intelligence and chatbots on critical thinking, with mixed results. Researchers found that chatbot technology had a

medium to high positive impact on overall learning outcomes. However, their impact on critical thinking was negative [4].

Researchers have found that students may rely heavily on AI-powered chatbots to answer their questions, which can hinder the development of critical thinking and problem-solving skills. Students may be discouraged from engaging in deep learning when faced with AI-generated answers. This can lead to their learning being superficial [4].

Researchers also examined how different types of questions posed by AI affect student engagement and critical thinking. They found that while some types of questions promoted retention and evaluation of content, they generally required low levels of critical thinking. The convenience of a chatbot's assistance may discourage users from exploring alternative problem-solving strategies or thinking outside the box [4].

The real challenge lies in redefining AI's role in education. AI should act as a complement to, rather than a replacement for, human effort. It can be used to enhance learning by providing personalized feedback, identifying areas of difficulty, and suggesting resources to overcome challenges. Such applications allow learners to engage meaningfully with the material while still benefiting from AI's capabilities. However, this requires a cultural shift in how both educators and students perceive AI. Integrating AI responsibly into education demands a commitment to preserving the integrity of the learning process [2]. It is important to understand that different AI tools have different impacts on the abilities and psychological well-being of users. It also depends on the context: the culture of use. All of these affect how students interact with chatbots and other tools and apply their results [4].

REFERENCES

1. Novakid. How AI Is Helping Learning English. Novakid School, 2025.
2. Roozafzai Z. S. Artificial Intelligence Assistance and Cognitive Abilities: Harnessing AI-Assisted Heuristic Methods for Transitioning from Critical to Creative Thinking in English Language Learning. Educational Challenges. 2024. Vol. 29, No. 2. P. 339–361.

3. Staff.ua. Artificial Intelligence for Learning English: Effectiveness and Benefits. Staff.ua Blog. 2024.
4. Osvitoria. Does AI Prevent Us from Thinking Critically? The Impact of Artificial Intelligence on Cognitive Abilities. Osvitoria Media. 2024.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ТА СПОРТІ

Єлизавета ВЛАСЕНКО,

здобувачка вищої освіти першого (бакалаврського) рівня

Херсонського державного аграрно-економічного університету

Науковий керівник: Стрикаленко Є.А.,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,

доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту

Херсонського державного аграрно-економічного університету

ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Актуальність. На сьогодні, в умовах сучасного життя, перед суспільством виникає глобальна проблема повноцінного фізичного розвитку та фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти. Починаючи з пандемії COVID-19 й продовжуючи повномасштабною війною з країною-агресором, освітній процес багатьох прифронтових та релаксованих закладів освіти перейшов в дистанційних формат, що безумовно призвело до тенденції погіршення рівня здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді [1].

За нашими спостереженнями, однією з основних причин на сьогодні є малорухливий спосіб життя, який призводить до того, що рівень фізичної підготовленості здобувачів поступово знижується через відсутність систематичних тренувань та повноцінного життя в умовах війни. Крім того, значне навчальне

навантаження та тривале перебування за комп'ютером негативно впливають на фізичний стан студентів. Всі ці проблеми призводять до того, що студенти не можуть повноцінно розвиватися, зміцнюючи власне здоров'я та розвиваючись фізично.

Всім відомо що рівень фізичної підготовленості впливає не тільки на фізичний стан людини, а й на її розумову діяльність, знижуючи працездатність та здатність до концентрації під час вивчення навчального матеріалу.

Вивчення сучасного стан фізичної підготовленості здобувачів та їх відношення до рухової активності на сьогодні є доволі актуальною проблемою.

Мета дослідження оцінити рівень фізичної активності здобувачі вищої освіти ХДАЕУ.

Виходячи з мети дослідження нами були чітко визначені **завдання**:

1. Вивчити та узагальнити дані спеціальної літератури щодо побудови процесу фізичного виховання здобувачів в закладах вищого освіти.
2. Дослідити рівень фізичної активності здобувачів вищої освіти ХДАЕУ.
3. Проаналізувати відношення здобувачів вищої освіти до власного здоров'я.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань ми використовували: аналіз літературних джерел та анкетування.

Результати дослідження. Для вирішення поставлених завдань ми провели анкетування здобувачів вищої освіти ХДАЕУ щодо відношення до фізичного виховання, оцінки власного фізичного стану та здоров'я, визначення пріоритетних напрямків рухової активності, тощо. В дослідженні прийняли участь 70 здобувачів які навчаються на економічному факультеті ХДАЕУ. Анкетування проводилось анонімно зі здобувачами першого та другого року навчання, які систематично відвідують заняття.

Аналізуючи відповіді респондентів на питання "Як ви оцінюєте свій рівень фізичної підготовленості" (рис.1.) більшість здобувачів визначили як середній (68 %) та достатній (20%). Проте всього 4 % зазначили дуже високий рівень підготовленості, а дуже низький рівень не зазначив жоден з опитаних.

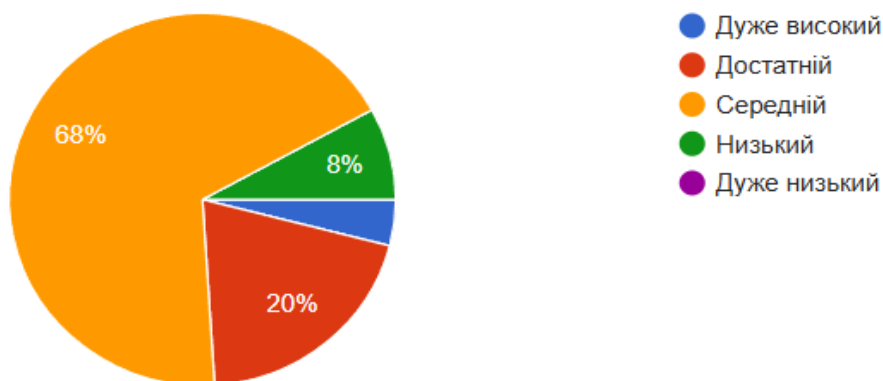


Рис.1. Як ви оцінюєте свій рівень фізичної підготовленості?

Вивчаючи варіанти відповідей щодо відхилення у стані здоров'я (рис. 2.) видно, що найбільший відсоток ти хто не відчуває ніяких відхилень (48 %). Також необхідно відмітити, що 12 % не змогли дати остаточну відповідь із-за недостатньої діагностики власного організму.

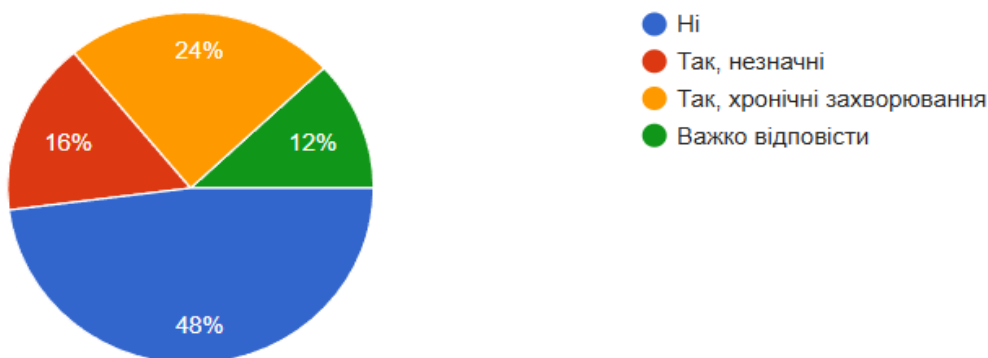


Рис.2. Чи є у Вас відхилення в стані здоров'я?

З незначними відхиленнями в здоров'ї погодились 16 % опитаних, проте кожен четвертий (24 %) зазначив що в нього присутні хронічні захворювання. Отримані результати вказують на те, що 40 % здобувачів мають певні проблеми зі здоров'ям.

В ході аналізу відповідей на питання щодо пріоритетності різних видів рухової активності, спостерігається велику розбіжність отриманих результатів. Це пов'язано з можливістю здобувачами надати власну відповідь без суттєвих обмежень (рис 3.).

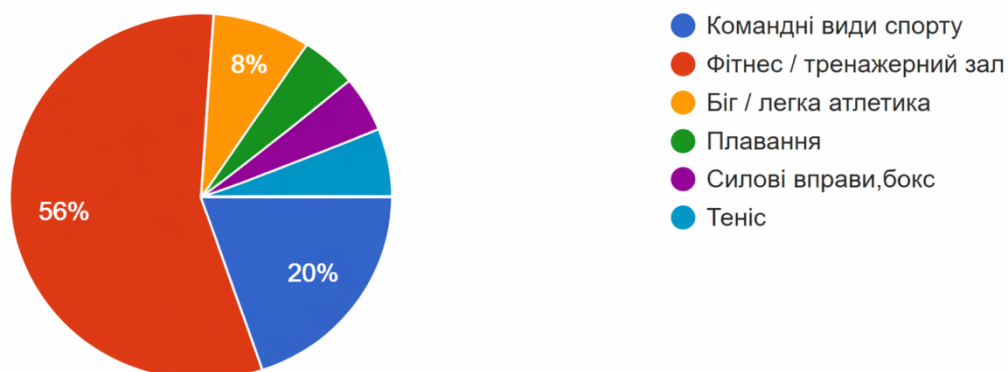


Рис.3. Який спосіб рухової активності Ви використовуєте?

Більшість здобувачів (56 %) віддають перевагу відвідуванню фітнес або тренажерних залів. Також кожен п'ятий здобувач віддає перевагу заняттям різними видами спортивних ігор (20%). Кожен 10 здобувач з радістю б займався різними видами бігових вправ з легкої атлетики. Серед інших відповідей були присутні бажання здобувачів займатись різними видами одноборств, плаванням, тощо.

Узагальнюючи відповіді на питання щодо тривалості виконання фізичних вправ (рис 4.) протягом доби нами встановлено, що більше половини здобувачів обмежуються 1-2 годинами (52 %). При цьому всього 24 % респондентів взагалі приділяють фізичній активності менше 1 години часу, що вказує на недостатній рівень рухливої активності.

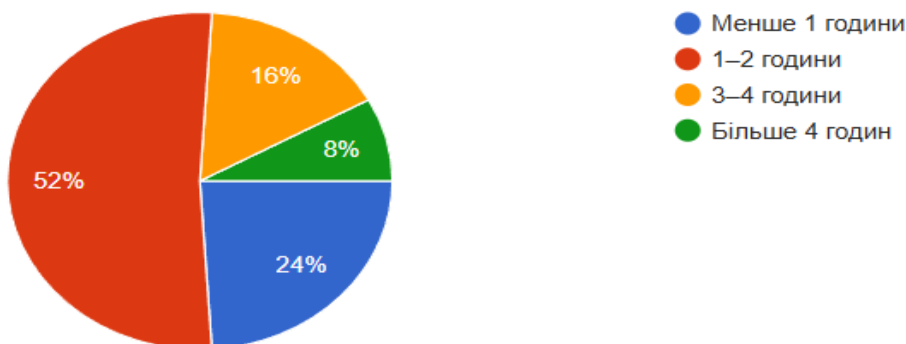


Рис.4. Скільки часу на добу Ви приділяєте фізичній активності?

Крім того, варто відзначити, що лише 16% здобувачів займаються фізичними вправами 3-4 години на добу, а 8% взагалі приділяють більше 4 годин, що доводить високу зацікавленість у спорті. В ході аналізу відповідей, можна сказати про те, що більшість здобувачів дотримується помірному рівня фізичної активності.

У процесі аналізу відповідей здобувачів на питання щодо занять фізичними вправами поза заняттями з фізичного виховання в університеті (рис. 5), встановлено, що більшість здобувачів бере участь у додатковій фізичній активності. Крім того, 44 % здобувачів зазначили, що займаються фізичними вправами регулярно, що свідчить про прагнення підтримувати фізичну форму у позанавчальний час. Водночас 40 % опитаних зазначили, що займаються іноді, що може вказувати на недостатню регулярність з відсутністю системності.

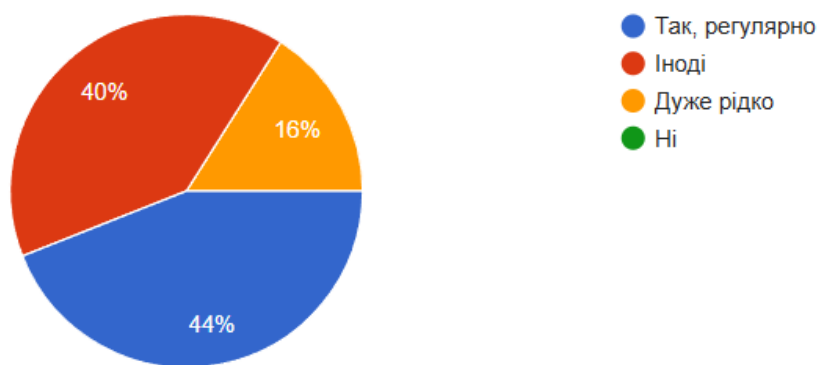


Рис.5. Чи займаєтесь Ви фізичними вправами поза заняттями з фізичного виховання в університеті?

Крім того, слід зазначити, що 16 % здобувачів дуже рідко займаються фізичними вправами у вільний час, що може свідчити про низький рівень мотивації до заняття спортом. При цьому жоден із здобувачів (0 %) не обрав варіант «ні», що є позитивним показником.

Узагальнюючі відповіді здобувачів на питання щодо основної мети занять фізичною активністю (рис. 6), можна визначити, що пріоритети розподілилися досить рівномірно. Найбільша частка опитаних (по 40 %) відповіли, що займаються фізичною активністю з метою покращення здоров'я та підтримки фізичної форми.

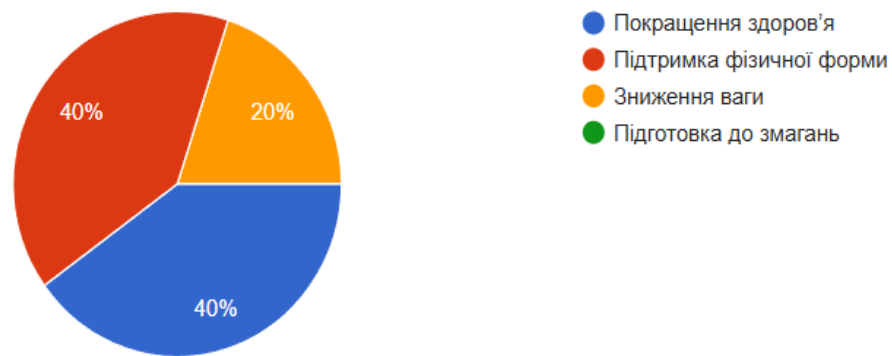


Рис. 6. Яка основна мета ваших занять фізичною активністю?

Згідно з отриманими результатами, можна сказати, що здобувачі усвідомлюють важливість фізичної активності для загального фізичного благополуччя.

Водночас 20 % опитаних вказали зниження ваги як основну мету занять. Доцільно зазначити, що жоден із опитаних (0 %) не обрав варіант підготовки до змагань, що підкреслює переважно оздоровчу мету фізичної активності.

Проаналізувавши відповіді на питання щодо частоти відвідування занять з фізичного виховання (рис. 7), встановлено, що здобувачів показують високий рівень відвідуваності. Зокрема, 64 % здобувачів відповіли, що завжди відвідують заняття, а ще 24 % — часто. Можна сказати, що цей показник вказує на відповідальне ставлення до фізичного виховання.

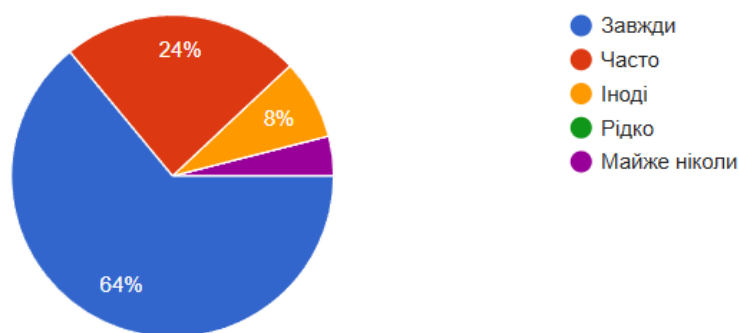


Рис. 7. Як часто ви відвідуєте заняття з фізичного виховання?

Варто зазначити, що лише 8 % опитаних відвідують заняття іноді, а 4 % — майже ніколи. Слід також звернути увагу на те, що жоден здобувач не обрав варіант «рідко», що свідчить про відповідальне ставлення до занять з фізичного виховання.

Узагальнюючи отримані відповіді щодо самооцінки способу життя здобувачів (рис. 8), можна відзначити, що більшість зазначає його як середній (48 %) або скоріше здоровий (36 %), що є позитивним показником.

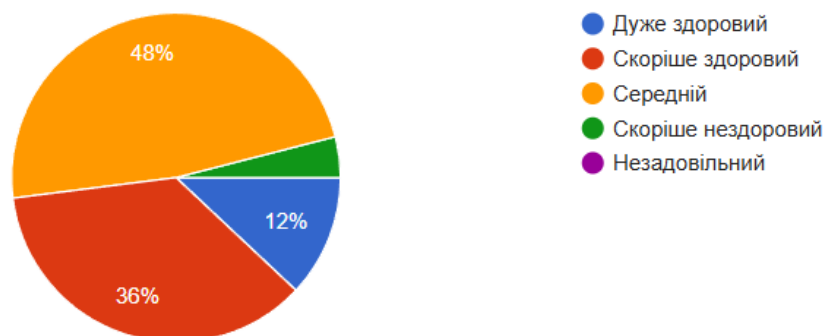


Рис. 8. Як ви оцінюєте свій спосіб життя?

Водночас 12 % опитаних відповіли про свій спосіб життя як дуже здоровим. Лише 4 % здобувачів зазначили свій спосіб життя як скоріше нездоровий, а варіант «незадовільний» не обрав жоден. Це дозволяє зробити висновок, що здобувачі позитивно оцінюють свій спосіб життя.

Узагальнюючи отримані результати зазначимо, що рівень фізичної активності здобувачів вищої освіти не є оптимальним. Для збільшення рухової активності потрібно додатково застосовувати засоби та заходи формування стійкої мотивації до занять фізкультурою та спортом в умовах дистанційного навчання. Введення різноманітних челенджів та флеш-мобів для стимулювання здобувачів до зміцнення власного здоров'я та підвищення рівня фізичної активності.

Висновки.

- Встановлено, що більшість здобувачів мають середній рівень фізичної підготовленості та дотримуються помірної фізичної активності, переважно з оздоровчою метою. Крім того, значна частина здобувачів поєднує навчальні заняття з додатковою руховою активністю, що є позитивним показником у підтриманні фізичної форми.

- Виявлено, що стан здоров'я та спосіб життя більшість здобувачів оцінили як задовільні або позитивні, хоча певна частина має певні відхилення у стані здоров'я.

Узагальнюючи відповіді здобувачів показали тенденцію до усвідомлення важливого ставлення до власного способу життя.

Використані джерела

1. Концепція розвитку дистанційної освіти в Україні. Затверджено Постановою Міністерства освіти і науки України 20 грудня 2000 р. URL:<http://uiite.kpi.ua/2019/06/03/1598/>
2. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: Навч. посіб. К. : Олімп. література, 2011. 224 с.
3. Рухлива активність студентської молоді в умовах сьогодення. URL: https://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/article/view/2763?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 13.04.2026).
4. Стрикаленко А.Ю., Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г. Мотивація до занять фізичною культурою в дистанційних умовах під час військового стану в Україні // Науковий часопис Українського державного університету імені М. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. К. : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2024. – Випуск 3 (175) 24. – С. 185-190.

Поліна ВОРОНА

студентка першого курсу групи АРХ-25-4П, Архітектурний факультет,

Валерій СИСУН

старший викладач кафедри Фізичного виховання та основ здоров'я

Ігор ТЮТЕНКО

старший викладач кафедри Фізичного виховання та основ здоров'я

ННІ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»,

Український державний університет науки та технологій

(м. Дніпро, Україна)

АЛІМЕНТАРНІ ЗАХВОРЮВАННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Vorona P., Sysun V., Tiutenko I., Nutritional diseases of the musculoskeletal system.

Annotation. *This article examines the theoretical aspects of nutritional (alimentary) diseases affecting the musculoskeletal system. The causes of their occurrence, associated primarily with unbalanced diets and nutrient deficiencies, are analyzed. The study systematizes preventive measures, emphasizing the fundamental role of rational nutrition combined with regular physical activity, specifically yoga. It is substantiated that a comprehensive lifestyle modification approach can significantly improve joint mobility, prevent structural degradation, and enhance overall physical well-being.*

Key words: *musculoskeletal system, nutritional diseases, rational nutrition, physical activity, yoga.*

Постановка проблеми. Опорно-руховий апарат є біомеханічним фундаментом нашого тіла, який розвивається та функціонує впродовж усього життя. Здатність людини до повноцінного руху безпосередньо залежить від стану кісткової та м'язової тканин.

Проте в умовах сьогодення дедалі частіше діагностуються так звані аліментарні захворювання – патологічні стани, спричинені тривалим порушенням харчування та дефіцитом ключових нутрієнтів [1, с. 15].

Такі захворювання непомітно, але невідворотно руйнують суглоби, знижують еластичність зв'язок та призводять до м'язової дистрофії.

Враховуючи сучасну тенденцію до малорухливого способу життя та незбалансованого раціону серед молоді, теоретичне дослідження механізмів виникнення аліментарних захворювань опорно-рухового апарату та пошук ефективних засобів їх профілактики є надзвичайно актуальним завданням [3, с. 113].

Дослідження виконано в межах НДР кафедри фізичного виховання та основ здоров'я ННІ ПДАБА УДУНТ на 2026 рік № 0126U002357 «Теоретико-методичні основи формування здорового способу життя різних груп населення».

Аналіз останніх досліджень. Сучасна наука розглядає проблему захворювань опорно-рухового апарату крізь призму комплексного підходу, де харчування та рух

є нерозривними елементами. У фундаментальних працях І. Будченка ґрунтовно описано особливості функціонування кістково-м'язової системи на різних вікових етапах [1, с. 16].

Водночас А. Куделко та С. Бажай-Жежерун акцентують увагу на тому, що ключовою причиною більшості аліментарних порушень є білкове голодування тканин, яке запускає механізми дистрофії [2, с. 88].

Окремий пласт досліджень присвячений оптимізації раціону. Так, І. Матасар розглядає харчування як головний засіб профілактики захворювань аліментарного генезу, наголошуючи на важливості мікроелементів для кісткової маси [3, с. 115].

Цю думку розширюють Л. Пешук та І. Устименко, які досліджують біологічну роль жирних кислот і білків у забезпеченні нормальної роботи м'язів, особливо під час фізичних навантажень [5, с. 43; 7, с. 465].

Специфіку фізичної реабілітації при порушеннях функцій суглобів та м'язів досліджують В. Полковник-Маркова та Р. Павлюк. Вони доводять, що без адекватної діагностики та регулярного посильного навантаження відновлення уражених ділянок неможливе навіть за ідеального раціону [4, с. 78; 6, с. 175].

Однак попри наявність ґрунтовних праць, питання інтеграції нутриціологічних знань та практик оздоровчої фізичної культури (зокрема йоги) потребує подальшої систематизації.

Мета дослідження: на основі теоретичного аналізу дослідити причини виникнення аліментарних захворювань опорно-рухового апарату та систематизувати комплексні методи їх профілактики засобами раціонального харчування і фізичної культури.

Організація та методи дослідження. *Контингент дослідження.* Цільовою аудиторією, для якої розроблялися теоретичні узагальнення, є здобувачі вищої освіти, які перебувають у зоні ризику розвитку аліментарних порушень через незбалансоване харчування та гіподинамію.

Організація дослідження. Робота мала теоретичний характер і виконувалася впродовж осіннього семестру 2025 року шляхом опрацювання наукових публікацій,

медичних статей та навчально-методичної літератури з фізичної реабілітації та дієтології.

Методи дослідження. Для реалізації мети було застосовано комплекс загальнонаукових методів: критичний аналіз фахової літератури, синтез, порівняння та систематизація даних для формування цілісної картини профілактичних заходів.

Результати дослідження. Опорно-руховий апарат є складною системою, в якій кістки утворюють жорсткий каркас, а м'язи, прикріплюючись до них через сухожилля, виконують роль важелів. Рух тіла стає можливим виключно завдяки злагодженому скороченню та розслабленню скелетної мускулатури. М'язи поділяються на синергісти (ті, що виконують однаковий рух) та антагоністи (ті, що діють протилежно: згиначі та розгиначі, супінатори та пронатори тощо). Для того щоб цей складний біомеханічний механізм працював без збоїв, йому потрібен постійний та якісний «будівельний матеріал» [1, с. 18].

Аліментарні захворювання виникають тоді, коли цей матеріал не надходить у достатній кількості або ж надходить у надлишку. Згідно зі статистикою, аліментарно-залежні патології посідають одне з провідних місць у структурі захворюваності населення [3, с. 118].

Недостатнє споживання білка веде до втрати м'язової маси та зниження сили. Брак кальцію, вітаміну D та фосфору провокує остеопороз (крихкість кісток), а дефіцит таких мікроелементів, як мідь, цинк, селен та вітамінів групи B, C, E, призводить до деградації хрящової тканини суглобів [2, с. 89].

Подібні стани часто посилюються наявністю в сучасній їжі антинутриєнтів, які перешкоджають засвоєнню корисних речовин. Для зупинки деструктивних процесів необхідний комплексний підхід, який поєднує корекцію харчових звичок та специфічну рухову активність. Фахівці зазначають, що близько 15-20% щоденної калорійності має надходити з якісних білків [7, с. 466]. Також критично важливо дотримуватися питного режиму (1,5-2 літри чистої води на добу) та мінімізувати вживання солі до 4-5 грамів, щоб уникнути затримки рідини та набряків суглобів [5, с. 44].

Для систематизації цих підходів ми згрупували основні профілактичні заходи у таблицю (табл. 1).

Харчування формує базу, проте без адекватного кровообігу поживні речовини просто не дійдуть до хрящів та зв'язок [3, с. 120].

Саме тому потужним інструментом покращення самопочуття виступає йога. Вона відрізняється від жорстких силових тренувань тим, що здійснює м'який механічний вплив за рахунок специфічних змін форми тіла (асан) [6, с. 177].

Таблиця 1

Характеристика методів профілактики та корекції аліментарних порушень опорно-рухового апарату

Напрямок впливу	Основні рекомендації та дії	Фізіологічний ефект
Нутриціологічна корекція (Харчування)	Збільшення частки якісного білка, кальцієвмісних та желеподібних продуктів. Споживання свіжих овочів. Зниження споживання кухонної солі.	Відновлення структури хрящів, зміцнення кісткової тканини, зменшення набряків у суглобових сумках, забезпечення м'язів амінокислотами.
Гідратація (Питний режим)	Споживання 1,5-2 л чистої води на добу. Пиття дрібними порціями до і після фізичних навантажень.	Підтримка в'язкості синовіальної (суглобової) рідини, попередження тертя суглобових поверхонь, виведення токсинів.
Оздоровча фізична культура (Йога)	Систематичне виконання асан на витягування, скручування та баланс. Контроль дихання.	Зняття м'язових спазмів, збільшення амплітуди рухів, поліпшення кровопостачання глибоких тканин.
Контроль маси тіла	Баланс між спожитими та витраченими калоріями. Регулярний антропометричний моніторинг.	Зменшення механічного компресійного навантаження на хребет та колінні суглоби, запобігання їх ранньому зношуванню.

Регулярна практика йоги сприяє нормалізації психоемоційного стану та активізує обмінні процеси. Завдяки плавному розтягненню м'язів-антагоністів та роботі з суглобами, покращується трофіка (живлення) тканин [1, с. 20].

Сучасні люди, які ведуть малорухливий спосіб життя, часто страждають від скутості. Комбінація збалансованого раціону та йоги дозволяє зняти ці м'язові блоки, повернути опорно-руховому апарату його природну гнучкість і мобільність, а також суттєво знизити больовий синдром.

Висновки:

1. На основі теоретичного аналізу встановлено, що аліментарні захворювання опорно-рухового апарату є наслідком тривалого дисбалансу поживних речовин (насамперед білків, кальцію та вітамінів) на тлі критичного зниження щоденної рухової активності.
2. Доведено, що харчування та рухова активність є не просто супутніми, а фундаментальними та взаємозалежними факторами. Лише раціональне харчування здатне забезпечити тканини пластичним матеріалом, тоді як фізичні вправи гарантують його доставку до суглобів та м'язів через стимуляцію кровообігу.
3. Систематизація методів профілактики свідчить про високу ефективність оздоровчої йоги. М'який механічний вплив асан допомагає безпечно збільшити амплітуду рухів, відновити еластичність зв'язок та усунути застійні явища без надмірного навантаження на виснажений апарат.
4. Комплексне впровадження питного режиму, контролю маси тіла, збалансованого раціону та регулярних занять йогою дозволяє запобігти деградації суглобів та значно покращити загальну фізичну працездатність молоді.

Перспективи подальших досліджень: вбачаємо у розробці спеціалізованих міждисциплінарних програм, які б детально поєднували конкретні нутриціологічні протоколи харчування з адаптивними комплексами йоги для студентів різних медичних груп.

Список використаних джерел:

1. Будченко І. Особливості розвитку та функціонування опорно-рухового апарату людини в різні вікові періоди. Умань: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, 2024. С. 14–22. URL: https://library.udpu.edu.ua/library_files/pryrodnychy_nauky_ta_pryrodokorystuvannya/2024/1/4.pdf
2. Куделко А., Бажай-Жежерун С. Вплив дефіциту білка на організм. Київ: Національний університет харчових технологій, 2022. С. 88–89. URL:

<https://dspace.nuft.edu.ua/server/api/core/bitstreams/98b3befe-6b31-40df-a579-db1591c7d4f2/content>

3. Матасар І. Т. Оптимізація харчування населення як засіб профілактики захворювань аліментарного генезу. Київ, 2023. С. 112–124. URL: <http://nanvou.org.ua/Round%20table/%D0%97%D0%91%D0%86%D0%A0%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%D0%BA%D1%80%D1%83%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D1%85%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%96%D0%B2.pdf#page=122>
4. Павлюк Р. В. Застосування методів визначення фізичної працездатності. Тернопіль, 2020. 78 с. URL: <https://api.dspace.wunu.edu.ua/api/core/bitstreams/b39a76b8-17ba-45b5-ad32-9651f704aa6c/content>
5. Пешук Л. В. Біологічна роль жирних кислот тваринного походження. Київ: Національний університет харчових технологій, 2011. С. 42–45. URL: <https://dspace.nuft.edu.ua/server/api/core/bitstreams/3d63e1cd-3d8c-4793-bfbf-e5ea903f163d/content>
6. Полковник-Маркова В. С. Особливості обстеження опорно-рухового апарату в фізичній реабілітації. Харків: Харківська державна академія фізичної культури, 2016. С. 173–179. URL: https://journals.uran.ua/frir_journal/article/view/96141/pdf_68
7. Устименко І. В. Роль білків у харчуванні в спорті : тези 72-ої наукової конференції. Полтава: Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. С. 465–466. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/7412/1/%d0%a2%d0%b5%d0%b7%d0%b8_72_%d0%93%d0%be%d1%80%d0%b4%d1%96%d1%94%d0%bd%d0%ba%d0%be_%d0%a3%d1%81%d1%82%d0%b8%d0%bc%d0%b5%d0%bd%d0%ba%d0%be.pdf

Амалія ЗАЙЦЕВА,
здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура)
факультету здоров'я та фізичного виховання
Державного вищого навчального закладу
«Ужгородський національний університет»,
м. Ужгород

Науковий керівник: Тетяна ХОМА
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури
Державного вищого навчального закладу
«Ужгородський національний університет»,
м. Ужгород

ФОРМУВАННЯ ЦІНІСНО-МОТИВАЦІЙНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ КІОКУШИН БУДО КАРАТЕ

В умовах сьогодення спостерігається тенденція до зниження рівня фізичної активності дітей шкільного віку, збільшення проявів гіподинамії, що негативно впливає на фізіологічний розвиток організму, інтелектуальні здібності, загальний стан здоров'я. Особливо вразливою категорією до вказаних негативних тенденцій є учні молодшого шкільного віку, позаяк саме цей етап вирізняється адаптацією до навчання, розвитком навичок здорового способу життя. У зв'язку з цим, актуальності набуває проблема мотивації школярів до систематичної рухової активності в режимі шкільного дня, залучення до занять спортом в позаурочний час. Такий підхід сприяє модернізації змісту навчання, формуванню у дітей стійкої звички до фізичної активності та здорового способу життя.

Одним із ефективних засобів підвищення рухової активності учнів молодшого шкільного віку є залучення до занять бойовими мистецтвами, зокрема кіокушин БудО карате, що сприяє не тільки фізичному розвитку, а й вихованню морально-

вольових якостей та ціннісних орієнтацій особистості. Погоджуємося з думкою Д. Константинова, що визначальне значення у процесі залучення молодших школярів до занять вільною боротьбою мають саме мотиваційні чинники. Серед внутрішніх чинників автор виокремлює інтерес до фізичної активності, прагнення до самовдосконалення, орієнтацію на досягнення спортивних результатів та участь у змаганнях. З-поміж зовнішніх провідну роль відіграють підтримка з боку батьків, позитивний педагогічний вплив, авторитет тренера, а також сприятливий емоційний клімат у тренувальній групі. Доцільним є використання ігрових методів, індивідуалізованого підходу, системи заохочень та фіксації досягнень школярів, що сприяють вихованню наполегливості, дисциплінованості та командної взаємодії. [3].

Проблема мотивації до занять спортом стала предметом дослідження низки науковців (Безверхня Г., Грецький О., Полякова О., Полякова І. Цибульська В. та інші). За твердженням Г. Безверхньої, В. Цибульської «розвиток мотивації здійснюється у напрямі від зовнішньо організованої, коли ці відносини виникають і актуалізуються переважно під впливом соціального оточення (тренера, команди), зумовлені особливостями конкретної ситуації до внутрішньо організованої, зумовленої переважно властивостями особистості спортсмена: властивостями темпераменту, мотивами занять спортом, вольовими якостями, здібностями до суб'єктивного самоконтролю та самоврядування почуттями, думками, поведінкою та діяльністю» [1, с. 47].

На думку О. Полякової, І. Полякова «мотивація є однією з основних рушійних сил, які впливають на активність і поведінку дітей, зокрема в контексті занять спортом. Особливо важливо досліджувати мотивацію дітей молодшого шкільного віку (6–10 років), оскільки саме в цей період формуються основи їхнього ставлення до фізичної активності та здорового способу життя» [4, с. 240].

Аналіз наукових підходів засвідчує, що мотивація до занять спортом поступово змінюється від впливу зовнішніх чинників до внутрішнього бажання самої дитини займатися фізичною активністю, розвивати дисциплінованість, чесність, силу волі, вести здоровий спосіб життя. Однак зауважимо, що на сьогодні існує низка проблем, пов'язаних із ціннісно-мотиваційним ставленням до спорту:

нестача вільного часу, надмірна втомлюваність, застосування інноваційних ігрових технологій під час фізичної активності. «Процес формування мотивації до занять спортом юних спортсменів повинен будуватися на використанні засобів, які потрібно застосовувати в умовах сім'ї, під час навчально-тренувальних занять та ін.» [2, с. 70].

Важливо надавати увагу формуванню стійкої мотивації школярів до занять кіокушин Будо карате на початковому етапі спортивної підготовки. З-поміж ефективних шляхів виокремлюємо наступні: розширення знань про вказаний вид спорту; зустріч із спортсменами, що мають досягнення, добір методів і прийомів у процесі проведення індивідуальних та групових занять; заохочення до участі у спортивних змаганнях, створення позитивного емоційного середовища тощо. Юний спортсмен повинен відчувати реалізацію власного потенціалу, підвищувати самооцінку, формувати стійкі ціннісні орієнтації, пов'язані з прагненням до самовдосконалення, відповідальністю, повагою до інших та здоровим способом життя.

Узагальнюючи наукові дослідження, можемо зазначити, що оптимальний навчальний процес для тренувань повинен будуватися переважно на ознайомчих та ігрових методах, що сприяє підтримці інтересу та позитивного емоційного стану. Значна частина фізичної активності має відводитися вправам на розвиток гнучкості, що є критично важливим для виконання каратистом рухів із максимальною амплітудою. Формування мотивації до занять карате передбачає розвиток у юних спортсменів низки особистісних якостей, зокрема позитивного ставлення до спорту, систематичного вдосконалення емоційно-вольової сфери – рішучості, впевненості у власних силах та виховання почуття колективізму.

Висновки. Формування ціннісно-мотиваційного ставлення молодших школярів до занять кіокушин Будо карате є важливим завданням сучасної системи фізичного виховання. У молодшому шкільному віці створюються сприятливі умови для становлення інтересу до спортивної діяльності та закладання основ здорового способу життя. Ефективність цього процесу значною мірою залежить від педагогічно виваженого впливу тренера, підтримки батьків та позитивного

емоційного середовища в колективі. Заняття кіокушин БудО карате виховують у молодших школярів дисциплінованість, наполегливість, самоконтроль, повагу до інших, чесність, колективізм та прагнення до постійного самовдосконалення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Безверхня Г., Цибульська В. Педагогічні умови формування спортивної мотивації у спортсменів 15–16 років. *Sport Science Spectrum*. 2024. 2, 47–54.
2. Грецький О., Мицкан Б. Формування мотивації до занять спортивною діяльністю на початковому етапі підготовки. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки : Фізичне виховання і спорт*. Луцьк. 2013. Вип. 11. С. 67–71.
3. Константинов Д. С. Мотиваційні чинники залучення молодших школярів до занять вільною боротьбою як засобу фізичного розвитку. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Випуск 8 (195) 2025. С.80-84
4. Полякова О., Поляков І. Мотивація дітей молодшого шкільного віку до занять спортом. *Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти: матеріали V-ї міжнар. наук.-практ. конф., м. Харків, 16–17 квітня 2025 р.* / Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут» Харків, 2025. С. 240–243.

Анна МАРИНОВИЧ

*Курсант Львівського державного
університету внутрішніх справ,*

*Факультету №1 (з підготовки фахівців для
органів досудового розслідування НПУ)*

ІНТЕГРАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ, ТЕХНІЧНОЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ПРАКТИЧНІЙ СТРІЛЬБІ

Сучасна система вогневої підготовки вимагає переходу від традиційної моделі навчання до комплексного підходу, що враховує фізичні, технічні та психологічні компоненти діяльності стрільця. Умови виконання службово-бойових завдань характеризуються високим рівнем стресу, дефіцитом часу та необхідністю швидкого прийняття рішень, що зумовлює потребу у впровадженні методик практичної стрільби (IPSC) як ефективного засобу підготовки. Метою є обґрунтувати ефективність інтеграції фізичної, технічної та психологічної підготовки у процесі практичної стрільби та визначити її значення для формування професійної готовності стрільця [1].

Цей вид спорту вимагає високого рівня підготовки. Завдяки своїм особливостям практична стрільба може ефективно використовуватися як засіб фізичного і психологічного розвитку стрільців. Дослідження історії свідчить про її давнє походження, коріння якого сягає ще античних часів. Упродовж тривалого історичного розвитку цей вид постійно вдосконалювався та набував нових форм, перетворившись на одну з популярних і видовищних спортивних дисциплін. Аналіз сучасних правил спортивної стрільби показує, що вони є чітко регламентованими та стандартизованими міжнародними спортивними федераціями, що забезпечує об'єктивність, справедливість і чесність проведення змагань [1].

Практична значущість дослідження визначається тим, що запропонована технологія може бути використана тренерами для підвищення процесу технічної підготовки спортсменів, які спеціалізуються у практичній стрільбі з пістолету у

русі. Результати дослідження впроваджені в навчально-тренувальний процес клубів Федерації практичної стрільби України та в навчальний процес ЗВО. Також важливим аспектом є удосконалення підготовки є застосування сучасних технічних засобів навчання, зокрема електронно-інтерактивних стрілецьких тренажерів. Їх використання забезпечує об'єктивізацію контролю техніки пострілу, автоматизований аналіз помилок та можливість багаторазового моделювання стандартних і нестандартних ситуацій без витрат боєприпасів [2].

Стрільба сприяє формуванню навичок безпечного та відповідального поводження зі зброєю. Вона навчає ефективно діяти в умовах стресу та підвищеної небезпеки, що дозволяє зменшити ризик випадкового застосування вогнепальної зброї та мінімізувати загрозу для оточуючих. Крім цього, практична стрільба розвиває точність, швидкість реакції та вміння працювати з різними цілями в різноманітних умовах. Це забезпечує більш ефективне виконання поставлених завдань із мінімальними побічними наслідками. Важливою складовою такої підготовки є моделювання стресових ситуацій, що допомагає адаптуватися до реальних обставин, швидко приймати рішення, зберігати самоконтроль і діяти максимально впевнено та безпечно [3].

К. О. Крушельницька та співавтори у дослідженні ролі мілітарі-фітнесу для стрілецької підготовки правоохоронців наголошують, що поєднання фізичних вправ із виконанням стрілецьких завдань дозволяє моделювати реальні умови діяльності. На думку авторів, саме інтеграція фізичних навантажень, технічних елементів стрільби та психологічного напруження сприяє формуванню готовності до ефективних дій у складних ситуаціях [4].

Використання вогнепальної зброї та її застосування для більшості людей не є звичним явищем, тому перші заняття зі стрільби часто супроводжуються відчуттям тривоги та страху, що зумовлює надмірне психоемоційне напруження стрільця. Систематичні й регулярні тренування, а також формування стійких навичок безпечного поводження зі зброєю сприяють покращенню результатів виконання

вправ, передбачених Курсом стрільб для поліцейських. Водночас навіть високі показники у навчальній стрільбі не гарантують повної готовності людини до реального вогневого контакту зі злочинцем[3]. Тому, практична стрільба (IPSC) є ефективним засобом комплексної підготовки, що поєднує фізичні, технічні та психологічні компоненти. Її впровадження у навчальний процес дозволяє суттєво підвищити рівень професійної готовності стрільців та забезпечити їх здатність до дій у складних і стресових умовах.

Список використаних джерел

1. Спортивна стрільба як засіб фізичного та психологічного розвитку школярів
URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/360cb818-c1b9-4f8f-8fc3-d55964e21a66/content#page=160> (дата звернення 08.05.2026)
2. Андрієнко А., Оліярник Б., Чорний М. Підготовка стрільця до використання новітніх зразків зброї, 2025. URL: <https://doi.org/10.33577/2312-4458.33.2025.194-202> (дата звернення 08.05.2026)
3. Роль практичної стрільби в системі вогневої підготовки поліцейських: психологічна складова. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/bitstreams/7c111d92-c6a0-449e-b260-b109af8e7a5a/download> (дата звернення 08.05.2026)
4. Крушельницька К. О., Савич О. М., Гречанюк А. О., Алембець М. М. Роль мілітарі фітнесу для стрілецької підготовки правоохоронців // *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2024. № 1. С. 210–218.(дата звернення 08.05.2026)

Тимур САВЧЕНКО,
Здобувач фахової передвищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

Науковий керівник: Ірина ОЛІЙНИК,
Викладач-методист Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ТРЕНЕРА

здобувач фахової передвищої освіти КЗВО «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, t.savchenko2028@pu.org.ua
викладач-методист вищої кваліфікаційної категорії фахового коледжу КЗВО «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, oleyunik.i2017@ukr.net

Емоційний інтелект (EQ) стає все більш важливим аспектом сучасного життя. У світі, де технології та автоматизація займають основні позиції, людський фактор залишається ключовим для успіху у будь-якій діяльності, в тому числі, і спортивній. Емоційний інтелект – сукупність здібностей до розуміння та регуляції емоцій. Емоційний інтелект включає в себе здатність розуміти, усвідомлювати та управляти власними емоціями, а також емоціями інших [1].

Пітер Саловей, один з засновників теорії емоційного інтелекту, вирізняв п'ять базових складових EQ [3].

По - перше, це здатність усвідомлювати свої емоції (самопізнання), тобто вміти назвати те, що ми відчуваємо, ідентифікація свого емоційного стану, настрою.

Люди, котрі краще розуміють свої почуття, приймають швидкі рішення, менше вагаються, готові чути свої істинні потреби і бажання, легше досягають бажаного.

По - друге, вміння управляти своїми емоціями (саморегуляція) – тобто володіти собою в певних ситуаціях, вміти при потребі визначити рамки свого впливу, заспокоїти себе, справитися з тривогою чи гнівом.

Таке вміння розвиває адаптивність і стресостійкість, що дозволяє простіше проживати життєві виклики, труднощі.

По – третє, самомотивація – вміння управляти власними імпульсами, тобто при потребі, відкладати задоволення і приборкувати моментні бажання, щоб досягнути більшого в майбутньому.

Це вміння самотійно себе надихати, знаходити особисті сенси, ставити досяжні цілі і поступово рухатися до їхньої реалізації.

По – четверте, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей – здатність враховувати почуття інших людей при прийнятті рішень, вміння слухати і чути, дивитися і бачити емоційні стани, потреби інших людей.

Таке вміння дозволяє ефективно впливати на інших, управляти людьми, співпереживати і підтримувати.

І, п'яте, це управління стосунками (соціальні навички) – побудова здорових стосунків. Це вміння зацікавити людей, привабити їх на свою сторону, працювати в команді, вирішувати конфлікти, бачити сильні сторони людей і допомагати їм у реалізації цілей і планів, вміння створити в команді атмосферу довіри, вислухати, прийняти різні точки зору, знайти спільні точки дотику, вміння будувати довготривалі, здорові стосунки з іншими

Емоційний інтелект (EQ) у роботі тренера — це здатність розпізнавати, розуміти та керувати власними емоціями, а також емоціями спортсменів для досягнення високих результатів. Це потужна зброя сучасного тренера, яка формує атмосферу довіри, мотивації та взаємоповаги.

Емоційний інтелект відіграє ключову роль в роботі тренера, оскільки він впливає на

- ефективність взаємодії із спортсменами,
- управління емоціями,
- мотивацію команди;
- психологічний клімат в колективі.

Розглянемо компоненти емоційного інтелекту в роботі тренера.

Самосвідомість і розуміння власних емоцій під час тренувань чи змагань.

Тренер повинен уміти розпізнавати свої емоційні реакції, аналізувати їх, щоб правильно використовувати їх при взаємодії зі спортсменами.

Управління емоціями. Здатність контролювати зовнішні прояви емоцій, пригнічувати надмірно сильні емоції, а також при необхідності добровільно викликати потрібні емоції. Вміння контролювати свої емоції, не піддаватися стресу та уникати імпульсивних рішень (наприклад, не кричати на гравців у гніві).

Мотивація. Внутрішнє прагнення тренера до досягнення цілей, здатність надихнути команду та окремих спортсменів.

Емпатія. Здатність розуміти емоційний стан вихованців, їхні переживання та страхи.

Соціальні навички. Вміння ефективно взаємодіяти, комунікувати, розв'язувати конфлікти та будувати команду.

EQ впливає на роботу тренера в таких аспектах: покращення комунікації, управління стресом, мотивація без тиску, ефективна критика, управління груповою динамікою, профілактика емоційного вигорання.

Покращення комунікації. Тренер з високим EQ краще розуміє потреби спортсменів, що допомагає підібрати індивідуальний підхід.

Управління стресом. У критичних ситуаціях (важливі змагання) тренер залишається спокійним і передає цей стан окремим спортсменам та команді, розвиває самоконтроль у спортсменів, особливо в стресових ситуаціях змагань. Мотивація без тиску. Вміння мотивувати гравців не лише критикою, а й підтримкою, що зменшує вигорання. Тренер демонструє оптимізм, гнучкість і креативність, що сприяє підвищенню результативності.

Тренер з емоційною грамотністю може "заразити" спортсменів своїм позитивним настроєм, підвищити мотивацію і згуртованість колективу.

Ефективна критика. Здатність хвалити публічно, а критикувати — приватно, не принижуючи гідність спортсмена.

Управління груповою динамікою. EQ допомагає адаптувати стиль спілкування під різних спортсменів (новачків, професіоналів, важких підлітків), вирішувати конфлікти, гасити їх до загострення, вибудовувати довгострокові стосунки з командою і її членами.

Профілактика емоційного вигорання. Здатність регулювати емоційні стани знижує рівень стомлюваності і стресу у тренерів.

У сучасному спорті, де фізичні навантаження часто максимальні, саме психологічний комфорт стає вирішальним фактором перемоги. Крім того, EQ допомагає тренеру поєднувати традиційні методи з новими технологіями, фокусуючись на психологічних аспектах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту: навч.- метод. посібник. URL: www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/cgiirbis_64/REP0000755 (дата звернення: 12.04.2026).
2. Зарицька В. В. Теоретико-методологічні аспекти розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки. Запоріжжя, 2010. 304 с.
3. Mayer J., Caruso D., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. 1999. Vol. 27. P. 267–298.

ПСИХОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ ЗМІН ТА НОВИХ ВИКЛИКІВ

Марина БОНДАРЕНКО,

здобувач вищої освіти

освітнього ступеня „Бакалавр“

Комунального закладу вищої освіти

„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради,

м. Кременчук

Науковий керівник: Тетяна ЯЦЕНКО,

Завідувач кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти

„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради,

м. Кременчук

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПОДОЛАННЯ ДИТЯЧОЇ ТРИВОЖНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Актуальність дослідження зумовлена зростанням рівня тривожності дітей дошкільного віку в умовах воєнного стану. Постійна небезпека, соціальна нестабільність, емоційна напруга в родині негативно впливають на психіку дитини та формування її особистості.

Дошкільний вік є сензитивним періодом розвитку емоційної сфери. Саме в цей час формуються базові механізми саморегуляції, довіра до світу та відчуття безпеки. В умовах війни ці процеси значно ускладнюються.

Психолого-педагогічні умови подолання тривожності вимагають системного підходу, який поєднує корекцію емоційного стану дитини з гармонізацією сімейного простору. Оскільки сім'я є головним джерелом підтримки, її конфліктність або емоційна холодність в умовах війни лише посилюють дитячу вразливість. Вивчення способів мінімізації тривожних станів через гру, арттерапію та просвітницьку роботу з батьками є ключовим завданням сучасної дошкільної психології. Ефективні методики стабілізації емоційної сфери дозволять зберегти ментальне здоров'я підростаючого покоління та забезпечити успішну адаптацію дітей до складних життєвих обставин.

У психологічній науці тривожність визначається як стійка властивість особистості, що проявляється у схильності до переживання страху та емоційної напруги. Важливо розмежовувати поняття «тривога» як ситуативний стан і «тривожність» як особистісну характеристику.

У науковій літературі тривожність розглядається як явище, що охоплює як ситуативні реакції людини на загрозу, так і стійкі індивідуальні властивості характеру.

Розуміння сутності цього поняття вимагає чіткого розмежування термінів «тривога» та «тривожність», а також аналізу їхнього впливу на загальний психічний розвиток людини.

Екзистенційну площину проблеми через аналіз підходів Л. Бінсвангера та В. Франкла розкриває у своїх працях М. Грот. Вони наголошують, що тривога є невід'ємною частиною людського існування, пов'язаною з усвідомленням свободи, відповідальності та скінченності життя. У межах цього підходу тривожність трактується не як хвороба, а як стан, що спонукає людину до пошуку сенсу та самоактуалізації [3, с. 10]. Це дає можливість розглядати переживання тривоги як потенціал для особистісного зростання та глибинної трансформації індивіда в кризові періоди.

Питання диференціації понять «тривога» та «тривожність» детально розглядає вітчизняна дослідниця О. Галієва, пропонуючи чітку межу між цими термінами. Авторка стверджує, що тривога є епізодичним станом напруги, який виникає у конкретній загрозливій ситуації та зникає після її завершення. Натомість тривожність трактується як стійка риса особистості, що виражається у схильності сприймати широке коло ситуацій як небезпечні [1, с. 38]. Це розмежування є принциповим для діагностичної практики, оскільки дозволяє відрізнити тимчасовий дискомфорт від глибокої особистісної властивості.

Теоретичний аспект діагностики тривожних розладів висвітлює у своїх дослідженнях О. Коробка, приділяючи увагу клінічним проявам цього стану. Науковець зазначає, що надмірна тривожність може трансформуватися у стійкі

патологічні розлади, які суттєво обмежують життєдіяльність людини та її соціальну адаптацію. У його роботах підкреслюється важливість раннього виявлення симптомів тривоги для запобігання розвитку складних психосоматичних станів [2, с. 50]. Аналіз розладів дозволяє виокремити біологічні та соціальні передумови формування тривожного фону особистості.

Особливості емоційної чуйності як бази для виникнення тривоги досліджує І. Чухрій, вказуючи на важливість індивідуальної сензитивності людини. Дослідниця вважає, що високий рівень емоційної вразливості та емпатії створює сприятливий ґрунт для легкого виникнення тривожних станів у відповідь на зовнішні стимули. Вона доводить, що здатність дитини тонко відчувати емоції оточуючих часто призводить до інтерналізації чужих страхів та напруження [3, с. 71]. Таким чином, емоційна чуйність виступає внутрішнім ресурсом, який може провокувати зростання тривожності.

Отже, поняття тривожності є одним із центральних у психологічній науці, маючи багаторівневу структуру та різноманітні підходи до інтерпретації.

Метою дослідження є визначення рівня тривожності дітей старшого дошкільного віку та обґрунтування психолого-педагогічних умов її подолання.

У дослідженні взяли участь 12 дітей старшого дошкільного віку. Було використано такі методики: тест тривожності (Теммл, Доркі, Амен), проєктивна методика «Малюнок сім'ї» та казка-тест «Пташеня».

Результати показали, що значна частина дітей має середній і високий рівень тривожності. Виявлено тісний зв'язок між рівнем тривожності та сімейним мікрокліматом.

Діти з несприятливими умовами в родині демонструють підвищену емоційну напругу, страхи та залежність від дорослих. Це підтверджує важливість сімейного фактору у формуванні тривожності.

Для подолання тривожності доцільно використовувати комплекс психолого-педагогічних умов: ігрову терапію, арттерапію, вправи на релаксацію, розвиток емоційної саморегуляції та роботу з батьками.

Важливою умовою подолання тривожності є опрацювання дитячих страхів за допомогою методів ізотерапії та пісочної терапії. Вправа «Малювання страху» дає дитині можливість екстерналізувати свої переживання, перетворюючи їх на видимі та контрольовані образи. Шляхом «перетворення» страшного малюнка на смішний дитина набуває психологічної влади над своїм страхом, що суттєво знижує рівень напруги.

Робота з піском у методиці «Пісочна країна» дозволяє будувати безпечні світи, що зміцнює внутрішні захисні механізми особистості.

Для стабілізації сімейних стосунків рекомендуємо вправи на підтримку емоційного зв'язку з батьками навіть у моменти їхньої відсутності. Техніка «Мама поруч» через створення символічних оберегів допомагає дітям справлятися з тривогою. Це дозволяє дитині зберігати внутрішнє відчуття захищеності. Такі заходи зменшують емоційний дефіцит та знижують градус внутрішньосімейної напруги (Дод. Д).

Особливе значення має створення безпечного емоційного середовища, що сприяє зниженню рівня тривожності та формуванню впевненості дитини.

Отже, проблема дитячої тривожності в умовах воєнного стану є надзвичайно актуальною. Її подолання можливе лише за умови комплексного підходу, що поєднує психолого-педагогічну роботу з дитиною та її родиною.

Література

1. Галієва О. М. Диференціація понять «тривога» та «тривожність». *Психологія та соціальна робота*. 2019. Вип. 49 (1). С. 32–48.
2. Коробка О. Діагностика та лікування тривожних розладів у дітей і підлітків. *НейроNEWS*. 2020. № 9. С. 48–54.
3. Чухрій І. В. Дослідження особливостей емоційної чуйності дітей дошкільного віку. *Таврійський національний університет імені І.В. Вернадського*. Серія: Психологія. 2022. Вип. 33(72). С. 68–72.

4. Groth M. Ludwig Binswanger und Viktor Frankl. Einleitung zum Dokumententeil. *In Heidegger und die Psychiatrie*. Verlag Karl Alber. 2023. P. 7–14.
5. Тест «Тривожність» (Р. Темл, М. Доркі, В. Амен). URL: <https://www.annadomina.com/test-trivozhnist-r-teml-m-dorki-v-amen/> (дата звернення: 01.03.2026)
6. Проективна методика «Малюнок сім'ї». С. 501-508. URL: [https://emotsijno-osobistisnij-rozvitok-ditej-v-umovakh-simji/](https://emotsijno-osobistisnij-rozvitok-ditej-v-umovakh-simji.webnode.com.ua/proektivna-metodika-malyunok-simji/) (дата звернення: 01.03.2026)
7. Казка-тест «Пташеня» (автор Луїза Дюсс). URL: <https://naurok.com.ua/kazka-test-lu-zi-dyuss-ptashenya-104063.html> (дата звернення: 01.03.2026)

Додаток Д

Комплексна програма психолого-педагогічної корекції тривожності дітей старшого дошкільного віку

№	Назва вправи / гри	Опис та процедура проведення	Психологічний ефект
1	«Мама поруч»	Створення «оберега» (браслет або малюнок), який дитина тримає при собі, коли мама на роботі або під час тривоги.	Зниження сепараційної тривоги, збереження емоційного зв'язку.
2	«Малювання страху»	Дитині пропонують намалювати те, чого вона боїться, а потім «перетворити» страх на смішний образ або	Об'єктивізація страху, перетворення його з невідомого на контрольоване.

		замкнути його в намальовану скриню.	
3	«Пісочна країна»	Створення власного «безпечного місця» в пісочниці з використанням фігурок захисників, будиночків та парканів.	Моделювання безпечного простору, відчуття контролю над ситуацією.

Марина КІКТЕВА,

Здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Вінницький гуманітарно- педагогічний коледж»

м. Вінниця

ПСИХОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ ЗМІН ТА НОВИХ ВИКЛИКІВ

Сучасний світ характеризується стрімкими суспільними, економічними та технологічними змінами, які суттєво впливають на всі сфери життєдіяльності людини. Глобалізація, цифровізація, урбанізація, пандемії, воєнні конфлікти та інформаційне перевантаження створюють нові умови існування особистості. Людина змушена постійно адаптуватися до нових обставин, що супроводжується значним психоемоційним навантаженням. У таких умовах психологія набуває особливої актуальності як наука, що досліджує закономірності функціонування психіки людини, її поведінку, емоції та механізми адаптації до змін [1, с. 12].

Проблема психічного здоров'я у сучасному суспільстві є однією з найважливіших. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, психічне здоров'я – це стан благополуччя, у якому людина здатна реалізовувати власний потенціал, продуктивно працювати, долати життєві труднощі та брати

активну участь у житті суспільства [6]. Однак сучасні соціальні виклики негативно впливають на емоційний стан людини, спричиняючи тривожність, емоційне виснаження, депресивні стани та психологічну нестабільність.

Особливо актуальною проблема психічного здоров'я стала в умовах війни в Україні. Воєнні дії створюють постійне відчуття небезпеки, невизначеності та страху за власне життя і життя близьких людей. Значна частина населення переживає втрату житла, вимушене переселення, розлуку з рідними, втрату соціальних зв'язків та інші психотравмуючі події. Такі обставини негативно впливають на психологічний стан людини та потребують професійної психологічної підтримки.

Метою даної роботи є аналіз ролі психології у сучасному світі та визначення її значення у подоланні нових соціальних і психологічних викликів.

Для досягнення поставленої мети необхідно виконати такі завдання:

- охарактеризувати основні виклики сучасного суспільства;
- визначити вплив стресу на психіку людини;
- проаналізувати проблему психологічної травми в умовах війни;
- дослідити значення резилієнтності для подолання життєвих труднощів;
- визначити роль психологічної допомоги у сучасних умовах.

Одним із найпоширеніших психологічних явищ сучасності є стрес. У науковій літературі стрес визначається як неспецифічна реакція організму на вплив несприятливих факторів середовища [1, с. 84]. Засновником теорії стресу вважається канадський учений Ганс Сельє, який довів, що організм людини реагує на будь-які надмірні подразники комплексом фізіологічних і психологічних змін [3, с. 17]. Помірний рівень стресу може бути корисним, оскільки сприяє мобілізації ресурсів організму та активізації діяльності людини. Проте тривалий або надмірний стрес негативно впливає на фізичне й психічне здоров'я.

Хронічний стрес призводить до погіршення пам'яті, зниження концентрації уваги, емоційної нестабільності та зниження працездатності. Людина може відчувати втому, дратівливість, апатію, тривожність і безпорадність. Тривалий вплив стресу сприяє розвитку депресивних станів, тривожних розладів та психосоматичних захворювань [2, с. 96]. Особливо небезпечним є накопичувальний ефект стресу, коли людина тривалий час перебуває у стані психологічного напруження без можливості повноцінного відновлення.

У сучасному суспільстві значного поширення набуває синдром емоційного вигорання. Найбільш уразливими до цього явища є представники професій, діяльність яких пов'язана з постійною взаємодією з людьми. До них належать педагоги, медичні працівники, психологи, соціальні працівники та військовослужбовці. Емоційне вигорання характеризується емоційною виснаженістю, зниженням професійної мотивації, байдужістю до результатів праці та погіршенням емоційного стану людини.

Особливої актуальності проблема емоційного вигорання набуває у сфері освіти. Педагогічна діяльність потребує високого рівня емоційної виключності, відповідальності та постійної комунікації. У сучасних умовах педагоги часто працюють у стані психологічного напруження через значне професійне навантаження, емоційний тиск та нестабільність суспільної ситуації. Це негативно впливає не лише на психічне здоров'я педагогів, а й на якість освітнього процесу.

Важливим чинником подолання життєвих труднощів є розвиток резиліентності. Резиліентність – це здатність людини зберігати психологічну стійкість у складних життєвих ситуаціях та адаптуватися до несприятливих умов. Резиліентна особистість здатна ефективно долати труднощі, контролювати емоції та знаходити внутрішні ресурси для подальшого розвитку.

До основних компонентів резиліентності належать емоційна стабільність, оптимізм, гнучкість мислення, позитивна самооцінка та здатність до саморегуляції. Важливе значення також має підтримка з боку сім'ї, друзів та соціального

оточення. М. В. Савчин зазначає, що психічне здоров'я особистості значною мірою залежить від її внутрішніх ресурсів та здатності до самоконтролю [2, с. 57].

У сучасних умовах особливої актуальності набуває проблема психологічної травми. Психологічна травма виникає внаслідок переживання людиною надзвичайно складних подій, які супроводжуються сильним страхом, безпорадністю або відчуттям небезпеки. Джудіт Герман підкреслює, що психологічна травма порушує базове відчуття безпеки та довіри до світу [5, с. 33].

Наслідками психологічної травми можуть бути тривожні розлади, депресія, посттравматичний стресовий розлад, порушення сну та труднощі соціальної адаптації. Людина може повторно переживати травматичні події у вигляді спогадів, нічних кошмарів або сильних емоційних реакцій. Такі переживання значно погіршують якість життя та психологічний стан особистості.

Особливо складною є ситуація внутрішньо переміщених осіб. Втрата житла, зміна соціального середовища, розлука з близькими людьми та невизначеність майбутнього спричиняють значний психологічний дискомфорт. У багатьох людей виникають труднощі адаптації, емоційна нестабільність та відчуття соціальної ізоляції. Це обумовлює необхідність розвитку системи психологічної підтримки населення.

Важливим чинником сучасного суспільства є цифровізація. Інформаційні технології суттєво змінюють спосіб життя людини, форми комунікації та характер міжособистісних відносин. Сучасна людина значну частину часу проводить у цифровому просторі, використовуючи соціальні мережі, електронні ресурси та мобільні додатки.

Цифровізація має як позитивні, так і негативні наслідки. З одного боку, вона забезпечує швидкий доступ до інформації, розширює можливості навчання та спілкування. З іншого боку, надмірне використання цифрових технологій може негативно впливати на психічне здоров'я людини. Інформаційне перевантаження

спричиняє втому, зниження концентрації уваги, погіршення пам'яті та підвищення рівня тривожності.

Окремою проблемою сучасності є залежність від соціальних мереж. Постійне перебування у віртуальному середовищі може сприяти розвитку емоційної нестабільності, формуванню низької самооцінки та соціальної ізоляції. Особливо вразливими до негативного впливу цифрового середовища є діти та молодь.

Сучасні діти зростають в умовах високої інформаційної насиченості, значного навчального навантаження та нестабільності суспільної ситуації. Вони часто стикаються з тривожністю дорослих, емоційною напругою та наслідками воєнних подій. Це негативно впливає на емоційний стан дитини та її психічний розвиток.

Гармонійний розвиток особистості дитини залежить від емоційного благополуччя, підтримки з боку дорослих та сприятливого психологічного середовища [2, с. 143]. Важливим завданням сучасної психології та педагогіки є формування у дітей навичок емоційної саморегуляції, розвитку емоційного інтелекту та стресостійкості.

Не менш важливим напрямом сучасної психології є психологічна допомога населенню. Психологічна допомога спрямована на підтримку людини у складних життєвих ситуаціях, подолання психологічних труднощів та відновлення емоційної рівноваги. Сучасна психологія пропонує різноманітні форми допомоги: психологічне консультування, психотерапію, кризову допомогу, групову терапію, тренінги особистісного розвитку та психологічну реабілітацію.

Особливого значення у сучасних умовах набуває кризова психологія. Вона спрямована на допомогу людям, які пережили травматичні події, втрати або перебувають у стані сильного стресу. Кризова психологічна допомога є необхідною для військовослужбовців, внутрішньо переміщених осіб, дітей, які пережили психотравмуючі події, та людей, що втратили близьких.

Сучасна психологія активно взаємодіє з іншими науками – медициною, педагогікою, соціологією та нейронауками. Міждисциплінарний підхід сприяє більш глибокому розумінню психічних процесів та дозволяє ефективніше вирішувати проблеми психічного здоров'я населення.

Важливим напрямом розвитку сучасної психології є формування психологічної культури суспільства. Психологічна грамотність передбачає здатність людини розуміти власні емоції, контролювати поведінку, конструктивно спілкуватися та вирішувати життєві проблеми. У сучасному суспільстві ці навички є необхідними для успішної соціальної адаптації та гармонійного розвитку особистості.

Таким чином, психологія у сучасному світі виконує надзвичайно важливу функцію забезпечення психічного благополуччя людини. Вона допомагає особистості адаптуватися до нових умов життя, долати стрес, розвивати внутрішні ресурси та зберігати психологічну рівновагу.

Отже, значення психології в умовах сучасних викликів постійно зростає. Сучасна психологія виступає не лише теоретичною наукою, але й важливим практичним інструментом підтримки людини. Її розвиток сприяє збереженню психічного здоров'я населення, формуванню стресостійкості та підвищенню якості життя суспільства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 272 с.
2. Савчин М. В. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2018. 288 с.
3. Сельє Г. Стрес без дистресу / пер. з англ. Київ : Прогрес, 1991. 112 с.
4. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості : у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.

5. Herman J. Trauma and Recovery : The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror. New York : Basic Books, 2015. 336 p.
6. World Health Organization. Mental health: strengthening our response. Geneva : WHO, 2022.

Анастасія КІМІЛЬ

здобувач вищої освіти

освітнього ступеня „Бакалавр“

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

*Науковий керівник: **Тетяна ЯЦЕНКО***

завідувач кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ХАРАКТЕРУ ДИТИНИ В КОНТЕКСТІ БАТЬКІВСЬКИХ УСТАНОВОК

Формування характеру дитини є складним, багаторівневим і тривалим процесом, що відбувається під впливом взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. Характер визначає індивідуальний стиль поведінки, особливості реагування на зовнішні впливи, рівень соціальної адаптації та моральної свідомості особистості [6]. Важливо підкреслити, що цей процес не є лінійним або одномоментним: він розгортається протягом усього життя людини, починаючи з раннього дитинства, і зазнає змін під впливом життєвого досвіду, виховання та соціального оточення [5].

Особливе місце у формуванні характеру дитини займають батьківські установки, які виступають одним із ключових механізмів соціалізації [2]. У психології під установками розуміють відносно стійку систему переконань, цінностей, емоційних реакцій і поведінкових тенденцій, що визначають ставлення людини до себе, інших і навколишнього світу [2]. У сфері сімейного виховання ці установки проявляються через стиль спілкування з дитиною, характер вимог, способи заохочення і покарання, рівень емоційної підтримки, а також через щоденні моделі взаємодії [4]. Таким чином, батьківські установки створюють той психологічний простір, у якому дитина не лише засвоює соціальні норми, а й формує власну систему цінностей і поведінкових орієнтирів [2; 6].

Значний внесок у розуміння ролі сім'ї у розвитку особистості зробили зарубіжні психологи. Зокрема, теорія прив'язаності Дж. Боулбі підкреслює, що емоційний зв'язок між дитиною та батьками є основою відчуття безпеки, яке забезпечує стабільний психічний розвиток і здатність до побудови гармонійних міжособистісних стосунків у майбутньому [5]. А. Адлер наголошував на важливості виховання в атмосфері підтримки, співпраці та взаємоповаги, вважаючи, що саме це сприяє формуванню почуття соціальної приналежності та відповідальності. К. Роджерс, у межах гуманістичного підходу, акцентував увагу на безумовному позитивному прийнятті дитини, яке є необхідною умовою розвитку адекватної самооцінки та внутрішньої гармонії [3].

Важливим є також підхід Д. Баумрінда, яка виокремила основні стилі батьківського виховання: авторитарний, демократичний і ліберальний [4]. Авторитарний стиль характеризується високим рівнем контролю та низьким рівнем емоційної підтримки, що часто призводить до формування тривожності, невпевненості та внутрішніх конфліктів у дитини. Демократичний стиль поєднує вимогливість із підтримкою, сприяючи розвитку самостійності, відповідальності, соціальної компетентності та впевненості у власних силах. Ліберальний стиль, який передбачає мінімальний контроль і надмірну свободу, може призводити до формування імпульсивності, труднощів у саморегуляції та нестійкості поведінки [7].

Батьківські установки формуються як на свідомому, так і на несвідомому рівні. Вони залежать від життєвого досвіду батьків, їхніх особистісних особливостей, рівня освіти, культурного контексту та моделей виховання, засвоєних у власній родині [2]. Саме тому часто спостерігається міжпокоління передача стилів виховання та емоційних патернів. Дослідження Е. Фромма показують, що у соціально напружених або нестабільних умовах батьки частіше демонструють установки страху, жорсткості й недовіри, які передаються дітям і впливають на їхні майбутні міжособистісні взаємини. Натомість у сім'ях, де панують довіра, відкритість і підтримка, формуються такі риси, як емпатія, самоконтроль і внутрішня впевненість [5].

Окрему увагу слід приділити узгодженості батьківських установок. Якщо мати й батько демонструють суперечливі вимоги або різні стилі виховання, дитина опиняється в ситуації психологічної невизначеності. Це ускладнює засвоєння стабільних моделей поведінки та може спричиняти внутрішні конфлікти [6]. Відповідно до теорії когнітивного дисонансу, така непослідовність може формувати у дитини емоційну нестабільність або схильність до подвійних стандартів у поведінці. Натомість узгодженість, послідовність і взаємоповага між батьками створюють відчуття безпеки та сприяють формуванню цілісного характеру [3].

Емоційний аспект взаємодії в сім'ї є визначальним у процесі формування моральних якостей. Теплі, підтримувальні стосунки сприяють розвитку здатності до співпереживання, моральної чутливості та соціальної відповідальності [1]. Водночас холодність, відчуженість або надмірна критика можуть формувати агресивність, замкненість або емоційну нестабільність. Важливо, що дитина засвоює цінності не лише через прямі настанови, а й через спостереження за поведінкою дорослих, тобто через механізм наслідування [4].

Формування характеру тісно пов'язане з віковими етапами розвитку особистості. У ранньому дитинстві його основою виступає темперамент, який визначає інтенсивність емоційних реакцій і поведінкову активність. Однак саме соціальне середовище перетворює ці природні особливості на стійкі риси характеру [6]. Згідно

з теорією психосоціального розвитку, у цей період формується базова довіра або недовіра до світу, що впливає на подальший розвиток особистості.

У молодшому шкільному віці процес формування характеру набуває особливої інтенсивності. Дитина входить у нове соціальне середовище, де значно розширюється коло взаємодій і зростає роль навчальної діяльності. У цей період формуються такі риси, як відповідальність, наполегливість, дисциплінованість, самостійність [7]. Водночас важливу роль відіграє оцінка дорослих і соціальне схвалення, які впливають на самооцінку дитини та її мотивацію до діяльності.

У підлітковому віці формування характеру ускладнюється процесами самовизначення та пошуку ідентичності. З'являється прагнення до самостійності, критичність мислення, підвищена емоційність. Вплив однолітків стає більш значущим, ніж вплив батьків, що може як сприяти розвитку соціальних навичок, так і створювати ризики негативних поведінкових моделей [6]. У юнацькому віці відбувається узагальнення життєвого досвіду, формування системи цінностей і життєвих цілей, що забезпечує становлення цілісного характеру.

У дорослому віці характер досягає відносної стабільності, проте продовжує змінюватися під впливом життєвих обставин, професійної діяльності та міжособистісних відносин. Розвиток відповідальності, витримки, здатності до саморефлексії та прийняття рішень свідчить про зрілість особистості. У пізньому віці відбувається переосмислення життєвого досвіду, що може призводити до формування мудрості, терпимості та внутрішньої гармонії [6].

Отже, формування характеру є безперервним і динамічним процесом, у якому ключову роль на ранніх етапах відіграють батьківські установки. Саме вони визначають емоційний клімат розвитку дитини, спрямовують її соціалізацію та закладають основу для формування особистості, здатної до саморегуляції, відповідальності та гармонійної взаємодії з навколишнім світом.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гаврилюк Н. П. Вплив типів сімейного виховання на психоемоційний стан дитини. *Психологія: реальність і перспективи*. 2019. № 10. С. 38–46. URL: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi10.91(дата звернення: 19.10.2025).
2. Ігнатенко О. В. Теоретичний аналіз проблеми материнства та батьківських установок у сучасній психології. *Educational dimension*. 2022. Т. 29. С. 456–462. URL: <https://doi.org/10.31812/educdim.4988>(дата звернення: 19.10.2025).
3. Конощук А. В. Вплив сімейного виховання на розвиток особистості дитини дошкільного віку: магістерська робота. 2021. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/6285>(дата звернення: 19.10.2025).
4. Курпіта О. А., Olena K. Вплив стилю сімейного виховання на особистісний розвиток дитини молодшого шкільного віку : master's thesis. 2019. URL: <http://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/29717>(дата звернення: 19.10.2025).
5. Молчанюк О. В., Яценко В. В. Сучасні суспільні виклики до процесу виховання дитини. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2020. Т. 98, № 5. С. 149–163. URL: <https://doi.org/10.33216/2220-6310-2020-98-5-149-163>(дата звернення: 19.10.2025).
6. Пекельник І. Виховання у сім'ї як першооснова розвитку дитини як особистості. *Public communication in science: philosophical, cultural, political, economic and its context* / chair Ю. Лимар. 2020. URL: <https://doi.org/10.36074/15.05.2020.v4.12>(дата звернення: 19.10.2025).
7. Рукавишникова С. Специфіка дитячо-батьківських відносин у молодшому шкільному віці. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. № 3(56)ТЗ. С. 180–187. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-3-180-187>(дата звернення: 19.10.2025).

Дар'я МИСЮРА

здобувач вищої освіти

освітнього ступеня „Бакалавр“

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Тетяна ЯЦЕНКО

кандидат психологічних наук, завідувач кафедри ППРТ

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ДИНАМІКА СТАНОВЛЕННЯ САМООЦІНКИ У ПІДЛІТКІВ

Аутуальність теми. Підлітковий вік по праву вважається одним із найбільш чутливих та драматичних періодів онтогенезу, коли відбувається кардинальна перебудова всієї системи уявлень особистості про себе. У цей час самосвідомість виходить на якісно новий рівень функціонування, перетворюючись із сукупності запозичених оцінок на внутрішньо детерміновану структуру, здатну до рефлексії та саморегуляції. Центральним утворенням цієї структури виступає самооцінка, яка не лише відображає міру задоволеності суб'єкта власними якостями, але й визначає вектор його соціальної активності, рівень домагань та загальний модус взаємодії з дійсністю.

Аналіз літературних джерел. Проблематика формування самооцінки в підлітковому віці має глибоку історію наукового осмислення, що охоплює як фундаментальні теоретичні побудови, так і прикладні емпіричні дослідження. У вітчизняній психологічній традиції вагомий внесок у розуміння цього феномену здійснив І. Д. Бех, який у своїй монографії розкрив глибинні механізми

особистісного становлення, наголошуючи на тому, що повноцінне виховання неможливе без цілеспрямованого розвитку почуття гідності, самоповаги та здатності до саморефлексії як базових передумов формування адекватної самооцінки [1]. Л. Е. Орбан-Лембрик, досліджуючи прикладні аспекти соціальної психології, акцентувала увагу на тому, що самооцінка підлітка є похідною від складних процесів міжособистісної взаємодії, де група однолітків виступає не просто тлом, а активним конструктором уявлень особистості про власну соціальну значущість та компетентність. У свою чергу, В. Г. Панок, аналізуючи структуру та завдання української практичної психології, підкреслював, що шкільне середовище створює унікальний простір соціального порівняння, де педагогічні оцінки та взаємини з учителями здатні як зміцнювати позитивний образ Я, так і провокувати глибокі особистісні кризи, пов'язані зі зниженням самоприйняття [7]. Фундаментальні засади для розуміння психологічних механізмів самооцінювання закладено в навчальному посібнику Р. Д. Павелківа, де самооцінку розглянуто як інтегральний компонент самосвідомості, що має складну структурно-функціональну організацію, охоплюючи когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий аспекти, які в підлітковому віці зазнають суттєвих трансформацій під впливом внутрішніх і зовнішніх чинників.

Сучасний етап наукових досліджень характеризується зміщенням акценту з суто теоретичного аналізу на пошук ефективних практичних інструментів психолого-педагогічного впливу. Особливу увагу привертають роботи, присвячені соціально-психологічному тренінгу як методу формування адекватної самооцінки підлітків, де на основі емпіричних даних доведено, що спеціально організована групова робота, яка моделює ситуації успіху та надає можливість отримання конструктивного зворотного зв'язку, здатна суттєво підвищити рівень самоприйняття та знизити тривожність, пов'язану із соціальним оцінюванням [3]. О. М. Блаженко в дослідженні психологічних особливостей формування самооцінки підлітків акцентує на тому, що сучасний соціокультурний контекст, зокрема тотальна цифровізація комунікації, породжує нові виклики для становлення самосвідомості, оскільки підлітки дедалі частіше потрапляють у ситуацію

перманентного порівняння себе з ідеалізованими образами, що циркулюють у медіапросторі, а це призводить до викривлення критеріїв самооцінювання та формування нереалістичних стандартів успішності [2]. Практико-орієнтований підхід до вирішення цієї проблеми запропоновано Т. В. Меркуловою, яка розробила систему психологічного супроводу підлітків, що базується на комплексному поєднанні діагностичного, корекційно-розвивального та профілактичного напрямів роботи, спрямованих на створення умов для гармонійного особистісного розвитку та формування стійкої, адекватної самооцінки через залучення підлітків до активної проектної діяльності, розвиток навичок рефлексії та побудову підтримуючого соціального середовища [4].

Виклад основного матеріалу. На початкових етапах пубертатного періоду, який охоплює молодший підлітковий вік, самооцінка зберігає риси, притаманні попередній стадії розвитку, однак набуває виразного емоційного забарвлення, зумовленого гормональною перебудовою та підвищеною сенситивністю до зовнішніх стимулів [7, с. 45]. У цей час вона має переважно глобальний, слабо диференційований характер, функціонуючи за принципом бінарних опозицій на кшталт «хороший – поганий» або «прийнятий – відторгнутий». Когнітивний компонент самооцінки ще недостатньо розвинений, що проявляється у відсутності чітких, вербалізованих критеріїв для аналізу власних якостей та досягнень. Основним джерелом формування уявлень про власну цінність виступає сімейне середовище, зокрема характер емоційного прийняття з боку значущих дорослих [4, с. 37].

Перехід до середнього підліткового віку знаменує собою якісний стрибок у розвитку самосвідомості, зумовлений інтенсивним розвитком формально-логічного мислення та здатності до гіпотетико-дедуктивних побудов. Це створює когнітивне підґрунтя для переходу від глобальної до парціальної самооцінки, за якої підліток починає розрізняти окремі сфери свого функціонування – інтелектуальну компетентність, фізичну привабливість, соціальну успішність, моральні якості. Відбувається стрімка диференціація змістового наповнення образу Я, що супроводжується зростанням суб'єктивної значущості різних аспектів

самосприйняття. Однак ця диференціація не є лінійною чи гармонійною; вона часто супроводжується вираженими коливаннями та внутрішньою конфліктністю, оскільки оцінки в різних сферах можуть суттєво дисонувати між собою [1, с. 132].

У старшому підлітковому віці, на межі переходу до ранньої юності, спостерігається поступова стабілізація та інтеграція самооцінки [2]. Цей процес зумовлений розвитком рефлексивних механізмів, здатністю до децентрації та формуванням більш цілісної, внутрішньо узгодженої Я-концепції. Оцінка себе набуває дедалі більшої реалістичності, оскільки підліток починає враховувати не лише зовнішні, соціально задані критерії успішності, але й власні інтерналізовані цінності, моральні принципи та життєві цілі. Самооцінка поступово емансипується від безпосередніх ситуативних впливів і перетворюється на відносно стійкий особистісний конструкт, здатний виконувати функцію саморегуляції поведінки [4, с. 89].

Серед множини факторів, що визначають динаміку становлення самооцінки в підлітковому віці, особливе місце посідає складний діалектичний зв'язок між сімейним та однолітковим впливом, який протягом цього періоду зазнає суттєвої трансформації [3, с. 19]. Якщо на початку підліткового віку сім'я виконує функцію безумовної емоційної бази, а батьківські оцінки слугують основним будівельним матеріалом для самооцінки, то згодом відбувається поступова зміна вектора значущості. Підліток прагне до емансипації від сімейного контролю, що часто супроводжується знеціненням батьківської думки та конфліктами, однак глибинна потреба в батьківському прийнятті зберігається, створюючи амбівалентне емоційне поле.

Висновки. Окреслені закономірності динаміки становлення самооцінки в підлітковому віці відкривають кілька перспективних напрямів для подальших наукових розвідок. По-перше, нагальною є потреба в лонгітюдних дослідженнях, які б дозволили простежити індивідуальні траєкторії розвитку самооцінки впродовж усього пубертатного періоду та виявити предиктори її адекватності на етапі переходу до ранньої юності. По-друге, особливого значення набуває вивчення впливу цифрового середовища на трансформацію критеріїв самооцінювання,

зокрема механізмів формування залежності самосприйняття від кількісних показників соціального схвалення у віртуальному просторі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І. Д. Виховання особистості : монографія. Чернівці : Букрек, 2015. 640с.
2. Блаженко О. М. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. URL: http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/stud_almanah/v_1/4.pdf
3. Дячок О. Соціально-психологічний тренінг як метод формування адекватної самооцінки підлітків. Науковий вісник ХНУ. 2016. № 3. С. 15-25.
4. Меркулова Т. В. *Психологічний супровід підлітків: Методи і практичні рекомендації*. Харків: Ранок, 2012. 200 с.
5. Панок В. Г. Українська практична психологія: визначення, структура та завдання. Практична психологія та соціальна робота. Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с.

Катерина ПІВТОРАЧЕНКО

здобувач вищої освіти

освітнього ступеня „Бакалавр“

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Людмила МОСКОВЕЦЬ

доцент кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія“

Полтавської обласної ради

ЕМПАТІЯ У СПІЛКУВАННІ ПІДЛІТКІВ

Підлітковий вік є перехідним віковим етапом, періодом інтенсивного психоемоційного та соціального розвитку, що характеризується становлення особистості, формуванням моральних цінностей, соціальних навичок та системи міжособистісних відносин. У цей час спілкування з однолітками відіграє особливо важливу роль, оскільки підлітки шукають підтримку, підтвердження своєї значущості та прийняття в групі. Ефективне спілкування забезпечується різноманітними чинниками, з-поміж яких варто відзначити емпатію як здатність усвідомлювати і переживати емоції інших, реагувати на їх потреби та будувати взаємовигідні відносини. Для створення умов успішної соціалізації, адаптації підлітків та попередження конфліктних ситуацій у закладах освіти та поза освітнім середовищем необхідно розуміти механізми розвитку емпатії, її проявів у міжособистісних взаємодіях та чинників, що її стимулюють або гальмують [4, с.149].

Актуальність дослідження емпатії у спілкуванні підлітків обумовлена сучасними соціокультурними трансформаціями та збільшенням значення міжособистісної взаємодії у цифровому середовищі. Зростаючий вплив соціальних мереж, швидкі зміни у соціальних групах та підвищені емоційні навантаження роблять підлітків особливо вразливими до конфліктів, соціальної ізоляції та психологічного стресу. У цьому контексті емпатія виступає важливим ресурсом, який допомагає встановлювати конструктивні взаємини, підтримувати соціальну згуртованість та формувати емоційну стійкість. Науковий інтерес до цієї проблеми пов'язаний із необхідністю розробки ефективних освітніх та виховних стратегій, спрямованих на розвиток емпатії, а також із важливістю її впливу на психоемоційний розвиток підлітків та їхню соціальну адаптацію.

Особливо значущою ця здатність до емпатії стає у підлітковому віці, коли формування особистості відбувається на фоні інтенсивних емоційних переживань, соціальних змін та пошуку власного місця у світі. Підлітковий період

характеризується високим рівнем чутливості до думки оточення, прагненням належати до групи однолітків та постійним зіставленням власних емоційних станів з досвідом інших. У цьому контексті емпатія виступає не лише як психологічний механізм розуміння іншого, але й як соціальний інструмент, який допомагає формувати адекватні реакції у взаємодії, сприяє підтриманню дружніх і довірчих відносин та попереджає конфлікти. Наукові дослідження свідчать, що розвиток емпатії у підлітків безпосередньо впливає на їхні соціальні навички, рівень морального саморегулювання та здатність до конструктивної взаємодії у колективі [1, с. 65].

Психологічні аспекти емпатії у підлітків розкривають складну взаємодію когнітивного та афективного компонентів. Когнітивна складова емпатії передбачає здатність усвідомлювати почуття іншого та прогнозувати його можливі реакції, що потребує високого рівня розвитку мислення, здатності до абстрагування та аналізу соціальних сигналів. Афективна складова емпатії, навпаки, забезпечує емоційне резонування, коли підліток переживає стан іншої людини, часто інтуїтивно і миттєво. Для адекватного спілкування важливим є баланс цих компонентів, оскільки надмірна афективна емпатія може призводити до емоційного вигорання або надмірного занепокоєння за інших, тоді як недорозвинена когнітивна складова може спричиняти непорозуміння та конфліктні ситуації. Під час підліткового віку активність емпатійних процесів тісно пов'язана з функціонуванням мозку, зокрема лобних та скроневих ділянок, які відповідають за регуляцію емоцій і соціальне мислення, а також з гормональними змінами, що впливають на чутливість до соціальних сигналів та сприйняття емоцій [5, с. 49].

Соціокультурні фактори також мають визначальний вплив на формування емпатії у підлітків. Середовище сім'ї, стиль виховання, рівень довіри та підтримки з боку батьків створюють фундамент, на якому формується здатність до емоційного співпереживання. Підлітки, які відчують прийняття та підтримку у сімейному колі, демонструють більш високий рівень емпатії та соціальної адаптивності, тоді як нестача уваги або стиль виховання, що базується на критиці може спричиняти

зниження чутливості до емоцій інших та розвиток егоцентричних тенденцій. Важливу роль у цьому відіграє також школа та колектив однолітків, де підлітки отримують досвід взаємодії з різними соціальними моделями, навчаються враховувати інтереси інших та формують моральні засади поведінки. Сучасні дослідження демонструють, що інтеграція соціально-емоційного навчання у навчальні програми сприяє підвищенню рівня емпатії, розвитку навичок співпраці та зменшенню проявів агресивної поведінки серед підлітків [4, с. 149].

Комунікативні прояви емпатії у підлітків характеризуються специфічними особливостями: здатністю до активного слухання, демонстрації підтримки через невербальні сигнали, такі як міміка, жести та тон голосу, що підтверджує їх емоційну включеність у процес спілкування. Водночас, у зв'язку з етапом формування власної ідентичності та прагненням самостійності, підлітки можуть проявляти вибірккову емпатію, орієнтуючись на тих, з ким вони ідентифікують себе або кому довіряють. Таке вибірккове співпереживання часто визначає динаміку дружніх груп та соціальні ієрархії серед однолітків, впливаючи на інтеграцію та соціальну включеність окремих учнів у колектив. Крім того, соціальні мережі та цифрові комунікаційні платформи створюють новий контекст для розвитку емпатії, де підлітки демонструють здатність до онлайн-підтримки та співпереживання, проте водночас існує ризик формування поверхневої або віртуальної емпатії, яка не завжди корелює з реальними соціальними навичками [2, с. 29].

Проблематика розвитку емпатії у підлітків включає як індивідуальні, так і соціальні чинники. Індивідуальні особливості, такі як темперамент, рівень самосвідомості та здатність до рефлексії, визначають готовність підлітка до емоційного залучення у спілкуванні. Соціальні фактори, включаючи культурні норми, вплив медіа та специфіку взаємодії у групі однолітків, створюють середовище, у якому емпатія може розвиватися або пригнічуватися. Важливим аспектом є також навчання підлітків конструктивному вирішенню конфліктів, оскільки емпатія допомагає передбачити реакції інших та обрати адекватну стратегію взаємодії. Наукові дані вказують, що підлітки, які активно практикують

емпатійне спілкування, демонструють більш високий рівень психологічної стійкості, здатність до співпраці та соціальну адаптивність, що сприяє їх успішній інтеграції у різні соціальні контексти [3, с. 105].

У наукових дослідженнях з проблеми емпатії підлітків часто виділяють її складові та чинники формування. Зокрема, О. Вовченко наголошує на психологічних особливостях розвитку емпатії у підлітків із порушеннями розумового розвитку та підкреслює важливість когнітивного і емоційного компонентів емпатії [1]. І. Гречуха аналізує соціально-психологічні умови розвитку емпатії та визначає чинники, що впливають на її формування, серед яких виділяє сімейне середовище, коло спілкування та шкільні взаємодії [2, с.23].

Д. Копаничук підкреслює роль педагогічних технологій у розвитку емпатії у підлітків, зазначаючи, що систематичні тренінги та соціальні вправи стимулюють формування емоційної чутливості [3, с.105]. Н. Слободянюк виділяє компоненти емпатії: емоційна сприйнятливість, співпереживання та здатність до розуміння емоцій іншої людини, що є ключовими у спілкуванні учнів підліткового віку [4, с. 150].

С. Примаченко, Я. Рябчич, Л. Шістко у своїх дослідженнях зосереджуються на психологічних особливостях емпатійної взаємодії юнаків та дівчат і визначають як внутрішньоособистісні, так і соціальні чинники, що впливають на розвиток емпатії, зокрема мотивацію до взаємодії, рівень самосвідомості та характер міжособистісних відносин [5, с.50].

На основі сучасних українських досліджень можна виокремити ключові компоненти емпатії – когнітивний, емоційний та поведінковий – і визначити основні чинники її розвитку у підлітків: сімейне виховання, соціальне оточення, шкільне середовище та педагогічні впливи.

Отже, емпатія у спілкуванні підлітків є комплексним явищем, що об'єднує когнітивні, афективні компоненти, зумовлюється соціокультурними факторами. Її розвиток впливає на формування особистості, здатність до соціальної взаємодії,

моральне саморегулювання та психологічне благополуччя підлітків. Формування емпатії у цьому віковому періоді є важливим завданням як для сім'ї, так і для освітніх закладів, оскільки забезпечує базу для здорових міжособистісних відносин, зменшення конфліктів та розвитку соціально відповідальної поведінки. Підвищення рівня емпатії у підлітків вимагає цілісного підходу, що включає увагу до емоційного стану, розвиток когнітивних навичок розуміння інших, створення підтримуючого соціального середовища та інтеграцію сучасних технологій у навчальний процес для формування адекватних соціальних навичок та моральних цінностей. Емпатія виступає ключовим фактором розвитку соціально зрілої, емоційно стабільної та психологічно адаптованої особистості, здатної до конструктивної взаємодії у сучасному світі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вовченко О. А. Психологічні особливості формування емпатії у підлітків із порушеннями розумового розвитку. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 48. С. 59–87. URL: <https://surl.li/aavost> (дата звернення: 06.10.2025).
2. Гречуха І. Соціально-психологічні умови розвитку емпатії у підлітків. *Психологія: реалії сьогодення*. 2019. Вип. 8(53). С. 23–30.
3. Копаничук Д. О. Робота соціального педагога по розвитку емпатії у підлітків. *Психолого-педагогічні науки*. 2024. Вип. 15. С. 102–107.
4. Слободянюк Н. А. Розвиток емпатії в учнів підліткового віку. *Педагогічний пошук : збірник матеріалів наукової Інтернет-конференції студентів і молодих вчених Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського «Перспективні напрями модернізації навчання, виховання, професійної підготовки»*. 2021. Вип. 12. С. 148 – 150. URL: <https://dspace.vspu.edu.ua/items/bf39ad9a-3470-48f3-a5cb-25578d4150ec> (дата звернення: 07.10.2025).
5. Шістко Л. О., Рябчич Я. Є., Примаченко С. О. Психологічні особливості емпатійної взаємодії осіб у юнацькому віці. *Журнал науковий огляд*. 2019. № 9(62).

Єкатерина САВАЄВА,
*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності G19 «Будівництво та цивільна інженерія»
Херсонського державного аграрно-економічного університету
(м. Херсон-Кропивницький, Україна)*
Науковий керівник: Інна ВАРНАВСЬКА,
*завідувач кафедри соціальних та
поведінкових наук, кандидат педагогічних наук,
доцент*

ПСИХОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ ЗМІН ТА НОВИХ ВИКЛИКІВ

Сучасний світ характеризується швидкими соціальними змінами, високим рівнем невизначеності, інформаційним перевантаженням, глобальними кризами та постійними стресовими факторами. У таких умовах особливої актуальності набуває проблема ментального здоров'я людини та її психологічної стійкості до нових викликів. Психологія як наука сьогодні відіграє важливу роль у вивченні психоемоційного стану людини, механізмів адаптації до стресу та пошуку ефективних способів підтримки ментального благополуччя у такі важкі часи.

Одним із найсерйозніших викликів сучасності є тривале перебування людини у стані небезпеки та невизначеності. Постійний стрес, інформаційний тиск, відчуття втрати контролю над подіями, соціальна нестабільність та переживання за власне майбутнє негативно впливають на психіку людини. У результаті можуть виникати підвищена тривожність, емоційне виснаження, дратівливість, порушення сну, труднощі з концентрацією уваги та зниження психологічної стійкості.

Особливо гостро проблема ментального здоров'я проявляється в умовах воєнного стану та тривалих кризових ситуацій, наприклад, на території активних

бойових дій як Херсонщина. Людина змушена постійно адаптуватися до змін, жити в умовах невизначеності та високого емоційного напруження. Тривалий вплив стресових факторів виснажує адаптаційні ресурси психіки та може призводити до довготривалих психологічних наслідків.

Водночас психологія сучасності приділяє значну увагу не лише негативним наслідкам стресу, а й розвитку психологічної стійкості особистості, а саме тому як людині навчитись жити в такі кризові часи. Важливими чинниками збереження ментального здоров'я є підтримка соціальних зв'язків, спілкування з близькими, відчуття безпеки (навіть відносної, наприклад, вдома, що сприймається психікою як зона безпеки), стабільний режим дня, зайнятість, а також розвиток навичок емоційної саморегуляції. Соціальна підтримка допомагає людині краще адаптуватися до складних життєвих обставин і знижує ризик емоційного виснаження.

Окрему роль у сучасному суспільстві відіграє психологічна допомога та психосоціальна підтримка населення. Зростає потреба у доступних психологічних консультаціях, програмах підтримки психічного здоров'я, тренінгах зі стресостійкості та формуванні культури турботи про власний психоемоційний стан. Особливо важливим є формування навичок саморегуляції у дітей та молоді, оскільки саме молоде покоління найбільш вразливе та активно стикається з інформаційними, соціальними та емоційними викликами сучасного світу.

Таким чином, психологія в сучасному світі змін та нових викликів стає одним із ключових напрямів дослідження людини та її психічного благополуччя. Збереження ментального здоров'я, розвиток психологічної стійкості та формування ефективних механізмів адаптації є важливими умовами гармонійного функціонування особистості та суспільства загалом, а це є запорукою успішного майбутнього, коли настане післявоєнний час.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Варнавська І.В. Варнавська І.В. Криза ідентичності: психологічна деконструкція тривожності херсонських ВПО в умовах втрати майна і тривалої війни. *Перспективи та інновації науки*. 2026. № 4(62). С. 3422-3435.

2. Сновида Л. Т., Герман О. І. Психічне здоров'я в умовах війни: основні ментальні та психосоціальні виклики, принципи надання допомоги *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2025. 3. С.66-70.

Ірина ХАНАТ,
учениця групи Л-10В
Наукового ліцей "Політ" при
Комунальному закладі вищої освіти
"Кременчуцька гуманітарно-
технологічна академія"
Полтавської обласної ради

Науковий керівник:
ЯЦЕНКО Тетяна,
завідувач кафедри практичної психології
та реабілітаційних технологій
Комунального закладу вищої освіти
"Кременчуцька гуманітарно-
технологічна академія"
Полтавської обласної ради

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ АРТЕРАПЕВНИЧНИХ ТЕХНІК НА РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗАТЯЖНОГО ПСИХОТРАВМУЮЧОГО ВПЛИВУ ВІЙНИ

Актуальність теми обумовлена тривалим воєнним станом в Україні, який суттєво позначився на психоемоційному розвитку дітей і змінив умови їхньої соціалізації. Війна як тривалий психотравмуючий фактор руйнує базове відчуття безпеки, стабільності та передбачуваності навколишнього світу, що є необхідними умовами гармонійного становлення особистості. Особливо чутливими до таких впливів є діти молодшого шкільного віку, адже саме в цей період активно формується емоційно-

вольова сфера, розвиваються механізми саморегуляції та закладаються основи соціальної адаптації.

В умовах тривалого стресового навантаження, спричиненого війною, одним із найпоширеніших психологічних наслідків є підвищення рівня тривожності. Воно проявляється через внутрішню напруженість, страхи, соматичні симптоми, погіршення концентрації уваги та зниження мотивації до навчання. Якщо дитина не отримує своєчасної психологічної допомоги, такі прояви можуть закріплюватися й негативно впливати на її подальший особистісний розвиток. У зв'язку з цим актуальним є пошук ефективних, науково обґрунтованих і відповідних віковим особливостям методів психокорекції, серед яких важливе місце займають арттерапевтичні технології як засіб зниження тривожності та відновлення емоційної стабільності дітей.

Теоретичну основу дослідження складають сучасні наукові підходи до трактування тривожності як складного багатокомпонентного психологічного феномену, що охоплює емоційний, когнітивний і поведінковий аспекти. У наукових працях Лев Виготський, Чарльз Спілбергер, Юрій Ханін, Алла Прихожан та Григорій Костюк тривожність розглядається як психічний стан і як відносно стійка особистісна характеристика, що формується під впливом соціального середовища та індивідуального досвіду дитини [1,2]. Важливим аспектом є розмежування ситуативної та особистісної тривожності, що дає змогу відрізнити тимчасові реакції на стресові обставини від сталої схильності до переживання напруження й очікування небезпеки [1].

В умовах воєнного стану тривожність розглядається як природна реакція дитячої психіки на тривалий стрес і втрату базового відчуття безпеки. Результати психологічних досліджень свідчать, що довготривалий психотравмуючий вплив війни спричиняє емоційну нестійкість, виснаження адаптаційних ресурсів та зростання рівня як ситуативної, так і особистісної тривожності. Особливо чутливими до таких впливів є діти молодшого шкільного віку, оскільки механізми саморегуляції у них ще недостатньо сформовані, а можливості усвідомлення й вербалізації власних переживань залишаються обмеженими [2].

Теоретичні засади застосування арттерапії ґрунтуються на психоаналітичному, гуманістичному та когнітивно-поведінковому підходах, у межах яких творча діяльність розглядається як спосіб символічного вираження внутрішніх переживань і ефективний механізм емоційної саморегуляції. Арттерапія визначається як метод психокорекції, що відповідає віковим особливостям дітей та сприяє зниженню емоційного напруження, розвитку навичок саморегуляції й відновленню психологічної рівноваги [3]. Це підтверджує доцільність використання арттерапевтичних технік для корекції підвищеної тривожності в умовах тривалого психотравмуючого впливу війни.

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення особливостей прояву тривожності у дітей молодшого шкільного віку та оцінку ефективності арттерапевтичних методів у її зниженні в умовах воєнного стану. У дослідженні взяли участь 30 дітей віком 6–7 років, яких було поділено на дві групи — контрольну та експериментальну, по 15 учасників у кожній.

Для визначення початкового рівня тривожності було використано комплекс психодіагностичних методик, зокрема:

- тест Роберт Темпл, Мері Дорки, Віктор Амен «Вибери потрібне обличчя»;
- шкалу тривожності для дітей Чарльз Спілбергер в адаптованому варіанті [1];
- анкету «Дослідження тривожності дошкільника» Галина Лаврентьєва та Тамара Титаренко;
- метод спостереження.

Результати первинної діагностики показали, що у значної частини першокласників переважали середній і високий рівні тривожності, що свідчило про необхідність організації цілеспрямованої психокорекційної роботи.

Після опрацювання результатів діагностичного етапу з учасниками експериментальної групи було проведено формувальний експеримент — курс арттерапевтичних занять, спрямованих на зниження емоційного напруження, розвиток навичок саморегуляції та стабілізацію психоемоційного стану дітей.

Програма включала 10 занять тривалістю 30–40 хвилин кожне. Зустрічі проводилися двічі на тиждень упродовж п'яти тижнів, що забезпечувало систематичність психологічного впливу та сприяло формуванню довірливої й безпечної атмосфери в групі.

Кожне заняття мало чітку трьохетапну структуру:

1. *Психологічний вступ (5 хвилин)* – вправи на дихання, елементи тілесної релаксації, налаштування на творчу діяльність.
2. *Основна частина (20–25 хвилин)* – виконання арттерапевтичних вправ.
3. *Рефлексія (5–10 хвилин)* – обговорення виконаних робіт, вербалізація переживань, аналіз емоційного досвіду.

Такий алгоритм роботи забезпечував поєднання емоційного розвантаження з усвідомленням власних переживань і поступовим формуванням навичок саморегуляції.

У межах програми було використано комплекс арттерапевтичних методів, адаптованих до вікових особливостей дітей молодшого шкільного віку.

1. **Малювання емоційних станів**

Дітям пропонувалося відобразити власний емоційний стан або конкретні переживання через теми «Мій настрій сьогодні», «Мій страх» тощо. За допомогою кольорів, ліній і символічних образів діти виражали емоції, які часто не могли описати вербально. Така форма діяльності сприяла зменшенню рівня тривоги завдяки символічному винесенню внутрішніх переживань назовні.

2. **Тематичне малювання**

Завдання «Моє безпечне місце», «Мій дім», «Місце, де я щасливий» орієнтували дітей на створення позитивних образів і переживань. Формування уявлення про безпечний простір посилювало відчуття стабільності та контролю, що має особливе значення для дітей, які перебувають в умовах хронічної невизначеності.

3. **Вільне малювання**

Можливість самостійно обирати тему та художні матеріали підсилювала відчуття автономії й свободи самовираження. Це позитивно впливало на самооцінку дітей та зменшувало страх помилки або негативного оцінювання.

4. Колективне малювання

Спільна творча діяльність сприяла розвитку комунікативних умінь і зниженню соціальної тривожності. У процесі взаємодії діти навчалися домовлятися, співпрацювати та підтримувати одне одного, що підвищувало рівень психологічного комфорту в групі.

5. Сенсорні техніки релаксації

Використання ритмічних рухів, технік «заспокійливих хвиль» та поєднання малювання з дихальними вправами забезпечувало фізіологічне розслаблення. У дітей спостерігалось зниження м'язового напруження та загального рівня емоційного збудження.

6. Музикотерапія

Спокійний музичний супровід застосовувався як під час творчої діяльності, так і як окремий засіб релаксації. Музика сприяла концентрації уваги, емоційній стабілізації та зменшенню внутрішньої напруги.

7. Пісочна терапія

Робота з піском дозволяла дітям створювати символічні образи й моделювати власні переживання у безпечному ігровому просторі. Сенсорна взаємодія з матеріалом забезпечувала швидкий заспокійливий ефект, а можливість змінювати створені сюжети формувала відчуття контролю над ситуацією.

8. Пластилінова терапія

Ліплення сприяло опрацюванню інтенсивних емоцій, зокрема страху та агресії. Перетворення «образу страху» на безпечний або кумедний символ допомагало зменшити вираженість фобічних переживань і внутрішньої напруги.

Заняття проводилися у спеціально організованому просторі, забезпеченому достатньою кількістю художніх матеріалів. Групи склалися з 7–8 дітей, що дозволяло ефективно поєднувати індивідуальний підхід із можливостями групової взаємодії. Основними принципами роботи були створення психологічно безпечної атмосфери, підтримка дитячої ініціативи та відсутність оцінювання творчого результату.

Регулярне проведення занять сприяло створенню стабільного психологічного середовища, у межах якого діти поступово знижували рівень тривожності та набували навичок емоційної саморегуляції.

Після завершення корекційної програми було здійснено повторну психодіагностику із застосуванням тих самих методик, що й на початковому етапі дослідження.

У контрольній групі суттєвих змін не виявлено: показники тривожності переважно залишилися на середньому та високому рівнях. Водночас в експериментальній групі було зафіксовано виражену позитивну динаміку, а саме:

- кількість дітей із високим рівнем тривожності скоротилася майже вдвічі;
- зросла частка дітей із низьким рівнем тривожності;
- виявлено зниження показників ситуативної та особистісної тривожності за шкалою Чарльз Спілбергер;
- зменшилися поведінкові прояви емоційного напруження, зокрема скутість, уникнення контакту та невпевненість у поведінці.

Для статистичного підтвердження отриманих результатів було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Отримані показники засвідчили наявність сильного прямого зв'язку між результатами до та після проходження корекційної програми, що підтверджує системний характер позитивних змін.

Проведене дослідження довело, що впровадження структурованої арттерапевтичної програми є ефективним засобом зниження тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Комплексне поєднання індивідуальних і групових форм роботи, сенсорних та творчих технік, а також рефлексивного обговорення сприяє:

- емоційному розвантаженню;
- розвитку навичок саморегуляції;
- підвищенню впевненості у собі;
- покращенню соціальної адаптації;
- стабілізації психоемоційного стану дітей.

Отримані результати підтверджують доцільність інтеграції арттерапевтичних технік у систему психологічної підтримки дітей в умовах соціальної нестабільності та тривалого воєнного стресу.

Впровадження арттерапевтичної програми у роботі з дітьми молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану продемонструвало її ефективність як засобу зниження тривожності та стабілізації емоційного стану. Порівняльний аналіз результатів контрольної й експериментальної груп засвідчив позитивні зміни у дітей, які брали участь у психокорекційних заняттях: зменшення частки високого рівня тривожності, підвищення емоційної врівноваженості та покращення поведінкових реакцій. Це підтверджує доцільність системного використання арттерапевтичних технік як ефективного інструменту психологічної підтримки дітей в умовах тривалого стресового впливу війни.

Література:

1. Спілбергер Ч. Д., Ханін Ю. Л. Дослідження тривожності як стану і властивості особистості // Практикум з психодіагностики. – СПб.: Пітер, 2002. – С. 45–78.
2. Прихожан А. М. Тривожність у дітей та підлітків: психологічна природа та вікова динаміка. – М.: МПсі, 2000. – 304 с.
3. Лебедева Л. Д. Арттерапія: теорія і практика. – СПб.: Речь, 2003. – С. 12–56.

Євгенія ЮРІНА

здобувач вищої освіти

освітнього ступеня «Бакалавр»

Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька

гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Віталій ОСІПОВ

викладач кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВETERANAM ВІЙНИ

Сучасна реальність в Україні, позначена тривалими воєнними діями, зумовлює зростання кількості осіб, які зазнали психотравмуючого впливу війни. Учасники бойових дій та ветерани стикаються з серйозними психологічними труднощами – посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), тривожністю, депресією, порушенням адаптації до мирного життя. Втрата бойових товаришів, поранення, пережиті бойові ситуації призводять до глибоких внутрішніх змін особистості, що потребують системної психологічної підтримки.

Актуальність проблеми зумовлена необхідністю створення ефективної системи реабілітації, яка включає не лише медичні, а й психосоціальні аспекти допомоги. Психологічна підтримка є ключовою умовою відновлення особистісної рівноваги, соціальної інтеграції та підвищення якості життя ветеранів. Саме тому дослідження особливостей психологічної допомоги цій категорії населення набуває особливого значення в умовах сучасного українського суспільства.

Учасники бойових дій зазнають екстремальних переживань: безпосередня загроза життю, втрати побратимів, поранення, свідчення насилля, морально-етичні конфлікти. Ці переживання формують складні психологічні травми, які глибоко впливають на світосприйняття, самооцінку, відчуття безпеки та базову довіру до світу. У таких умовах психіка людини зазнає серйозного навантаження, що може призводити до посттравматичного стресового розладу, тривожних і депресивних станів, агресивних або деструктивних реакцій. Як зазначає В. Босько, психологічна допомога учасникам бойових дій і ветеранам є ключовою умовою їх успішної адаптації та інтеграції у мирне життя, оскільки нехтування цим аспектом має серйозні соціальні наслідки [2, с. 35–37].

Особливістю психологічної допомоги ветеранам є необхідність урахування не лише індивідуального рівня психотравми, але й соціокультурного контексту, у якому перебуває військовослужбовець після демобілізації. Багато з них стикаються з труднощами у відновленні стосунків у родині, побудові нових соціальних зв'язків, пошуку сенсу життя після війни. Тому допомога має бути не лише

клінічною, а й міждисциплінарною – поєднувати психологічну, соціальну, духовну та освітню підтримку.

Важливою особливістю є й латентний характер проявів психотравми: багато ветеранів не звертаються по допомогу, вважаючи це проявом слабкості. Така установка часто призводить до самостійних спроб подолати симптоми – зловживання алкоголем або медикаментами, що лише поглиблює психологічну кризу. У цьому контексті надзвичайно важливо формувати позитивне ставлення суспільства до звернення за психологічною підтримкою та підвищувати рівень психологічної освіченості.

Психологічна допомога учасникам бойових дій включає кілька етапів: первинну діагностику, стабілізацію емоційного стану, корекційно-реабілітаційні заходи та соціальний супровід. У практиці застосовуються методи когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапії, тілесно-орієнтованої терапії, групової роботи, тренінгів емоційної саморегуляції та сімейного консультування [1; 2; 3].

Окремої уваги потребує профілактика адиктивної поведінки, що нерідко стає формою «самолікування». Комплексна реабілітація передбачає роботу з причинами таких проявів, навчання навичкам подолання стресу та формування мотивації до особистісного відновлення. Важливу роль у цьому відіграє створення державних і громадських програм, спрямованих на підтримку ветеранів, забезпечення стабільного доступу до фахової психологічної допомоги, а також підготовка кваліфікованих спеціалістів для роботи з військовими.

Не менш суттєвим є питання психологічної стійкості самих фахівців, які працюють із травматичним досвідом військових. Робота з такими клієнтами вимагає від психолога високої професійної підготовки, етичної чутливості, здатності до саморегуляції та наявності супервізійної підтримки. Без цього існує ризик вторинної травматизації, емоційного виснаження та професійного вигорання.

Психологічна допомога учасникам бойових дій – це не лише відновлення після травми, а й процес переосмислення життєвого досвіду, повернення до активного, усвідомленого життя. Її головна мета – допомогти людині знову відчувати

цінність себе, знайти сенс і внутрішню опору, перетворивши важкий досвід війни на ресурс для особистісного зростання та зміцнення громадянської позиції.

Висновки. Психологічна допомога учасникам бойових дій та ветеранам війни є багатокомпонентним процесом, спрямованим на відновлення емоційної рівноваги, адаптацію до мирного життя та подолання наслідків психотравмуючого досвіду. Визначено, що ефективність допомоги забезпечується системністю, індивідуальним підходом і поєднанням різних методів психотерапії та соціальної підтримки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Алещенко В. Соціально-психологічна адаптація учасників бойових дій. *Психологічний журнал*. 2022. № 8. С. 6–16.
2. Босько В. Психологічна допомога учасникам бойових дій. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір* : матеріали III Міжнар. науково-практ. конф., м. Одеса, 24 черв. 2022 р. Одеса, 2022. С. 35–38.
3. Макаренко С. Соціально-психологічна допомога учасникам бойових дій. *Молодий вчений*. 2018. № 4 (56). С. 228–231.

ІННОВАЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ В ОСВІТІ ТА СУСПІЛЬСТВІ: МОДЕЛІ ЕФЕКТИВНОГО УПРАВЛІННЯ

Володимир БОГІНЯ,

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,

Спеціальність D3 «Менеджмент»

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Роман СНИЩЕНКО,

Доктор економічних наук, професор,

зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

КОНСОЛІДАЦІЯ БАНКІВ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ ГРОШЕЙ В УКРАЇНІ

Анотація: У тезах досліджено сучасний стан банківської системи України в умовах воєнного стану, зокрема процеси консолідації банківських установ. Розглянуто перспективи впровадження цифрових грошей, включаючи криптовалюту та державну цифрову валюту, а також їх вплив на стабільність фінансового сектору та майбутній розвиток України.

Ключові слова: банківська система; консолідація; цифрові гроші; криптовалюта; е-гривня; фінансовий ринок; Україна.

Сучасний стан банківської системи України в умовах воєнного стану характеризується активними процесами консолідації. Зменшення кількості банківських установ не є ознакою занепаду, а навпаки — свідчить про очищення ринку від неплатоспроможних та слабких гравців, що сприяє підвищенню загальної надійності фінансового сектору. Посилення регуляторних вимог та адаптація до міжнародних стандартів забезпечують формування більш стійкої та конкурентоспроможної банківської системи.

Консолідація банків дозволяє більш ефективно управляти капіталом, знижувати ризики та підвищувати довіру з боку населення і міжнародних інвесторів. Великі фінансові установи отримують більше можливостей для впровадження інновацій, розвитку цифрових сервісів та забезпечення безперервності фінансових операцій навіть в умовах макроекономічних шоків.

Важливим напрямом трансформації фінансового сектору є розвиток цифрових грошей. Майбутнє України безпосередньо пов'язане з впровадженням інноваційних фінансових інструментів, зокрема державної цифрової валюти — е-гривні (CBDC).

Консолідовані банки виступають основою для інтеграції таких рішень у фінансову систему.

Використання криптовалют та цифрових активів у банківській діяльності відкриває низку перспектив:

- **прозорість операцій**, оскільки технологія блокчейн забезпечує відкритість та неможливість фальсифікації транзакцій, що зменшує корупційні ризики;
- **швидкість транзакцій**, що дозволяє значно пришвидшити проведення внутрішніх і міжнародних платежів;
- **зниження витрат**, пов'язаних із обслуговуванням фінансових операцій;
- **фінансова інклюзія**, що сприяє залученню ширших верств населення до фінансових послуг;
- **діджиталізація**, яка виступає ключовим фактором інтеграції України до європейського та світового фінансового простору.

Водночас розвиток цифрових грошей супроводжується певними викликами, серед яких волатильність криптовалют, кіберзагрози та необхідність удосконалення нормативно-правового регулювання. Це зумовлює потребу у формуванні ефективної державної політики у сфері цифрових фінансів.

Незважаючи на складні економічні та політичні умови, банківська система України демонструє високий рівень адаптивності та стійкості. Активний розвиток цифрових технологій, підтримка міжнародних партнерів та поступова інтеграція у європейський фінансовий простір свідчать про наявність значного потенціалу для подальшого розвитку.

Майбутнє України пов'язане зі створенням високотехнологічної, стабільної та інноваційної банківської системи, у якій цифрові активи стануть повноцінним інструментом розрахунків і збереження вартості. Процес консолідації лише зміцнює

цей фундамент, підвищуючи інвестиційну привабливість країни та її конкурентоспроможність на міжнародному рівні.

Список використаних джерел

1. Тімошенко Н.О., Волкова А.О. Вплив розвитку криптовалют на трансформацію банківської системи України. *Економіка та суспільство*. 2026. № 84. С. 112–118.
2. Сидорчук І.В. Цифрова трансформація банківської системи України. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2025. № 3. С. 45–50.
3. Бірюк Д.В. Концептуалізація ключових ознак модернізації сучасної фінансової системи України. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2025. № 28. С. 67–72.

Вікторія ВЕРЕЗОМСЬКА,

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю D3

“Менеджмент ”

Комунального закладу вищої освіти

„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Роман СНИЩЕНКО,

Доктор економічних наук, професор,

зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

МОТИВАЦІЯ ПЕРСОНАЛУ В УМОВАХ ПРОЄКТНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Проектна діяльність передбачає тимчасове об'єднання фахівців різного профілю для досягнення чітко визначеної мети в межах встановлених термінів і ресурсних обмежень. Такий формат організації праці суттєво відрізняється від традиційної функціональної моделі, що обумовлює специфіку формування мотиваційної системи [3, с. 18]. Ключовою особливістю є динамічність середовища, обмеженість у часі та необхідність швидкого досягнення результату, що значно впливає на підходи до стимулювання персоналу.

Насамперед, короткостроковість взаємодії між учасниками проекту ускладнює формування стійкої командної культури та довготривалих мотиваційних зв'язків. Працівники часто залучаються до кількох проєктів одночасно, що потребує швидкого переключення уваги, адаптації до нових умов та ефективного управління власним часом. У таких умовах особливої ваги набуває внутрішня мотивація, яка базується не лише на винагороді, а й на інтересі до завдання, відчутті значущості власного внеску та можливості реалізації професійного потенціалу [1, с. 72].

Крім того, різнорівневий досвід і кваліфікація учасників проєктної команди створюють необхідність індивідуалізації підходів до мотивації. Для одних працівників ключовим стимулом виступає фінансова винагорода, тоді як для інших більш значущими є можливості професійного розвитку, набуття нового досвіду або участь у складних і креативних завданнях. Саме тому універсальної мотиваційної моделі не існує, а ефективна система повинна враховувати індивідуальні потреби кожного члена команди [2, с. 154].

Суттєвим фактором виступає також необхідність швидкої адаптації до змін. Проєктне середовище характеризується постійними коригуваннями завдань і високим рівнем невизначеності, що може призводити до підвищеного рівня стресу та емоційного навантаження. У таких умовах важливою стає роль керівника проєкту, який повинен не лише координувати роботу, а й підтримувати команду, формувати довіру та забезпечувати ефективну комунікацію. Лідерство та якісна комунікація виступають одними з ключових драйверів мотивації [2, с. 203].

Ефективність мотивації значною мірою залежить від ряду факторів, серед яких важливе місце займає чіткість поставлених цілей. Працівники повинні розуміти свою роль у досягненні результату, адже нечіткі або змінні завдання знижують рівень залученості. Не менш важливою є командна взаємодія, оскільки психологічний клімат у колективі безпосередньо впливає на продуктивність. Відкрита комунікація, довіра та підтримка створюють умови для ефективної співпраці. Водночас значну роль відіграє стиль управління керівника, який визначає рівень залученості команди, а також наявність можливостей для розвитку, що дозволяють працівникам розглядати участь у проєкті як інструмент професійного зростання. Додатковим стимулюючим фактором є прозора система оцінювання результатів (KPI), яка забезпечує справедливість та зрозумілість винагороди [1, с. 115].

У проєктній діяльності застосовуються як матеріальні, так і нематеріальні інструменти мотивації. Матеріальні стимули включають бонуси за досягнення результатів, премії за виконання етапів проєкту та додаткові виплати за перевиконання встановлених показників. Водночас нематеріальні інструменти набувають особливої актуальності, оскільки саме вони формують довготривалу залученість працівників. До них належать публічне визнання досягнень, гнучкий графік роботи, можливість дистанційної діяльності, участь у прийнятті управлінських рішень та перспективи кар'єрного зростання. Найбільш ефективним є комплексний підхід, що передбачає поєднання різних видів стимулювання [1, с. 130].

Суттєву роль у сучасних умовах відіграють цифрові технології, які значно розширюють можливості управління мотивацією. Використання CRM-систем та інструментів управління проєктами, таких як Trello або Notion, дозволяє забезпечити прозорість виконання завдань, відстежувати результати в режимі реального часу, автоматизувати процес оцінювання та мінімізувати суб'єктивність у прийнятті управлінських рішень. Крім того, цифрові платформи сприяють покращенню

комунікації в команді, що позитивно впливає на рівень мотивації персоналу [3, с. 95].

Попри наявність широкого спектра інструментів, у проєктній діяльності виникають певні проблеми мотивації. До них належать короткостроковість мотиваційних ефектів, емоційне вигорання працівників, нерівномірний розподіл навантаження, недостатній рівень комунікації та відсутність чіткої системи оцінювання. Ці проблеми можуть суттєво знижувати ефективність роботи команди та потребують комплексного підходу до їх вирішення [2, с. 215].

У зв'язку з цим важливими є напрями підвищення ефективності мотивації, серед яких доцільно виділити впровадження гнучких методів управління, таких як Agile та Scrum, розвиток культури зворотного зв'язку, формування індивідуальних мотиваційних траєкторій, використання елементів гейміфікації та забезпечення балансу між роботою і відпочинком. Особливого значення набуває персоналізований підхід до мотивації, який дозволяє враховувати індивідуальні потреби працівників і підвищувати їхню залученість до досягнення спільної мети [1, с. 210].

Таким чином, мотивація персоналу в умовах проєктної діяльності є складним і багатокомпонентним процесом, що потребує гнучкості, адаптивності та поєднання різних інструментів впливу. Ефективне управління мотивацією дозволяє не лише підвищити продуктивність команди, а й забезпечити досягнення стратегічних цілей проєкту.

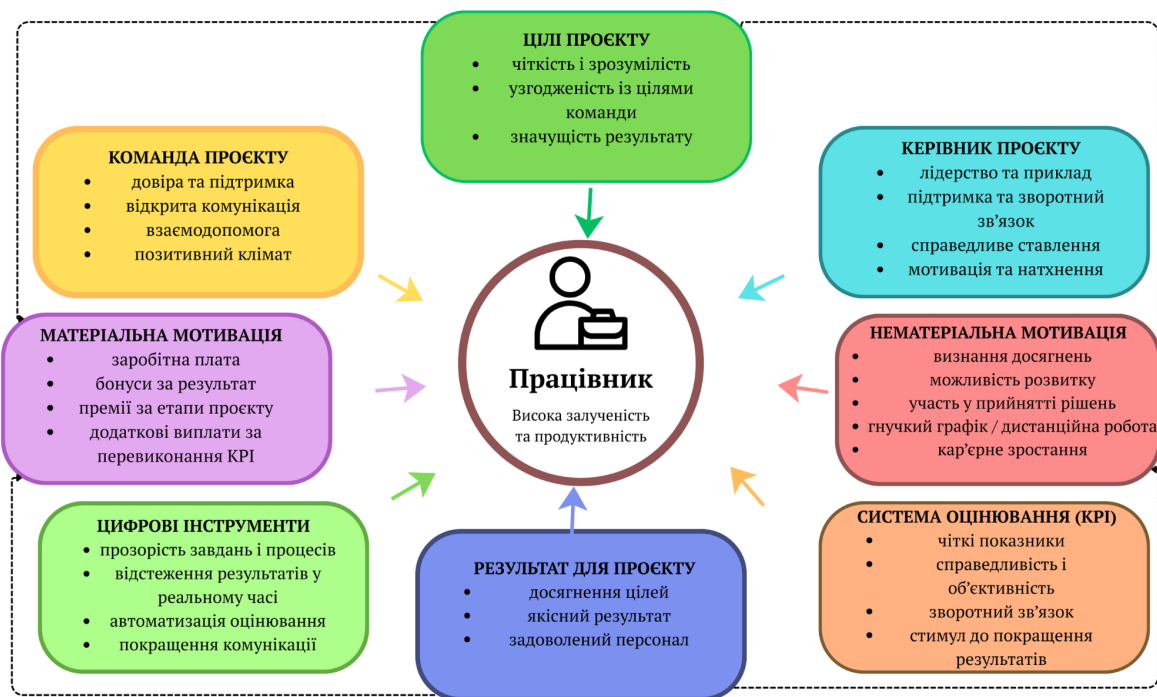


Рис.1 - Система мотивації персоналу в умовах проєктної діяльності

Висновки. Мотивація персоналу в умовах проєктної діяльності є складним і багатогранним процесом, що потребує врахування специфіки проєктного середовища. Ефективна система мотивації повинна поєднувати матеріальні та нематеріальні стимули, базуватися на прозорих критеріях оцінювання та враховувати індивідуальні особливості працівників. Використання сучасних цифрових технологій та гнучких методів управління дозволяє підвищити рівень залученості персоналу, покращити результати діяльності та забезпечити досягнення цілей проєкту. У подальшому важливим напрямом досліджень є розробка інноваційних підходів до мотивації в умовах цифрової трансформації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Колот А. М., Цимбалюк С. О. Мотивація персоналу: теорія і практика управління. Київ : КНЕУ, 2011. 397 с.
2. Грішнова О. А. Економіка праці та соціально-трудові відносини : підручник. Київ : Знання, 2016. 535 с.
3. Тарасюк Г. М. Управління проєктами : навч. посіб. Київ : Каравела, 2004. 344 с.

Анна КІЯШОК,

Здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради

м.Кременчук

ІНТЕГРАЦІЯ СИСТЕМ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ У ПРОЄКТНУ ДІЯЛЬНІСТЬ

В умовах сучасної цифрової економіки успіх проєкту визначається не лише дотриманням термінів та бюджету, а й рівнем задоволеності стейкхолдерів. Інтеграція систем управління якістю (на основі стандартів ISO 9000) у проєктний менеджмент перетворює якість із фінального етапу контролю на наскрізну стратегію управління[1].

Управління якістю в проєкті — це сукупність процесів, які гарантують, що результати проєкту, а також методи їх досягнення відповідатимуть очікуванням і вимогам замовника та інших стейкхолдерів[4]. Це не просто фінальна перевірка продукту на помилки, а стратегічний підхід, який пронизує проєкт від ідеї до завершення[6].

На відміну від операційної діяльності, проєкт має обмежені часові рамки, що вимагає динамічних методів забезпечення якості[7]. Поєднання методологій управління проєктами (PMBOK, PRINCE2) із принципами ISO 9001 створює каркас для мінімізації ризиків та запобігання дефектам на ранніх етапах[1,3].

Принципи інтеграції систем управління якістю в життєвий цикл проєкту базуються на циклі PDCA (Plan-Do-Check-Act), який адаптується під кожен етап проєкту[5]:

1. Планування (Plan): Розробка Плану управління якістю, визначення метрик (KPI) та стандартів, яким має відповідати результат[3].
2. Виконання (Do): Процеси забезпечення якості (Quality Assurance), що гарантують дотримання встановлених регламентів[4].

3. Перевірка (Check): Контроль якості (Quality Control) — верифікація конкретних результатів на відповідність вимогам[1].

4. Коригування (Act): Постійне вдосконалення на основі отриманого досвіду (Lessons Learned)[2].

Ефективна інтеграція вимагає використання аналітичного інструментарію:

- Діаграма Ісікави (причинно-наслідкова) для виявлення факторів, що впливають на відхилення в проєктних показниках.
- Контрольні карти Шухарта для моніторингу стабільності процесів проєкту в реальному часі.
- Бенчмаркінг для порівняння поточних проєктних рішень із кращими практиками в галузі.
- Аудит якості для незалежної оцінки того, наскільки команда дотримується корпоративних стандартів управління[5,6].

Сучасний Digital Manager має інтегрувати контроль якості безпосередньо в робоче середовище використання систем (Jira або Trello) для блокування переходу завдання на наступний етап без підтвердження критеріїв готовності і системи візуалізації відхилень якості в Notion або Google Sheets через налаштовані API, що дозволяє миттєво реагувати на критичні помилки.

Інтеграція систем управління якістю — це не лише документація, а й трансформація мислення команди бо кожен учасник проєкту є «власником якості» на своїй ділянці, а не просто виконавцем[6].

Бар'єри інтеграції та шляхи їх подолання

Основними перешкодами інтеграції є бюрократизація (надмірна кількість звітів), конфлікт між швидкістю та якістю і супротив команди змінам[7].

Шляхом вирішення є автоматизація збору даних про якість, навчання персоналу та впровадження гнучких методологій, де перевірка якості інтегрована в короткі ітерації.

Управління якістю — це баланс. Надмірна якість веде до роздування бюджету, а недостатня — до провалу на ринку. Головне завдання менеджера — знайти ту точку, де продукт відповідає вимогам з мінімальними витратами ресурсів[5].

Інтеграція систем управління якістю у проєктну діяльність є критичним фактором конкурентоспроможності. Вона дозволяє не лише створювати продукти, що відповідають специфікаціям, а й оптимізувати ресурси, зменшувати витрати на переробку та підвищувати репутаційний капітал компанії. Для фахівця з діджитал-менеджменту це означає створення «екосистеми якості», де технології та стандарти працюють в синергії.

Джерела:

1. ДСТУ ISO 9001:2015. Системи управління якістю. Вимоги (ISO 9001:2015, IDT). — Київ : Держспоживстандарт України, 2016.
2. ISO 21500:2021. Project, programme and portfolio management — Context and concepts. — International Organization for Standardization.
[Електронний ресурс]. Режим доступу:
<https://www.iso.org/standard/74744.html>
3. A Guide to the Project Management Body of Knowledge (PMBOK® Guide). 7th Edition. — Project Management Institute (PMI), 2021. — 250 p.
4. ISO 10006:2017. Quality management — Guidelines for quality management in projects. — International Organization for Standardization.
[Електронний ресурс]. Режим доступу:
<https://www.iso.org/standard/65737.html>
5. Гітіс Т. П. Управління якістю : навчальний посібник. — Краматорськ : ДДМА, 2020. — 148 с.
6. Момот О. І. Менеджмент якості та елементи системи якості. — К. : Центр учбової літератури, 2017. — 368 с.
7. Отенко І. П., Полтавська С. В. Управління проєктами : навчальний посібник. — Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2021. — 240 с

Альбіна КИРИЛОВА,
здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

Науковий керівник: Роман СНИЩЕНКО,
Доктор економічних наук, професор,
зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ОСНОВИ КОМАНДНОЇ РОБОТИ В ПРОЄКТНОМУ МЕНЕДЖМЕНТІ

Ефективна команда проєкту - це не просто група фахівців, а тимчасовий живий організм, де кожен доповнює один одного для досягнення специфічної мети. На відміну від звичайної робочої групи, де панує індивідуальна відповідальність, у команді результат базується на спільних зусиллях та синергії. Головний принцип тут простий: правильна взаємодія створює продукт, який значно перевищує суму можливостей окремих учасників. Проте цей стан не виникає автоматично - за моделлю Брюса Такмена, кожна команда має пройти через «кризу становлення». Все починається з обережного знайомства (Формування), переходить у неминучу стадію конфліктів та боротьби за вплив (Штормінг) і лише після розробки спільних правил (Нормування) виходить на пік продуктивності (Виконання), завершуючись оцінкою результатів після фіналу проєкту.

Успіх такої динаміки критично залежить від балансу ролей. Згідно з підходом Мередіта Белбіна, ідеальна команда складається не з однакових лідерів, а з людей,

що закривають різні поведінкові ніші: від «Генераторів ідей» та «Аналітиків» до дисциплінованих «Виконавців» і дипломатичної «Душі команди». Якщо цей баланс порушено або в колективі існують внутрішні бар'єри, описані Патріком Ленсіоні (як-от брак довіри, страх конфлікту чи байдужість до спільного результату), навіть найсильніші професіонали не зможуть спрацюватися.

Сучасний менеджмент вирішує ці виклики через комбінацію жорстких та м'яких підходів. Це і використання психологічних тестів (MBTI, DISC) для сумісності, і впровадження Agile-культури, де цінуються «T-shaped» спеціалісти - глибокі експерти, здатні розуміти суміжні галузі. У таких умовах роль лідера радикально змінюється: він перестає бути контролером і стає фасилітатором. Його завдання - не роздавати вказівки, а створювати безпечне середовище для інновацій, підтримувати автономію учасників та використовувати конфлікти як інструмент для росту, а не як привід для покарання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Такмен Б. Модель розвитку групи (Forming, Storming, Norming, Performing). Вперше опублікована в статті: Tuckman, Bruce W. (1965). «Developmental sequence in small groups». Це база для розділу про динаміку команди.
2. Белбін М. Команди менеджерів. Секрети успіху та причини невдач. (Belbin, R. M. (1981). Management Teams: Why They Succeed or Fail). Основне джерело для опису 9 командних ролей.
3. Ленсіоні П. П'ять вад команди. Притча про лідерство. (Lencioni, P. (2002). The Five Dysfunctions of a Team). Книга, з якої взято модель психологічних бар'єрів.
4. Project Management Institute (PMI). Настанова до зводу знань з управління проєктами (PMBOK® Guide). Зокрема, розділи присвячені ресурсам проєкту та управлінню людським капіталом (6-те та 7-ме видання).
5. Кові С. 7 звичок надзвичайно ефективних людей. (Covey, S. (1989). The 7 Habits of Highly Effective People). Концепція синергії та міжособистісної взаємодії.

6. Sutherland J. Agile: Ставай вдвічі швидшим, роблячи вдвічі менше. (Sutherland, J. (2014). Scrum: The Art of Doing Twice the Work in Half the Time). Джерело для тез про Agile-підхід та самоорганізовані команди.

Артур КУЛИЧКОВ

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,
Спеціальність D3 «Менеджмент» Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

*Науковий керівник: **Роман СНИЩЕНКО**,
Доктор економічних наук, професор,
зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

СТРАТЕГІЧНЕ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ В ІТ-ПРОЄКТАХ: БАЛАНС МІЖ ВАЛІДАЦІЄЮ MVP ТА ТЕХНІЧНИМ БОРГОМ

У сучасних умовах розробки інформаційних систем, які характеризуються високим рівнем невизначеності та динамікою ринку, менеджмент якості в ІТ-проєктах еволюціонує від простого контролю відповідності вимогам до стратегічного інструменту валідації бізнес-гіпотез. Класичні підходи, що вимагають вичерпної специфікації та тотального тестування до моменту релізу, часто призводять до створення ідеального з технічної точки зору продукту, який не має попиту.

Тому при розробці MVP (Minimum Viable Product) концепція якості трансформується у стратегію «придатності для навчання» (Fitness for Learning). Головним критерієм успіху стає не відсутність дефектів як така, а здатність продукту надати репрезентативний зворотний зв'язок від ринку (Product-Market Fit) при мінімально необхідних витратах ресурсів.

Центральним викликом для менеджера проєкту стає дотримання крихкого балансу між швидкістю виходу на ринок (Time-to-Market) та рівнем надійності системи. Управління якістю на етапі MVP базується на методології Risk-based Quality Assurance (забезпечення якості на основі ризиків). Це означає вибіркове забезпечення стабільності виключно для «критичного шляху» користувача (Core User Journey), що дозволяє команді ітерувати значно швидше, свідомо ігноруючи другорядні крайові випадки (edge cases).

Згідно з еталонною моделлю ISO/IEC 25010:2023 [1], не всі атрибути якості мають однаковий пріоритет на початковій стадії життєвого циклу продукту. У таблиці 1 наведено пріоритезацію характеристик якості, яка є адаптованою та оптимальною для стратегічного менеджменту MVP-проєктів.

Таблиця 1. Матриця стратегічної пріоритезації атрибутів якості програмного забезпечення для MVP

Атрибут якості (за ISO 25010)	Рівень пріоритету	Обґрунтування в межах менеджменту MVP
Функціональна коректність	Критичний	Життєво необхідна для підтвердження того, що продукт дійсно вирішує заявлену проблему кінцевого користувача
Інформаційна безпека	Високий	Є фундаментальною вимогою комплаєнсу та базисом довіри, недотримання якої несе критичні репутаційні ризики навіть на стадії тестування
Надійність (Здатність до відновлення)	Середній	Важливіша за абсолютну продуктивність, оскільки забезпечує безперервність досвіду (навіть якщо система повільна, вона не повинна «падати» безповоротно)
Підтримуваність (Maintainability)	Середній	Вимагає свідомого управління архітектурою, оскільки надмірне спрощення коду унеможливить подальше масштабування (перехід від MVP до повноцінного продукту)
Ефективність продуктивності	Низький	Дорога оптимізація під високі навантаження чи складні обчислення відкладається до етапу активного росту клієнтської бази

Важливим аспектом сучасного управління якістю в Agile-середовищі [3] є впровадження процесів Continuous Quality (Безперервної якості). Згідно зі звітами про стан індустрії (зокрема, State of DevOps від DORA) [2], висока швидкість постачання коду є ефективною для бізнесу лише за умови високої надійності процесів розгортання. Це досягається шляхом інтеграції автоматизованих тестів безпосередньо в CI/CD конвеєри та застосування підходу «Shift-Left», коли перевірка якості починається ще на етапі написання перших рядків коду, а не делегується окремому QA-відділу перед релізом.

Особлива увага в системі стратегічного менеджменту має приділятися управлінню технічним боргом. Спираючись на концепції П. Крукштена [4], важливо розрізняти нерозважливий (reckless) та усвідомлений (prudent) технічний борг. Свідоме прийняття архітектурних компромісів (наприклад, тимчасове дублювання коду або вибір простішої, але менш масштабованої бази даних) на стадії MVP є цілком допустимим та ефективним менеджерським рішенням. Проте воно вимагає суворої дисципліни: такі компроміси мають чітко фіксуватися в беклозі у вигляді «реєстру технічного боргу». Без системного планування спринтів для рефакторингу цей накопичений борг неминуче стане бар'єром, який заблокує розвиток проєкту відразу після його успішної валідації ринком.

Таким чином, сучасне управління якістю в IT-проєктах на ранніх стадіях - це гнучкий менеджмент ризиків, а не сліпе слідування технічним специфікаціям. Такий прагматичний підхід забезпечує загальну стійкість проєкту, дозволяючи компаніям створювати життєздатні інноваційні продукти в жорстких умовах обмеженого часу та бюджету.

Список використаних джерел:

1. ISO/IEC 25010:2023. Systems and software engineering - Systems and software Quality Requirements and Evaluation (SQuARE). URL: <https://www.iso.org/standard/78176.html>
2. 2023 State of DevOps Report (Google Cloud / DORA). URL: <https://dora.dev/research/2023/dora-report/>

3. The 17th State of Agile Report (2024). Digital.ai. URL:
<https://digital.ai/resource-center/analyst-reports/state-of-agile-report/>

4. Building and evaluating a theory of architectural technical debt in software-intensive systems URL:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0164121221000224?via%3Dih>

[ub](#)

Марина МАЦЬКО,

*здобувач фахової передвищої освіти за спеціальністю F3
“Комп’ютерні науки” Комунального закладу вищої освіти
„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія“*

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

Науковий керівник: Роман СНІЩЕНКО,

*Доктор економічних наук, професор,
зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»*

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З МЕНЕДЖМЕНТУ В УМОВАХ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ

Сучасні умови розвитку економіки, зумовлені глобальними трансформаціями, цифровими інноваціями та наслідками війни в Україні, висувають нові вимоги до якості підготовки фахівців з менеджменту. Менеджер стає не лише організатором процесів, а й стратегом, аналітиком, комунікатором і лідером змін. Тому система вищої освіти повинна забезпечити формування у випускників комплексу

професійних, соціальних і цифрових компетентностей, що відповідають сучасним тенденціям розвитку бізнесу, державного управління й міжнародного співробітництва.

Підготовка фахівців з менеджменту сьогодні має базуватися на принципах міждисциплінарності, практичної спрямованості та інноваційності. Відповідно до Національної рамки кваліфікацій [1], менеджер повинен володіти здатністю до стратегічного мислення, аналізу ринку, прийняття управлінських рішень в умовах невизначеності, використання цифрових технологій у процесах управління.

Особливу увагу приділяють компетентнісному підходу, який передбачає не лише засвоєння знань, а й розвиток навичок комунікації, критичного мислення, лідерства та адаптивності. Такі навички формуються через участь студентів у проєктній діяльності, бізнес-тренінгах, симуляційних іграх, кейс-методах, стартап-практиках.

Важливим аспектом є орієнтація освітніх програм на європейські стандарти (ESG, EQF, ENEA) [2], що сприяє інтеграції української системи менеджерської освіти до єдиного освітнього простору Європи.

Одна з ключових проблем сучасної підготовки менеджерів – недостатній зв'язок між теоретичною освітою і практикою управління. В умовах динамічного ринку праці важливо забезпечити тісну взаємодію між університетами, бізнесом і державними структурами.

Позитивним прикладом є впровадження дуальної освіти, коли навчання поєднується з роботою на підприємстві, що дозволяє студентам набувати практичного досвіду, розуміти реальні бізнес-процеси та формувати власну професійну траєкторію.

Під час підготовки менеджерів особливе значення мають виробничі практики, стажування, участь у науково-практичних конференціях, конкурсах бізнес-проєктів, що формують здатність до прийняття рішень, планування, аналізу та командної роботи.

В умовах воєнного стану та економічної нестабільності акцент робиться на розвитку антикризових компетентностей: управління ризиками, ресурсами, персоналом у стресових ситуаціях, гнучкості організаційних структур.

Цифрова трансформація освіти відкрила нові можливості для підготовки менеджерів. Використання платформ Moodle, Google Workspace for Education, Zoom, Microsoft Teams, а також сучасних аналітичних і фінансових інструментів (Power BI, ERP-систем, CRM-платформ) підвищує ефективність освітнього процесу [3].

Особливої уваги заслуговує формування цифрової грамотності майбутніх менеджерів, що передбачає вміння працювати з великими даними, використовувати аналітичні моделі для прогнозування, управляти цифровими командами та віддаленими проєктами.

Крім того, сучасний менеджер має бути готовим до використання FinTech-рішень, електронних документів, смарт-контрактів і розуміння основ блокчейн-технологій, що дедалі активніше проникають у корпоративне управління.

Важливим напрямом розвитку менеджерської освіти є міжнародна співпраця. Участь у програмах Erasmus+, подвійних дипломах, академічних обмінах сприяє підвищенню якості підготовки фахівців, обміну досвідом і формуванню глобального управлінського мислення [4].

Міжнародна мобільність дозволяє студентам ознайомитися з кращими практиками управління, корпоративної культури, сталого розвитку, а також з підходами до управління персоналом і бізнес-процесами у розвинутих країнах ЄС.

Серед основних проблем підготовки менеджерів в Україні можна виокремити:

- невідповідність між теоретичною підготовкою та вимогами бізнесу;
- недостатній рівень цифрових компетентностей студентів і викладачів;
- обмежені можливості практичного навчання у воєнний час;
- низький рівень міжнародної академічної мобільності.

Для підвищення ефективності підготовки фахівців з менеджменту необхідно:

- оновлювати освітні програми відповідно до тенденцій ринку;
- розвивати партнерство між університетами та бізнесом;
- впроваджувати дуальну освіту й цифрові освітні технології;

- підтримувати участь студентів у міжнародних освітніх і наукових програмах;
- стимулювати розвиток м'яких навичок (soft skills) – комунікації, емоційного інтелекту, адаптивності [5].

Підготовка фахівців з менеджменту в сучасних умовах потребує комплексного підходу, який поєднує класичні теоретичні знання з інноваційними цифровими, аналітичними та комунікативними навичками. Менеджер нового покоління має бути гнучким, компетентним, готовим до змін і здатним ефективно діяти в умовах невизначеності.

Ефективна підготовка таких фахівців можлива лише за умови інтеграції освіти, науки та бізнесу, розвитку міжнародного співробітництва й цифрової трансформації навчального процесу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Національна рамка кваліфікацій. Постанова Кабінету Міністрів України № 1341 від 23.11.2011 (із змінами).
2. European Higher Education Area (EHEA). Standards and Guidelines for Quality Assurance in the European Higher Education Area (ESG). – 2020.
3. Зінько Ю. В. Підготовка менеджерів у системі вищої освіти: сучасні виклики та перспективи розвитку // Вісник Київського національного університету технологій та дизайну. – 2022. – № 4. – С. 57–63.
4. Гринько Т. В., Коломієць Л. І. Інноваційні підходи до підготовки менеджерів у контексті цифрової трансформації освіти // Економіка і організація управління. – 2023. – № 2(40). – С. 15–23.
5. OECD. Skills Outlook 2023: Thriving in a Digital World. – Paris: OECD Publishing, 2023.

Олександра РАЧЕЄВА,
здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
“Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”
Полтавської обласної ради
м.Кременчук

Науковий керівник: Роман СНИЩЕНКО,
Доктор економічних наук, професор,
зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

УПРАВЛІННЯ КОНФЛІКТАМИ В КОМАНДІ ПРОЄКТУ

Проекти є діяльністю, що базується на командній роботі, яка здійснюється в умовах недостатнього часу, ресурсів та високої невизначеності. За таких умов конфлікти є природним наслідком, що виникає через розбіжності у поглядах, стилях роботи, інтересах та рівнях відповідальності серед членів команди [1].

Конфлікти в проєктній команді можуть бути як позитивними, так і негативними. На жаль, це призводить до зниження продуктивності, погіршення психологічного клімату та розриву комунікацій. Тим часом конструктивний конфлікт може породжувати нові ідеї, високу якість рішень та розвиток команди [4].

У проєктних командах основними причинами конфліктів є відсутність чіткого розподілу ролей, неясна комунікація, недостатність ресурсів, конфліктуючі очікування сторін та особисті розбіжності серед членів команди [2].

Своєчасне виявлення та застосування належних стратегій вирішення є ключовим для ефективного управління конфліктами. Ці стратегії включають уникнення, пристосування, компроміс, конкуренцію та співпрацю. Для додаткової інформації надано таблицю, що підсумовує їх можливості (див. Таблицю 1).

Таблиця 1 – Основні стратегії управління конфліктами для проєктної команди

Стратегія	Суть	Переваги	Недоліки
-----------	------	----------	----------

Уникнення	Ігнорування або відкладення конфлікту	Зниження емоційної напруги	Конфлікт не вирішується
Пристосування	Поступка однієї сторони іншій	Збереження відносин	Втрата власної позиції
Компроміс	Взаємні поступки сторін	Швидке вирішення проблеми	Часткове задоволення інтересів
Конкуренція	Відстоювання власної позиції	Швидке прийняття рішень	Загострення конфлікту
Співпраця	Пошук спільного вигідного рішення	Найефективніше вирішення конфлікту	Потребує часу і зусиль

Організована робота команди відіграє роль у запобіганні конфліктам, таким як: визначення ролей, встановлення цілей, комунікація та зворотний зв'язок [5].

Однією з основних проблем управління конфліктами є те, що емоційний інтелект у лідерстві та членах групи є вирішальним, що дозволяє краще розуміти поведінку інших та знижувати напругу [4].

Цифрові програми управління проектами (Trello, Asana, Notion) стали необхідними в наш час, забезпечуючи прозорість виконання завдань та знижуючи ризик непорозумінь у команді [1].

Таким чином, управління конфліктами стає невід'ємною частиною ефективних проектних завдань і стає фактором, що впливає на продуктивність команди та успішне виконання проекту.

Висновки. Управління конфліктами в проектній команді є ключовим аспектом успішних робочих відносин, оскільки конфлікти виникають через розбіжності у поглядах, розподіл ролей та обмежені ресурси. Компетентне

регулювання дозволяє обмежити та мінімізувати шкідливі наслідки, покращити взаємодію команди та підвищити ефективність проєкту. Найефективнішою стратегією є співпраця, а умови для успішного вирішення конфліктів включають чітку організацію роботи, комунікацію та розвиток емоційного інтелекту.

Література

1. Тарасюк Г. М. Управління проєктами: Підручник. Київ: Каравела, 2004. 344 с.
2. Грішнова О. А. Економіка праці та соціально-трудові відносини: Підручник. Київ: Знання, 2016. 535 с.
3. PMBOK Guide. Project Management Institute. 6-е вид. Ньютаун Сквер, 2017.
4. Кузьмін О. Є., Мельник О. Г. Основи менеджменту: Підручник. Київ: Академвидав, 2014.
5. Балабанова Л. В., Сардак О. В. Управління персоналом: Підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2011.

Максим САВЕНКО,

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

“Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

науковий керівник: Варвара ЧЕРНЕНКО

к. ф.-м. н., доцент, доцент кафедри менеджменту

та інформаційних технологій,

Комунального закладу вищої освіти

“Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ПЕРСПЕКТИВИ ІНТЕГРАЦІЇ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В АНАЛІТИЧНІ ДАШБОРДИ ДЛЯ АВТОМАТИЗАЦІЇ УПРАВЛІНСЬКИХ ВИСНОВКІВ

Постановка проблеми. В умовах динамічної цифрової трансформації бізнесових процесів особливої актуальності набуває перехід від описової аналітики до інтелектуальних систем підтримки прийняття рішень. Як засвідчує практика, більшість підприємств малого та середнього бізнесу (МСБ) стикаються з проблемою «інтерпретаційного розриву»: наявності значних масивів візуалізованих даних за відсутності достатніх компетенцій персоналу для їхнього якісного аналізу. Традиційні BI-панелі (наприклад, Looker Studio) ефективно відображають KPI, проте етап формування висновків залишається суб'єктивним та часозатратним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Процеси фундаментальної трансформації підходів до бізнесової аналітики – від описових методів до систем ШІ – ґрунтовно висвітлено у праці Д. Домашенка та співавторів [1]. Питання безпосередньої автоматизації аналітичного інструментарію за допомогою інтелектуальних моделей досліджено Я. Юрченком [2], у той час як О. Куклін та ін. у своєму дослідженні [3] розглядають роль ШІ як ключового чинника менеджменту цифрової трансформації бізнесу. Важливе значення для нашого дослідження мають напрацювання Д. Солодкова та Н. Гришко [4] щодо інтеграції ШІ та аналітики для підтримки управлінських рішень саме в умовах обмеженості ресурсів підприємств. Проте аспект створення економічно ефективних рішень для автоматизації управлінської звітності в умовах обмежених ресурсів МСБ потребує додаткового наукового обґрунтування.

Метою роботи є розробка та опис методики інтеграції генеративного ШІ (на прикладі моделі Gemini 1.5 Flash) в аналітичні дашборди для автоматичної генерації текстових управлінських висновків.

Результати дослідження. У межах дослідження було розроблено трирівневу архітектурну модель інтелектуальної звітності. Варто зауважити, що ключовим критерієм вибору інструментарію була повна відсутність витрат на придбання ліцензій.

1. Рівень накопичення даних.

Консолідація операційних показників у хмарному середовищі Google Sheets, що забезпечує гнучкість та спільний доступ до інформації.

2. Рівень інтелектуальної обробки.

Реалізація лоу-код рішення на базі Google Apps Script. Авторами розроблено алгоритм, який за допомогою API-інтерфейсу звертається до моделі Gemini 1.5 Flash (у межах вільного тарифного плану Google AI Studio). Особливість методу полягає у семантичній трансформації цифрових рядів у текстову інтерпретацію, тобто ШІ аналізує динаміку продажів, виявляє аномалії та формує конкретні рекомендації.

3. Рівень візуалізація у Looker Studio.

На відміну від стандартних звітів, запропонований дашборд містить блок «AI-асистент», де поруч із графіками відображається автоматично згенерований ШІ текст.

Застосування розробленої методики дозволяє мінімізувати «організаційний опір» персоналу, оскільки складна графічна інформація дублюється лаконічними порадами природною мовою. Зокрема, функція автоматичного виявлення причин відхилень (наприклад, сезонність або завершення рекламної кампанії) підвищує швидкість прийняття управлінських рішень на 25-30%. Економічна ефективність методу підтверджується нульовою вартістю впровадження, що є критично важливим для МСБ.

Висновки. Підсумовуючи викладене, слід зазначити, що інтеграція генеративного ШІ в аналітичні панелі трансформує роль дашборду з інструменту візуалізації у повноцінного суб'єкта стратегічної підтримки. Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні точності предиктивних моделей під час роботи з великими масивами неструктурованих даних у специфічних галузях економіки.

Список використаних джерел

1. Домашенко Д., Морозов Д., Домашено С., Гнєздовський О. Трансформація підходів до бізнес-аналітики: від описових методів до штучного інтелекту. *Наука і техніка сьогодні*. 2025. № 5(46). С. 1450–1468. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-5\(46\)-1450-1468](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-5(46)-1450-1468).
2. Юрченко Я. В. Автоматизація бізнес-аналітики за допомогою штучного інтелекту. *Наукові записки Львівського університету бізнесу та права. Серія економічна. Серія юридична*. 2025. Вип. 45/2025. С. 733–740. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17965748>.
3. Куклін О. В., Іванова І. В., Боровик Т. М. Штучний інтелект у менеджменті цифрової трансформації бізнесу. *Маркетинг і цифрові технології*. 2025. Т. 9. № 3. С. 44–65. DOI: <https://doi.org/10.15276/mdt.9.3.2025.4>.
4. Солодков Д. Є., Гришко Н. Є. Інтеграція штучного інтелекту та бізнес-аналітики для підтримки прийняття управлінських рішень підприємствами в умовах обмеженості ресурсів. *Економічний простір*. 2025. № 198. С. 115–122. DOI: <https://doi.org/10.30838/EP.198.115-122>.

РОЗВИТОК ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ: ЗАСТОСУВАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ НАУК У РІЗНИХ ГАЛУЗЯХ

Вероніка ВЄЛЬКІНА,

здобувач фахової передвищої освіти групи КН-22ф,

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради,

м. Кременчук

Науковий керівник: Віталій ШАМРАЙ,

викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист,

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНІ ІГРОВІ СЕРЕДОВИЩА В СИСТЕМІ ЦИФРОВОЇ ПІДТРИМКИ КОГНІТИВНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

Інтенсифікація цифровізації освітнього простору формує новий запит на розробку інноваційних навчальних інструментів, що ґрунтуються на засадах універсального дизайну та доступності [1]. Сучасне покоління дітей існує в умовах перманентної взаємодії з технологіями, що відкриває широкі можливості для конструювання засобів, які органічно поєднують ігрову механіку з цілеспрямованим когнітивним розвитком. Водночас критично важливим залишається врахування індивідуальних нейропсихологічних характеристик кожної дитини як у контексті нормотипового розвитку, так і в умовах освітньої інклюзії [2]. Актуальність зазначених рішень суттєво посилюється в реаліях воєнного часу в Україні: постійні повітряні тривоги та вимушені переміщення руйнівно впливають на психоемоційний стан дітей, ускладнюючи розвиток уваги, пам'яті та логічного мислення. Саме тому особливого значення набуває застосування штучного інтелекту та комп'ютерного зору для проєктування безконтактних ігрових систем, здатних нівелювати фізичні обмеження стандартних інтерфейсів та динамічно адаптувати складність завдань до можливостей конкретного користувача, забезпечуючи кожній дитині – незалежно від фізичних чи когнітивних особливостей – рівний доступ до розвивального цифрового середовища [5].

Метою дослідження є проєктування інтелектуальної системи з адаптивним інтерфейсом, яка застосовує алгоритми штучних нейронних мереж для

безконтактної взаємодії з метою персоналізованого нейропсихологічного супроводу та стимуляції вищих психічних функцій у дітей, котрі потребують спеціальних умов навчання. Для реалізації поставленої мети було теоретично обґрунтовано застосування нейротехнік як засобу когнітивної стимуляції, спроектовано систему безконтактної взаємодії для ідентифікації жестів у режимі реального часу та розроблено архітектуру вебзастосунку з адаптивною логікою, що відповідає психофізіологічним особливостям цільової аудиторії. Гіпотеза дослідження полягає в тому, що впровадження інтерактивної нейрогри з адаптивними алгоритмами штучного інтелекту сприятиме підвищенню концентрації уваги та розвитку зорово-моторної координації, гарантуючи рівні освітні можливості незалежно від фізичних чи когнітивних особливостей дитини. Апробацію проведено шляхом тестування в групах нормотипових дітей та у форматі спеціалізованого турніру на базі інклюзивного центру «Союзу осіб з інвалідністю України», що підтвердило ефективність безконтактного інтерфейсу у подоланні навчальних бар'єрів.

Теоретичні засади проєктування адаптивних інтерфейсів для дітей з особливими освітніми потребами (ООП) базуються на визнанні гетерохронності й індивідуальної специфіки формування нейронних зв'язків. Специфікація системних вимог повинна орієнтуватися не на хронологічний вік, а на актуальний рівень функціонування уваги та мислення, оскільки неточна оцінка когнітивного чи сенсомоторного порогу закономірно призводить до фрустрації та нівелює терапевтичний ефект взаємодії [3].

Керування когнітивним навантаженням та увагою. Процеси довільної уваги у дітей з ООП нерідко характеризуються підвищеною виснажливістю або труднощами зосередження, що накладає обмеження на дизайн інтерфейсу [2]. Проєктування має спиратися на принципи мінімізації інформаційного шуму: кожен елемент UI зобов'язаний виконувати виключно функціональну роль, запобігаючи сенсорному перевантаженню. Адаптивність системи виявляється у здатності інтерфейсу динамічно спрощувати візуальну складову або посилювати підкріплення відповідно

до поточного стану уваги дитини, забезпечуючи перехід від мимовільних реакцій до цілеспрямованої пізнавальної діяльності.

Динамічне управління когнітивним контентом. Механізми пам'яті та сприйняття в інклюзивному контексті потребують гнучкого переходу від наочно-образних конструктів до абстрактно-логічних операцій [4]. Інтеграція алгоритмів динамічного керування контентом надає системі можливість підлаштовуватися під темп формування когнітивних навичок шляхом автоматичного коригування складності та частоти подачі завдань. Розвиток мислення в системі нейропсихологічної підтримки розглядається як прогресія від наочно-дієвих (сенсомоторних) операцій до аналітичних. Стимулювальний вплив стає ефективним лише при побудові замкненого контуру керування (Closed-loop system), де комплекс у реальному часі аналізує не лише точність виконання, а й час реакції та кінематику рухів, – що особливо значимо для дітей із порушеннями моторики.

Програмна реалізація нейропластичності в інклюзії. З позицій програмної інженерії, нейропластичність слугує біологічним прообразом для динамічного самонавчання системи [5]. Ключовим завданням є побудова стабільного циклу зворотного зв'язку (Feedback Loop), в якому кожна успішна взаємодія інтерпретується як зміцнення відповідного когнітивного зв'язку. За умов значного коефіцієнта помилок або атипових рухових реакцій система ініціює «когнітивне розвантаження», адаптуючи чутливість сенсорів або спрощуючи ігрову механіку.

Алгоритмічна основа базується на концепції «зони найближчого розвитку», трансформованої в алгоритм пошуку оптимального порогу складності (Optimal Threshold Strategy). Це дозволяє підтримувати стан «потoku» та навчальну мотивацію з урахуванням індивідуального темпу та специфічних потреб кожної дитини, забезпечуючи безбар'єрність цифрового навчального простору. Традиційні програмні рішення – зокрема Lumosity або Peak – використовують архітектуру з відкритим циклом (open-loop systems): алгоритм аналізує результати завершеної сесії та коригує складність наступної, проте неспроможний реагувати на раптову втрату концентрації безпосередньо в ході процесу. Перспективнішим підходом є

застосування безконтактних нейротехнік на основі комп'ютерного зору – підходу, що не потребує спеціалізованого апаратного забезпечення і є доступним для дітей із різними фізичними можливостями [1]. Використання фреймворку MediaPipe дозволяє системі зчитувати поведінкові маркери – напрямок погляду, частоту кліпань та мімічні патерни – як індикатори когнітивної залученості, миттєво перебудовуючи сценарій гри (табл. 1) [6].

Таблиця 1. Порівняльна характеристика архітектурних підходів до ігрових навчальних систем

Критерій порівняння	Реактивні ігрові системи	Системи на базі ВСІ	Нейросистеми на базі CV
Метод збору даних	Журнали дій (кліки, час)	Електрична активність мозку	Біометрія та трекінг погляду
Зворотний зв'язок	Відкладений (після сесії)	Миттєвий (real-time)	Миттєвий (real-time)
Складність розробки	Низька (стандартні БД)	Висока (фільтрація сигналів)	Середня (алгоритми розпізнавання)
Апаратні вимоги	Стандартні	Спеціалізовані сенсори	Стандартна веб-камера

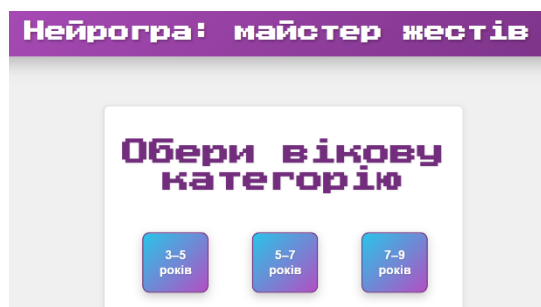
Аналіз ринку освітніх технологій (EdTech) засвідчує стійку тенденцію до впровадження інтелектуальних систем із високим рівнем інтерактивності: Lingokids масштабує складність завдань відповідно до точності введення, Khan Academy Kids охоплює критичне мислення через мультимодальні інтерфейси, Speech Blubs активує механізми наслідування через комп'ютерний зір [1]. Вітчизняні проекти – «Розвивайко», «Вивчаю – не чекаю», «Мурахи» – зосереджені на сенсомоторній

взаємодії, проте переважна більшість із них не передбачає адаптивного супроводу для дітей з особливими освітніми потребами [3;4], що й окреслює нішу для розробки нейроігор із закритим контуром керування (рис.1).

Рис. 1. Системи-аналоги: зарубіжні та вітчизняні освітні застосунки для дітей



Вибір технологічного стеку – HTML5, CSS3 та JavaScript (ES6+) – зумовлений необхідністю забезпечення кросплатформності та швидкого рендерингу. Технічна



реалізація охоплює три рівні: структурну логіку (HTML5) з SPA-підходом; візуальну адаптивність (CSS3) на базі Flexbox та Grid Layout з ергономічною пастельною колірною палітрою; функціональну динаміку (JavaScript) – ядро системи, що управляє ігровими станами та інтегрує бібліотеки комп'ютерного зору. Система реагує на кожну правильну дію зміною графічних станів, формуючи замкнений цикл «дія – миттєвий результат» без текстових інструкцій, що принципово важливо для дітей із мовленнєвими порушеннями чи затримками розвитку [3]. Безконтактне керування реалізовано за допомогою MediaPipe Hands від Google у зв'язці з API TensorFlow.js; детекція базується на моделі 21 ключової точки для кожної руки, що забезпечує стабільне розпізнавання жестів навіть при змінному освітленні [6]. Алгоритм вікових пресетів регулює таймінг розпізнавання (від 15 с до 5 с) та обсяг завдань, підтримуючи стан «поток» (рис. 2).

Рис. 2. Головний екран інтерфейсу нейрогри «Майстер жестів»: мінімалістичний дизайн з адаптивним вибором вікової категорії (3–5, 5–7, 7–9 років)

Практична апробація розпочалася з тестування в школі робототехніки «Техноша» та еволюціонувала до інклюзивного простору. Кульмінацією стало проведення турніру на базі Кременчуцького осередку «Союзу осіб з інвалідністю України»: діти з порушеннями опорно-рухового апарату та когнітивними розладами продемонстрували рівень концентрації та точності реакцій, зіставний із показниками нормотипових однолітків. Безконтактний інтерфейс усуває не лише фізичні, а й психологічні бар'єри, формуючи у дитини з особливими потребами відчуття повноцінної участі у спільній діяльності [6].

Анкетування 20 респондентів за проєктивним методом показало, що 85 % оцінили досвід на найвищий бал, а 15 % – на 4 з 5 [2]. Для досягнення максимальної ефективності рекомендовано: розміщувати джерело освітлення перед користувачем, дотримуватися дистанції 0,7–1 метр до камери, розпочинати роботу з молодшого пресету та обмежувати тривалість занять 15 хвилинами (рис. 3).



Рис. 3. Розподіл оцінок емоційного задоволення користувачів за результатами тестування нейрогри

Таким чином, результати дослідження підтвердили висунуту гіпотезу: інтерактивна нейрогра зі штучним інтелектом є дієвим засобом стимуляції когнітивних здібностей дітей, а безконтактний інтерфейс на основі комп'ютерного зору відкриває якісно новий рівень інклюзивної освіти, у якому технологія перестає бути «адаптацією для інших» і стає універсальним розвивальним середовищем для кожної дитини [5].

Література

1. Інклюзивна освіта та цифрові технології: нові можливості. URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/inklyuzivna-osvita>
2. Психологічні аспекти взаємодії дитини з цифровим контентом. URL: <https://mon.gov.ua/psykholohichna-pidtrymka/>
3. Ковшар О. В. Формування комунікативної компетентності дітей старшого дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями засобом дидактичних ігор: навчально-методичний посібник. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/1309/1/%D0%9A%D0%BE%D0>

%B2%D1%88%D0%B0%D1%80%20%D0%9E%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B0%20%D0%92%D1%96%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%B2%D0%BD%D0%B0.pdf

4. Розвиток комунікативних навичок старших дошкільників засобами інноваційних логопедичних технологій. URL: [m_educ_2025_098.pdf](#)
5. Мозок як гнучке тісто: як розвивати нейропластичність дитини. URL: <https://naurok.com.ua/post/mozok-yak-gnuchke-tisto-yak-rozvivati-neyroplastichnist-ditini>
6. Етичні аспекти використання ІІІ в дитячих продуктах. URL: <https://www.unicef.org/globalinsight/featured-projects/ai-children>

Анжеліка ГЛУХОВА,

Здобувачка фахової передвищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»

Полтавської обласної ради,

м. Кременчук

РОЗРОБКА ІНТЕРАКТИВНОГО ЧАТ-БОТА ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ ЛЕКСИКИ

У сучасному освітньому просторі дедалі більшого значення набуває впевнене володіння іноземною мовою, що передбачає не лише знання граматичних структур, а й активне використання лексики. Традиційні методи навчання, зокрема механічне заучування списків слів, часто виявляються малоефективними, оскільки не забезпечують належного закріплення матеріалу в практичному контексті. Особливо гостро ця проблема постає в умовах дистанційного чи змішаного навчання, де знижується безпосередній контроль з боку вчителя та падає мотивація учнів.

Альтернативою може стати використання інтерактивних чат-ботів на базі месенджерів (наприклад, Telegram), які забезпечують персоналізований підхід, миттєвий зворотний зв'язок і можливість багаторазового тренування без психологічного тиску.

Метою роботи є теоретичне обґрунтування та практична перевірка ефективності застосування навчального чат-бота для вивчення іноземної лексики в початковій школі. Для досягнення цієї мети було поставлено низку завдань: проаналізувати психолого-педагогічні особливості вивчення лексики молодшими школярами; вивчити технічні можливості створення ботів на базі Telegram; розробити алгоритм роботи навчального бота та перевірити його ефективність експериментальним шляхом.

Актуальність використання чат-ботів в освіті зумовлена кількома факторами. По-перше, це доступність: навчання може відбуватися будь-коли та будь-де, що відповідає концепції «lifelong learning». Сучасна дитина практично не розлучається з гаджетами, тому інтеграція навчального контенту у звичне середовище спілкування (месенджер) є логічним кроком. По-друге, створення безпечного середовища: учень не боїться помилок, оскільки бот не дає суб'єктивних оцінок, а лише вказує на правильний варіант. По-третє, миттєвий зворотний зв'язок: автоматизована перевірка запобігає закріпленню помилок на ранніх етапах. Нарешті, автоматичний збір даних у файлах Excel дає вчителю змогу об'єктивно відстежувати прогрес кожного учня без додаткових витрат часу.

Основні проблеми засвоєння лексики у школярів включають розрив між написанням і вимовою, недостатній розвиток навичок аудіювання, мовний бар'єр і переважання пасивного словникового запасу над активним. Багато учнів можуть впізнати слово у тексті, але не здатні відтворити його на слух або правильно написати під диктовку. Запропонований чат-бот комплексно вирішує ці проблеми шляхом поєднання письмових вправ, аудіювання та двостороннього перекладу.

Технічна реалізація проєкту передбачає використання мови програмування Python та бібліотеки *python-telegram-bot*. Python було обрано через його гнучкість та наявність великої кількості бібліотек для обробки тексту. Для вирішення проблеми розриву між написанням та звуковою формою слова інтегровано синтезатор мовлення *gTTS (Google Text-to-Speech)*. Це дозволяє учневі не лише бачити слово, а й чути його правильну вимову, що є критично важливим для початкової школи. Користувач може прослухати аудіозапис необмежену кількість разів, що сприяє розвитку фонематичного слуху.

Архітектура бота побудована таким чином, щоб забезпечити циклічність повторення лексики на засадах мікронавчання. Бот працює в асинхронному режимі, що дозволяє обслуговувати велику кількість користувачів одночасно без блокування черги повідомлень. Дані про прогрес кожного учня (кількість правильних і неправильних відповідей, поточний етап засвоєння слів, час останньої активності) зберігаються у форматі Excel для подальшого аналізу вчителем.

Одним із ключових аспектів розробки є алгоритм перевірки знань. Учень спочатку обирає мову для вивчення (наприклад, англійську чи українську) та тему, яку попередньо завантажує вчитель у межах навчальної програми. Далі бот пропонує виконати вправу на введення тексту: дитина має самостійно надрукувати слово на клавіатурі, що супроводжується відтворенням його правильної вимови.

Такий мультисенсорний підхід (візуальне сприйняття написання, слухове розпізнавання через аудіо та кінестетичний канал через набір тексту) гарантує високу якість запам'ятовування, залучаючи різні типи сенсорної пам'яті та сприяючи переходу лексики з пасивного в активний словниковий запас.

Важливо відзначити психологічний аспект: впровадження чат-бота знімає «страх перед учителем». Учень сприймає бота як помічника, а не екзаменатора, що підвищує внутрішню мотивацію до навчання. Крім того, індивідуалізація темпу

навчання дозволяє сильнішим учням швидше проходити матеріал, а тим, хто потребує більше часу, — працювати без поспіху та стресу.

Практична значущість розробки була підтверджена в ході педагогічного експерименту. Дослідження проводилося на базі 4-го класу (20 учнів), які були поділені на дві групи: контрольну та експериментальну. Протягом двох тижнів експериментальна група використовувала чат-бот для вивчення нових лексичних одиниць, тоді як контрольна група працювала за традиційною методикою з підручником.

Результати підсумкового тестування продемонстрували, що учні експериментальної групи показали на 18–22% вищі результати у завданнях на аудіювання та на 15% кращі показники у правописі. Окрім академічних результатів, було зафіксовано підвищення зацікавленості учнів предметом: формат месенджера перетворює навчання на інтерактивну гру.

Таблиця 1

Порівняльні результати тестування знань учнів

Тип завдання	Контрольна група	Експериментальна група
Переклад EN→UA	78%	85%
Переклад UA→EN	65%	82%
Аудіодиктант	54%	76%
Правопис	72%	88%

Таким чином, розробка та впровадження чат-ботів у процес вивчення іноземних мов є перспективним напрямом, що дозволяє індивідуалізувати навчання та підвищити його продуктивність. Використання таких інструментів знімає рутинне навантаження з вчителя щодо перевірки знань і дозволяє зосередитися на розвитку безпосередньо комунікативних навичок учнів. Перспективи подальших досліджень полягають в інтеграції елементів штучного інтелекту для аналізу типових помилок та адаптації складності завдань під кожного конкретного учня.

Література

1. Вдовіченко, О. В. Використання чат-ботів у навчальному процесі: можливості та перспективи. Інформаційні технології і засоби навчання, 2022. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/52958/>
2. Джуринський, О. М. Психолого-педагогічні основи засвоєння іноземної лексики учнями молодшого шкільного віку. Молодий вчений, 2019. URL: https://eprints.zu.edu.ua/30344/1/dys_Barbash.pdf
3. Коваленко, О. В., & Мельник, Ю. С. Засоби мотивації у навчанні англійської мови для спеціальних цілей. Педагогічні науки: теорія та практика, 2020. URL: <https://essuir.sumdu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/d0ce92d9-e5ef-4717-b19a-5b8b09ae1326/content>
4. Пасечник, Л. О. Проблема добору лексичного мінімуму з іноземних мов для закладів загальної середньої освіти: історія, сьогодення, перспективи. Інформаційні технології і засоби навчання, 2021. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730349/1/Pasichnyk_Lexika_Minimum.pdf
5. Стандарти з іноземних мов для загальної середньої освіти. Міністерство освіти і науки України, 2022. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2021/14.07/Model.navch.prohr.5-9.klas.NUSH-poetap.z.2022/Inozemni.movy.5-9-kl/Inoz.mov.5-9-kl.Redko.ta.in.14.07.pdf>
6. Telegram Bot API: офіційна документація платформи. URL: <https://core.telegram.org/bots/api>

Віталій КЄМ,

Здобувач фахової передвищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

"Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія"

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ВИПАДКОВІСТЬ І ПСЕВДОВИПАДКОВІСТЬ У КОМП'ЮТЕРНИХ СИСТЕМАХ

У сучасному інформаційному середовищі генерація випадкових чисел є невід'ємною частиною функціонування комп'ютерних систем. Випадкові та псевдовипадкові числа використовуються в програмуванні, математичному моделюванні, комп'ютерних іграх, тестуванні програмного забезпечення, статистичних дослідженнях, симуляціях та системах штучного інтелекту. Особливе значення вони мають у сфері інформаційної безпеки, де застосовуються для створення паролів, криптографічних ключів, токенів доступу та захищених мережевих протоколів.

Дослідження природи випадковості в комп'ютерних системах показує, що основною проблемою є детермінованість обчислювальної техніки. Комп'ютер виконує лише заздалегідь визначені алгоритми, тому більшість чисел, які створюються як випадкові, насправді є псевдовипадковими. Їх генерація залежить від математичних формул і початкового значення — seed. Аналіз цього механізму свідчить, що за наявності інформації про алгоритм і seed послідовність чисел може бути відтворена, що створює ризики для систем, де необхідна справжня непередбачуваність [5, с. 12].

Під час дослідження було розглянуто поняття справжньої випадковості. Встановлено, що вона пов'язана з фізичними процесами, результат яких неможливо точно передбачити. До таких процесів належать електронний шум, теплові коливання, атмосферні явища та квантові ефекти. Генератори справжніх випадкових

чисел (TRNG) використовують ці фізичні явища для створення даних, які неможливо відтворити навіть за умови повного знання алгоритму.

Разом із цим аналіз сучасних програмних систем показує, що переважна більшість застосунків використовує генератори псевдовипадкових чисел (PRNG). Це пояснюється їх високою швидкістю роботи, простотою реалізації та достатньою статистичною якістю для більшості прикладних задач. Дослідження принципу їхньої роботи дозволило встановити ключову роль початкового значення *seed*, яке визначає всю подальшу послідовність чисел. Використання однакового *seed* забезпечує відтворюваність результатів, що є важливим для тестування програм і наукових експериментів, однак у задачах безпеки це є критичним недоліком [3, с. 1-1, 1-2].

Для аналізу математичних основ псевдовипадковості було розглянуто лінійний конгруентний генератор (LCG), який обчислює наступне значення за формулою:

$$X_{\{n+1\}} = (aX_n + c) \bmod m$$

Дослідження цього алгоритму показує його простоту та високу швидкодію, однак також виявляє суттєві обмеження: короткий період генерації та наявність закономірностей у розподілі чисел. Це робить його непридатним для криптографічного застосування.

Подальший аналіз було зосереджено на сучасніших генераторах, зокрема алгоритмі Mersenne Twister (MT19937). Встановлено, що цей алгоритм має надзвичайно великий період:

$$2^{\{19937\}} - 1$$

та забезпечує високу статистичну якість випадковості. Дослідження його структури показало, що алгоритм, розроблений Макото Мацумото та Такудзі Нісімурою у 1997 році, базується на матричних лінійних рекурентних співвідношеннях над скінченним полем. Незважаючи на високі статистичні характеристики, аналіз демонструє його непридатність для криптографії, оскільки після спостереження

достатньої кількості вихідних значень внутрішній стан генератора може бути відновлений.

Окрему увагу було приділено дослідженню ролі seed у безпеці систем. Поширеним підходом є використання системного часу для ініціалізації генератора. Аналіз цього методу показує, що він забезпечує різні результати під час кожного запуску програми, однак має низький рівень ентропії. Якщо зловмиснику відомий приблизний момент генерації, простір пошуку значно зменшується, що створює можливість прогнозування результатів.

Саме тому сучасні захищені системи використовують криптографічно стійкі генератори випадкових чисел (CSPRNG). Їх дослідження показує, що такі генератори повинні задовольняти дві ключові вимоги: неможливість передбачення наступного біта за попередніми значеннями та стійкість до компрометації внутрішнього стану. Прикладами є `/dev/urandom` у Unix-подібних системах та `CryptGenRandom` у Windows. Аналіз принципів їх роботи демонструє використання пулів ентропії, які формуються з різних джерел: затримок переривань, руху миші, мережевої активності та апаратних шумів.

У ході дослідження було розглянуто методи оцінки якості генераторів випадкових чисел. Встановлено, що для цього застосовуються спеціальні статистичні тести, серед яких найвідомішим є стандарт NIST SP 800-22. Він включає частотний тест, тест на послідовності, спектральний аналіз на основі дискретного перетворення Фур'є та інші методи. Результати аналізу свідчать, що проходження цих тестів підтверджує статистичну випадковість послідовності, однак саме по собі не гарантує криптографічної стійкості.

Окремо було досліджено апаратні джерела ентропії. Сучасні процесори, зокрема Intel з архітектурою Ivy Bridge та новіші, містять інструкцію `RDRAND`, яка використовує тепловий шум для генерації випадкових чисел. Також значну роль відіграють TPM-чіпи та апаратні модулі безпеки (HSM), які забезпечують генерацію ключів у захищеному середовищі.

Цікавим прикладом практичного використання фізичних процесів є проєкт LavaRand компанії Cloudflare. Дослідження цього підходу показує, що хаотичний рух воску в лава-лампах фіксується камерами та перетворюється на випадкові біти з високим рівнем ентропії. Це демонструє можливість використання навіть макроскопічних фізичних явищ для побудови систем цифрової безпеки.

Порівняльний аналіз різних підходів дозволяє встановити, що вибір генератора залежить від конкретної сфери застосування. Для комп'ютерних ігор, симуляцій і тестування доцільно використовувати стандартні PRNG, наприклад модуль `random` у Python. Для генерації паролів, токенів доступу чи криптографічних ключів необхідно використовувати спеціалізовані криптографічні модулі, зокрема `secrets` у Python або системні CSPRNG.

Висновки. Проведене дослідження показало, що випадковість у комп'ютерних системах є складним багаторівневим явищем. Аналіз псевдовипадкових алгоритмів підтвердив їхню ефективність для більшості прикладних задач, однак виявив фундаментальні обмеження у сфері інформаційної безпеки. Дослідження фізичних джерел ентропії та криптографічно стійких генераторів засвідчило їх критичну роль у побудові сучасних захищених систем. Отримані результати дають підстави стверджувати, що поєднання математичних алгоритмів із надійними фізичними джерелами ентропії є необхідною умовою створення стійких криптографічних механізмів. Подальший розвиток цієї галузі пов'язаний із використанням квантових генераторів випадкових чисел, які відкривають нові можливості для забезпечення інформаційної безпеки.

Література

1. Cloudflare. Lava Lamps and Internet Randomness. URL: <https://www.cloudflare.com/learning/ssl/lava-lamp-encryption/> (дата звернення: 12.05.2026).
2. Knuth D. E. The Art of Computer Programming, Volume 2: Seminumerical Algorithms. 3rd ed. Addison-Wesley, 1997. 762 p.

3. NIST SP 800-22 Rev. 1a. A Statistical Test Suite for Random and Pseudorandom Number Generators for Cryptographic Applications. 2010. 131 p.
4. Stallings W. Cryptography and Network Security: Principles and Practice. 7th ed. Pearson, 2016. 768 p.
5. Matsumoto M., Nishimura T. Mersenne Twister: A 623-dimensionally equidistributed uniform pseudorandom number generator. ACM Transactions on Modeling and Computer Simulation. 1998. Vol. 8, No. 1. P. 3–30.

Єгор ПАШКОВ,

здобувач першого(бакалаврського) рівня вищої освіти

Комунального закладу вищої освіти

„Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія”

Полтавської обласної ради

м. Кременчук

ПРИХОВУВАННЯ ДАНИХ ЗА ДОПОМОГОЮ СТЕГАНОГРАФІЇ

У сучасному світі інформаційні технології займають надзвичайно важливе місце в житті людини. Щоденно люди передають через мережу Інтернет величезну кількість різноманітної інформації: текстові повідомлення, фотографії, документи, аудіо- та відеофайли. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває проблема захисту даних від несанкціонованого доступу, копіювання або викрадення. Інформація може мати особистий, комерційний або науковий характер, тому питання забезпечення її безпеки стає одним із найважливіших завдань сучасного інформаційного суспільства [1, с. 15].

Сьогодні існує велика кількість технологій і методів, спрямованих на захист інформації під час її зберігання та передавання. Одним із найпоширеніших напрямів є криптографія. Вона дозволяє зашифрувати повідомлення так, щоб сторонні особи не могли зрозуміти його зміст без спеціального ключа дешифрування. Проте криптографічні методи мають певний недолік: навіть якщо повідомлення неможливо прочитати, сам факт його існування залишається помітним. У деяких випадках це може викликати підозру та привертати небажану увагу. Саме тому

поряд із криптографією активно розвивається ще один напрям інформаційного захисту — стеганографія.

Стеганографія являє собою метод приховування інформації, за якого приховується не лише зміст повідомлення, але й сам факт його існування [3, с. 27]. Основна ідея полягає у вбудовуванні секретних даних у звичайні об'єкти, які не викликають підозри. Такими контейнерами можуть бути текстові документи, графічні файли, музичні записи або відеоматеріали. Після приховування інформації зовнішній вигляд файлу майже не змінюється, тому сторонній користувач не здатний визначити наявність прихованих даних без використання спеціальних методів аналізу.

Методи прихованого передавання повідомлень використовувалися ще у давні часи. Люди застосовували невидимі чорнила, приховані символи, спеціальні записи або інші способи для таємного обміну інформацією. Іноді повідомлення ховали всередині предметів або використовували спеціально підготовлених посередників для їх передавання. Із розвитком цифрових технологій ці методи поступово перейшли у комп'ютерне середовище, що стало основою виникнення цифрової стеганографії.

Цифрова стеганографія передбачає приховування інформації всередині цифрових файлів. Найбільш популярними контейнерами є саме графічні зображення, оскільки вони містять велику кількість пікселів із числовими характеристиками [5, с. 88]. Значення пікселів можуть змінюватися таким чином, щоб у них можна було закодувати додаткові дані без суттєвого погіршення якості зображення. Саме через це графічні файли вважаються одним із найефективніших засобів приховування інформації.

Більшість сучасних кольорових зображень використовують модель RGB. У цій моделі кожен піксель формується трьома кольоровими компонентами: червоним, зеленим і синім. Значення кожного кольорового каналу знаходиться у межах від 0 до 255, тобто може бути записане у вигляді восьмибітного двійкового числа. Таким чином, один піксель містить 24 біти інформації. Саме ці біти можуть використовуватися для вбудовування прихованих даних.

Одним із найвідоміших методів цифрової стеганографії є метод LSB, або метод заміни найменш значущих бітів. Його принцип роботи базується на зміні останніх бітів значень кольорових компонентів пікселів [7, с. 101]. Оскільки молодші біти мають мінімальний вплив на загальний колір зображення, їх зміна майже непомітна для людського ока. Наприклад, десяткове число 200 у двійковій системі має вигляд 11001000. Якщо змінити лише останній біт, отримаємо число 11001001, яке відповідає десятковому значенню 201. Візуально така зміна практично не відрізняється від початкового значення, тому цей принцип є зручним для приховування інформації.

Використання методу LSB дозволяє приховувати досить великі обсяги даних навіть у звичайних зображеннях. Якщо змінювати хоча б один молодший біт кожного пікселя, можна вбудувати значну кількість інформації. При використанні кількох молодших бітів місткість контейнера ще більше зростає. Проте у такому випадку важливо контролювати рівень змін, адже надмірне спотворення пікселів може призвести до помітного погіршення якості зображення.

У процесі виконання роботи було обрано метод приховування інформації, який ґрунтується на заміні кількох молодших бітів пікселів контейнерного зображення. Для реалізації цього підходу використовуються два графічні файли. Перше зображення виконує роль контейнера, тобто файлу, всередині якого буде приховано інформацію. Друге зображення виступає прихованим об'єктом, який необхідно вбудувати у контейнер [3, с. 94]. Такий спосіб дозволяє приховувати не лише текстові повідомлення, але й повноцінні графічні зображення.

Процес приховування інформації включає кілька послідовних етапів. Спочатку обидва зображення завантажуються у програму та переводяться у формат RGB для уніфікації представлення кольорових даних. Після цього кожен піксель аналізується окремо, а значення його кольорових каналів переводяться у двійковий формат. Це дозволяє виконувати побітові операції та здійснювати процес вбудовування інформації [6, с. 119].

На наступному етапі старші біти прихованого зображення копіюються у молодші біти контейнерного зображення. У результаті формується новий графічний

файл, який поєднує інформацію двох зображень. Візуально таке зображення майже не відрізняється від початкового контейнера, однак усередині нього вже містяться приховані дані. Саме цей файл може бути переданий іншому користувачеві або використаний для подальшого зберігання інформації [5, с. 133].

Не менш важливим елементом стеганографічної системи є процес відновлення прихованих даних. Для цього використовується спеціальний алгоритм декодування. Під час його виконання програма аналізує молодші біти контейнерного зображення та на їх основі формує нове зображення. У результаті користувач отримує графічний файл, який був прихований раніше [7, с. 142].

Для практичної реалізації алгоритму було використано мову програмування Python. Вона є однією з найпопулярніших мов у сфері обробки даних та створення програмного забезпечення. Python містить велику кількість бібліотек, які значно спрощують роботу з графічними файлами. У процесі створення програми використовувалися бібліотеки Pillow, NumPy та Tkinter. Бібліотека Pillow [9] застосовується для завантаження та обробки зображень, NumPy [8] — для роботи з числовими масивами та математичними операціями, а Tkinter [10] — для створення графічного інтерфейсу користувача. Окрім цього, використовувалися стандартні модулі Python для роботи з файлами та збереження результатів.

Створене програмне забезпечення дозволяє користувачеві виконувати основні операції зі стеганографічними даними. Користувач може завантажити контейнерне зображення, вибрати файл, який необхідно приховати, після чого програма автоматично виконає процес обробки та створить новий файл із прихованими даними. Крім того, реалізована функція відновлення інформації, що дозволяє перевірити правильність роботи алгоритму.

Під час проведення експериментальної частини роботи було використано декілька зображень із різними характеристиками. Було досліджено рівень зміни якості контейнерного зображення після вбудовування прихованих даних. Отримані результати показали, що у більшості випадків відмінності між оригінальним та зміненим зображенням є майже непомітними без використання спеціальних

інструментів аналізу. Це підтверджує ефективність застосованого методу приховування інформації.

Результати дослідження також показали, що ефективність стеганографічних методів значною мірою залежить від характеристик контейнерного зображення. Найкращі результати спостерігаються при використанні зображень із великою кількістю дрібних деталей та кольорових переходів, оскільки у таких файлах зміни пікселів менш помітні. У простих або однотонних зображеннях навіть незначні зміни можуть бути більш помітними для користувача.

Окрему увагу слід приділити питанням виявлення прихованої інформації. Для цього існує спеціальний напрям досліджень — стеганалітика. Її основною метою є пошук і виявлення прихованих повідомлень у цифрових файлах. Для цього застосовуються різноманітні методи аналізу: статистичний аналіз, дослідження гістограм кольорів, аналіз шумових характеристик зображень та інші способи. Розвиток стеганалітичних методів дозволяє підвищувати рівень інформаційної безпеки та своєчасно виявляти потенційні загрози [4, с. 98].

Отже, цифрова стеганографія є перспективним напрямом розвитку сучасних інформаційних технологій та інформаційної безпеки. Вона дозволяє приховувати дані у звичайних цифрових файлах таким чином, щоб факт існування повідомлення залишався непомітним для сторонніх осіб. Використання методу заміни найменш значущих бітів забезпечує можливість створення ефективних алгоритмів приховування інформації, які можуть бути реалізовані за допомогою сучасних мов програмування. Проведене дослідження підтвердило ефективність використання графічних зображень як контейнерів для приховування даних. Створена програмна реалізація демонструє практичні можливості застосування стеганографічних технологій у реальних умовах та може бути використана як у навчальних, так і в дослідницьких цілях. У перспективі можливе вдосконалення алгоритмів шляхом використання складніших математичних методів та комбінування стеганографії з іншими засобами захисту інформації [1, с. 128].

Література

1. Бурячок В. Л. Інформаційна та кібербезпека : навчальний посібник. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2018. 312 с.
2. Корченко О. Г. Основи інформаційної безпеки. Київ : Національний авіаційний університет, 2016. 296 с.
3. Конахович Г. Ф., Пузиренко О. Ю. Комп'ютерна стеганографія: теорія і практика. Київ : МК-Прес, 2017. 288 с.
4. Дудикевич В. Б. Захист інформації в комп'ютерних системах. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2015. 320 с.
5. Гриценко В. І., Цехан О. В. Методи цифрової обробки зображень : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2019. 256 с.
6. Цифрова стеганографія // Вікіпедія українською: [Стеганографія — Вікіпедія](#)
7. Мова програмування Python // Вікіпедія українською: [Python — Вікіпедія](#)
8. Бібліотека NumPy // Вікіпедія українською: [NumPy — Вікіпедія](#)
9. Бібліотека Pillow для обробки зображень // Документація українською та навчальні матеріали: [Pillow Documentation](#)
10. Tkinter — бібліотека створення графічного інтерфейсу // Python Docs українською: [Tkinter Documentation](#)

*Людмила ПУСТОВІТ,
Здобувачка освіти спеціальності Комп'ютерні науки,
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

РОЗВИТОК ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СФЕРІ ДОПОМІЖНИХ СИСТЕМ:

ЕЛЕКТРОМЕХАНІЧНА СИСТЕМА КОНТРОЛЮ ФІКСАЦІЇ ВЗУТТЯ

Вступ та актуальність. Стрімкий розвиток цифрових технологій трансформують підходи до розробки асистивних пристроїв у медицині та реабілітації. Створення інтелектуальних електромеханічних систем спрямоване на розв'язання проблем

самообслуговування осіб з обмеженою рухливістю, для яких прості побутові завдання можуть бути складними або небезпечними. Зокрема, процес фіксації взуття потребує значних зусиль та координації, що робить автоматизацію цього процесу актуальним науково-практичним завданням.

Мета та об'єкт дослідження. Об'єктом дослідження є процес автоматизації фіксації взуття за допомогою інтегрованих цифрових та електромеханічних компонентів. Метою роботи є розробка прототипу пристрою, який забезпечує автоматичне затягування та послаблення шнурків з мінімальною участю користувача, що сприяє підвищенню його функціональної незалежності та профілактиці падінь.

Метод проектування. Під час створення системи було застосовано комплексний підхід, що включає цифрові методи проектування та швидке прототипування.

Цифрове моделювання: Використання програмного середовища Blender дозволило створити точну тривимірну модель пристрою. Це надало можливість провести віртуальну апробацію взаємодії конструктивних елементів, оптимізувати кінематику механізмів та візуалізувати принцип роботи без необхідності виготовлення численних проміжних фізичних зразків.

Адитивні технології:

Для фізичної реалізації прототипу застосовано 3D-друк із використанням полімерів PLA та ABS. Такий метод забезпечив оптимальне поєднання низької маси корпусу та конструктивної міцності, що є критично важливим для мобільних пристроїв допоміжного призначення.

Технічні характеристики та принцип дії.

Система базується на використанні мотор-редуктора постійного струму, що живиться від автономного джерела. Автоматизація реалізується через спеціальний механізм захоплення, який передає крутний момент від двигуна до шнурків, забезпечуючи їх рівномірне натягування. Цей підхід ілюструє практичне впровадження принципів вбудованих систем у реабілітаційну інженерію.

Перспективи розвитку та висновки. Запропонований пристрій має значний потенціал для подальшої інтелектуалізації. Наступні етапи дослідження включають інтеграцію мікроконтролерів, сенсорів тиску та Bluetooth-модулів для керування через мобільний застосунок. Впровадження елементів штучного інтелекту дозволить системі самостійно адаптувати силу затягування залежно від особливостей ходи або стану стопи користувача, перетворюючи розробку на повноцінну smart-систему медичного призначення.

Таким чином, розроблена система демонструє ефективність міждисциплінарного поєднання комп'ютерних наук та інженерії для створення доступних технологій, що реально покращують якість життя людини.

Література

1. Асистивні технології як шлях до незалежності. Національна асамблея інвалідів України. URL: <https://naiu.org.ua/en/archives/news/asystyvni-tehnologiyi-yak-shlyah-do-nezalezhnosti>
2. Центр допоміжних технологій. URL: <https://dzherelo.org.ua/en/center/czentr-dopomizhnyh-tehnologij/>
3. Класифікація та вибір засобів мобільності відповідно до фізичних потреб людини. URL: <https://pcs.khmnpu.edu.ua/index.php/pcs/article/download/374/341/1253>
4. Blender Foundation. Blender. URL: <https://www.blender.org/>
5. Gibson I., Rosen D., Stucker B. Additive Manufacturing Technologies. New York : Springer, 2021. 670 p.

*Данило СОБОЛЄВ,
учень 11 класу Наукового ліцею «Політ»
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

*Науковий керівник: Ігор ГАВРИЛЬЧУК,
викладач технологій та інформатики
Комунального закладу вищої освіти
«Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія»
Полтавської обласної ради
м. Кременчук*

РОЗРОБКА СИСТЕМИ СПОВІЩЕННЯ ТА ВИКЛИКУ СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ НА БАЗІ ESP32

ВСТУП

Більшість закладів охорони здоров'я в Україні стикаються з проблемою застарілих або надто дорогих систем сповіщення. Комерційні рішення (SKB Medical, Reanimated, RECS, ZKR) коштують від 15 000 до понад 100 000 грн за базову конфігурацію, не підтримують одночасного контролю якості повітря (температура, вологість, CO₂) і мають закриту архітектуру, що унеможливорює адаптацію. Тому актуальним є створення відкритої, недорогої та енергоефективної системи на базі сучасних мікроконтролерів ESP32.

Мета роботи – підвищити оперативність реагування персоналу та безпеку пацієнтів завдяки розробці гібридного пристрою, що поєднує функції виклику моніторингу довкілля.

Основні завдання:

- проаналізувати ринок і визначити слабкі місця готових систем;
- спроектувати апаратну архітектуру (центральный сервер, виносні датчики, пульти пацієнта);
- реалізувати програмне забезпечення (клієнт-серверна взаємодія, веб-інтерфейс, енергозбереження);
- оцінити економічну доцільність порівняно з аналогами.

1. АРХІТЕКТУРА ТА АПАРАТНА РЕАЛІЗАЦІЯ

Система побудована за клієнт-серверним принципом з використанням Wi-Fi (802.11b/g/n) та HTTP-протоколу. Центральний вузол – плата Lolin S3 Pro (ESP32-

S3) із двоядерним процесором (240 МГц), 16 МБ Flash, 8 МБ PSRAM, слотом microSD та підтримкою Bluetooth 5.0. Він виконує роль веб-сервера, бази даних (логів) і координатора всіх кінцевих пристроїв.

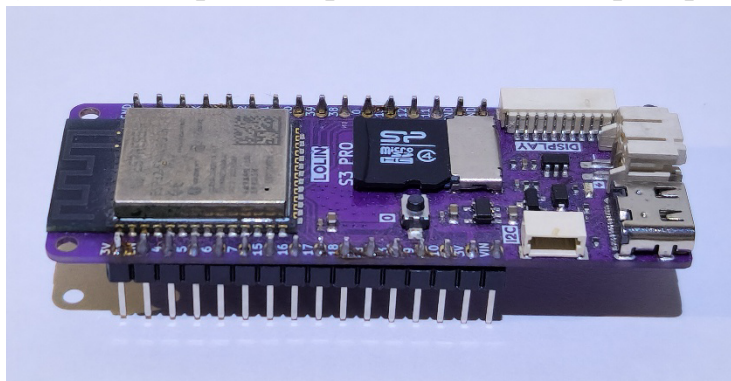


Рис. 1. Сервер(Без корпусу)

Модуль моніторингу повітря побудовано на ESP32-C3 SuperMini (RISC-V, 160 МГц). До нього підключено:

- цифровий сенсор DHT22 (точність $\pm 0,5^{\circ}\text{C}$, $\pm 2\% \text{ RH}$);
- NDIR-сенсор MH-Z19B (діапазон 0–5000 ppm CO₂, компенсація температури);
- реле (керування освітленням палати).

Дані надсилаються на сервер кожні 60 секунд. Пристрій підтримує OTA-оновлення через бібліотеку ArduinoOTA.

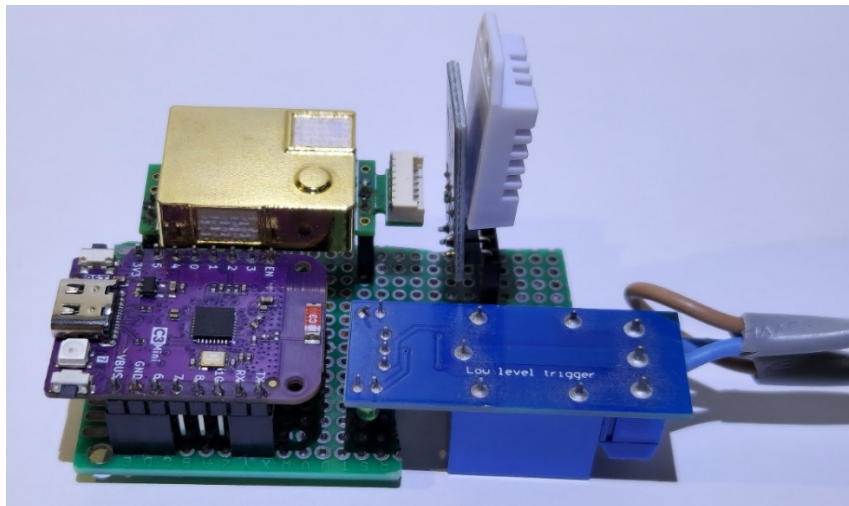


Рис. 2. Модуль моніторингу повітря

Пульт пацієнта – ключова частина взаємодії. Розроблено дві версії на ESP32-C3 SuperMini з OLED-дисплеєм SSD1309 (2,42", 128×64) та сенсорними кнопками TTP223.

- Повна версія: два літієві елементи 18650 (по 2500–3000 мА·год), BMS із балансуванням (струм розряду до 20 А) та понижувальний DC-DC перетворювач (ККД до 96%). Автономність – 70–76 годин постійної роботи дисплея.



Рис. 3. Велика версія пульта пацієнта(в корпусі)

- Компактна версія: один акумулятор 21700 (≈ 4500 мА·год, б/у) та інтегрована плата заряду/розряду (струм 2 А, струм спокою < 30 мкА). Автономність – 25 годин.



Рис. 4. Зменшена версія пульта пацієнта(без корпусу)

2. ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Серверна частина (файл 'SHU_MAN_S3.ino') написана на C++ (Arduino IDE) і містить:

- веб-сервер на порту 80 з REST API (маршрути '/air', '/alert', '/ward', '/wardSet', '/patients', '/manage-patient', '/graph' тощо);
- збереження даних на microSD у текстових файлах формату: 'температура10 q вологість10 q CO2 q час (год100+хв) w' – окремий файл для кожної палати та дати;
- обмеження доступу за IP-адресами (список 'allowed_ips.txt');
- синхронізацію часу через NTP (бібліотека GyverNTP).

Модуль повітря ('SHU_MAN_AIR.ino'):

- зчитування DHT22 та корекція показників MH-Z19B (експоненційна формула для сирого значення CO₂);
- надсилання GET-запиту на сервер;
- можливість дистанційного керування реле через HTTP.

Пульт пацієнта ('SHU_MAN_C3.ino'):

- візуалізація на OLED (бібліотека GyverOLED) – час, температура, вологість, CO₂;
- навігація за допомогою бібліотеки EncButton (обробка кліків та утримань);
- енергозберігаючі режими: при бездіяльності >15 секунд дисплей вимикається, але може працювати режим завжди ввімкненого екрана (AOD) зі зниженою яскравістю підсвітки (WS2812);
- меню виклику персоналу на 19 причин, згрупованих у три категорії – біль (9 варіантів), загальні питання (4), негайні стани (5) та Інше.

3. СИСТЕМА ВИКЛИКУ ТА ВЕБ-ІНТЕРФЕЙС

При натисканні центральної кнопки пацієнт потрапляє в меню 'Call staff'. Після вибору причини пульт надсилає запит:

GET /alert?id=[ID_пацієнта]&reason=[причина]&time=[час]&prior=[пріоритет]

Сервер автоматично призначає пріоритет:

- 0 (зелений) – загальні питання;
- 1 (жовтий) – біль, інше;
- 2 (червоний) – негайні стани (кровотеча, проблеми з диханням, нудота тощо).

Веб-інтерфейс адаптивний (HTML/CSS/JS, бібліотека Chart.js) і містить 5 ключових сторінок:

- Активні виклики – кольорове маркування за пріоритетом, сортування за часом;
- Всі пацієнти – редагування/видалення;
- Стан палат – онлайн показники температури, вологості, CO₂, IP-адреса датчика;

- Керування пацієнтом – додавання нового або заміна даних;
- Графіки – візуалізація історичних змін (вибір палати та дати).

Calls Patients Wards Manage Patient Graphs				
Active Patient Calls				
Room	Patient	Call Reason	Priority	Time
101	Oleksandr Shevchenko	When is lunch?	0	9:21
101	Tatiana Kravova	Back hurts	1	7:22
103	Sofia Hanylenko	Arm hurts	1	13:41
107	Lukas Dorak	N. dirp. problem	2	13:42

Рис. 5. Активні виклики.

Calls Patients Wards Manage Patient Graphs						
All Patients						
ID	Room	Name	Surname	Last Call Time	Last Call Reason	Actions
0	101	Oleksandr	Shevchenko	9:21	When is lunch?	Delete
1	101	Tatiana	Kravova	7:22	Back hurts	Delete
2	102	Ivanna	Boychuk	10:10	-	Delete
3	102	Marin	Prochazka	10:10	-	Delete
4	103	Petr	Novodny	10:10	-	Delete
5	103	Sofia	Hanylenko	13:41	Arm hurts	Delete
6	104	David	Cenig	10:10	-	Delete
7	104	Kateryna	Rudenko	10:10	-	Delete
8	105	Danylo	Kovalenko	10:10	-	Delete
9	105	Vasylina	Rudenko	10:10	-	Delete

Рис. 6. Всі пацієнти

4. ЕКОНОМІЧНА ЕФЕКТИВНІСТЬ

Розрахунок вартості компонентів (орієнтовно, станом на 2026 р.):

Компонент	Вартість
Сервер (Lolin S3 Pro)	500 грн
Датчик повітря (ESP32-C3 + DHT22 + MH-Z19B + реле)	880 грн
Пульт повна версія (ESP32-C3 + OLED + 2×18650 + BMS + перетворювач)	900 грн
Пульт компактна версія (ESP32-C3 + OLED + 21700 + плата заряду)	720 грн

Система на 5 палат (1 сервер + 5 датчиків + 10 пультів – наприклад, 5 повних і 5 компактних) коштує близько 12 000 грн. Це в 2–3 рази дешевше за найближчі комерційні аналоги (RECS – 15 000 грн, Reanimed – 28 000 грн, SKB Medical – 31 500 грн) і на порядок дешевше за професійну IP-систему ZKR (від 100 000 грн). Усі програмні бібліотеки – безкоштовні (GyverLibs, ArduinoOTA, FastLED, DHT, MHZ19).

ВИСНОВКИ

1. Розроблено діючий прототип інтегрованої системи, яка одночасно виконує моніторинг мікроклімату та забезпечує пріоритетний виклик персоналу.

2. Експериментально підтверджено автономність пультів: 70–76 годин для версії з двома 18650, 25 годин для версії з одним 21700.
3. Веб-інтерфейс дозволяє медперсоналу в реальному часі бачити активні виклики, керувати даними пацієнтів і аналізувати тренди параметрів повітря за допомогою графіків.
4. Вартість системи на 5 палат (~12 000 грн) є значно нижчою за комерційні аналоги при більшій функціональності та відкритому коді, що робить її придатною для впровадження в лікарнях, реабілітаційних центрах і будинках престарілих з обмеженим бюджетом.
5. Подальші напрямки розвитку: вбудовування датчика диму, використання MQTT замість HTTP, інтеграція з Telegram-ботом для дублювання сповіщень.

ЛІТЕРАТУРА

1. Bring your projects to life with Arduino software : офіційний сайт / Arduino. URL: <https://www.arduino.cc/en/software/> (дата звернення: 10.03.2026).
2. EncButton: легка і дуже функціональна бібліотека для енодера з кнопкою, енодера або кнопки з Arduino / GyverLibs // GitHub. URL: <https://github.com/GyverLibs/EncButton> (дата звернення: 10.03.2026).
3. ESP32-C3 Series Datasheet Version 2.3 / Espressif Systems. URL: https://www.espressif.com/documentation/esp32-c3_datasheet_en.pdf (дата звернення: 10.03.2026).
4. ESP32-S3-WROOM-1 Datasheet Version 1.7 / Espressif Systems. URL: https://www.espressif.com/documentation/esp32-s3-wroom-1_wroom-1u_datasheet_en.pdf (дата звернення: 10.03.2026).
5. Готовий комплект системи виклику медперсоналу No15. URL: <https://rcallsystem.com.ua/ua/p770990635-gotovyyj-komplekt-sistemy.html> (дата звернення: 10.03.2026).
6. Готові рішення IP-системи палатної сигналізації / Реанімед. URL: <https://reanimed.com.ua/gotovi-rishennya-ip-systemy-palatnoyi-sygnalizaciyi/> (дата звернення: 10.03.2026).
7. Денисовець І. В., Сидорук В. В. Медична інформаційна система як ефективний інструмент комунікації: виклики та перспективи впровадження. 2024. PhD Thesis. Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». URL: <http://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/17555/1/Сидорук%20128-133.pdf> (дата звернення: 10.03.2026).
8. Сидорук В. В. Інформаційна система обліку пацієнтів медичного закладу ... : кваліф. робота магістра. Полтава, 2025. 81 с. URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/handle/PoltNTU/18249> (дата звернення: 10.03.2026).
9. Система «Сестра-Пацієнт» від SKB Medical / SKB Medical. URL: <https://medical.skб.kiev.ua/sistema-sestra-pacient/> (дата звернення: 10.03.2026).

10. Система виклику медичного персоналу / ZKR Systems. URL: <https://zkr-systems.com.ua/ua/> (дата звернення: 10.03.2026).

Ростислав ТОПЧІЙ,
Здобувач фахової передвищої освіти
Комунального закладу вищої освіти
„Кременчуцька гуманітарно-
технологічна академія”
Полтавської обласної ради
м. Кременчук
Науковий керівник: Віталій ШАМРАЙ
викладач програмування
Комунального закладу вищої освіти
„Кременчуцька гуманітарно-
технологічна академія”
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

ВСТУП

У сучасному інформаційному суспільстві комп'ютерні науки виступають одним із ключових драйверів розвитку технологій, що трансформують різні сфери людської діяльності. Однією з найбільш перспективних галузей їх застосування є соціальна сфера, де цифрові рішення дозволяють вирішувати складні соціальні проблеми, зокрема проблему самотності людей літнього віку.

Актуальність теми зумовлена зростанням частки осіб похилого віку в структурі населення, а також соціальними викликами сучасності, такими як урбанізація, трудова міграція та наслідки війни. У цих умовах багато літніх людей опиняються в ситуації обмежених соціальних контактів, що призводить до погіршення емоційного стану, підвищення рівня тривожності та відчуття соціальної ізоляції.

Сучасні досягнення у сфері штучного інтелекту відкривають нові можливості для створення інтелектуальних систем взаємодії, здатних частково компенсувати дефіцит спілкування. Одним із таких рішень є AI-співрозмовники — програмні системи, які реалізують діалог між людиною та комп'ютером у формі, наближеній до природної мови.

Метою дослідження є аналіз соціального впливу AI-співрозмовника «Турботливий співрозмовник» як прикладу застосування комп'ютерних наук у соціальній підтримці людей літнього віку.

У межах дослідження поставлено такі завдання:

- проаналізувати роль комп'ютерних наук у розвитку соціально орієнтованих технологій;
- розглянути принципи роботи AI-співрозмовників;
- дослідити вплив цифрового спілкування на емоційний стан користувачів;
- оцінити ефективність використання чат-бота у зниженні рівня самотності;
- визначити основні переваги та обмеження таких технологій.

З технічної точки зору AI-співрозмовник є складною програмною системою, що базується на методах обробки природної мови (Natural Language Processing), машинного навчання та аналізу текстових даних. Основною функцією системи є інтерпретація запитів користувача та генерація релевантної відповіді.

Архітектура типового AI-співрозмовника включає кілька ключових компонентів. Першим є модуль обробки природної мови, який здійснює аналіз тексту, визначає намір користувача та виділяє ключові сутності. Другим компонентом є логічне ядро системи, яке приймає рішення щодо відповіді на основі алгоритмів машинного навчання або правил. Третім є модуль генерації відповіді, що формує текст повідомлення. Четвертим компонентом виступає інтерфейс користувача, який забезпечує зручність взаємодії.

Сучасні AI-системи можуть будуватися на різних підходах: від простих rule-based алгоритмів до складних нейронних мереж і великих мовних моделей. Використання машинного навчання дозволяє системі адаптуватися до поведінки користувача, що значно підвищує якість взаємодії.

У межах дослідження було розроблено та протестовано чат-бот «Турботливий співрозмовник», орієнтований на людей літнього віку. При розробці особливу увагу було приділено принципам usability та доступності. Інтерфейс було максимально спрощено, використано зрозумілу мову, короткі повідомлення та логічну структуру діалогу.

Методологія дослідження базувалася на поєднанні кількісних і якісних методів. Основним методом було анкетне опитування, проведене до та після використання чат-бота. Додатково застосовувалися інтерв'ю та аналіз поведінкових даних користувачів.

Вибірку склали особи віком від 60 до 78 років, які проживають самотійно або мають обмежені соціальні контакти. Більшість респондентів мали базові навички користування смартфоном, що дозволило їм взаємодіяти з цифровим сервісом.

Результати первинного опитування показали, що значна частина респондентів відчуває високий рівень самотності. Близько половини опитаних зазначили, що рідко спілкуються з іншими людьми, а також відчують нестачу емоційної підтримки.

Після періоду взаємодії з AI-співрозмовником було зафіксовано позитивну динаміку змін. Зокрема, спостерігалось зниження рівня негативних емоцій, покращення настрою та підвищення загального рівня задоволеності життям. Респонденти відзначали, що регулярне спілкування з ботом створює відчуття присутності співрозмовника та зменшує відчуття ізоляції.

З точки зору комп'ютерних наук важливим є питання персоналізації. Сучасні алгоритми дозволяють адаптувати поведінку системи до конкретного користувача, враховуючи його попередні запити, інтереси та стиль спілкування. Це створює ефект індивідуального підходу, що значно підвищує ефективність взаємодії.

Ще одним важливим аспектом є використання аналізу даних. Збір і обробка інформації про взаємодію користувача з системою дозволяє виявляти закономірності поведінки та вдосконалювати алгоритми. Таким чином, система постійно покращує свою роботу.

Водночас існують певні обмеження. AI-системи не здатні повністю відтворити людську емпатію, оскільки їх відповіді базуються на алгоритмах, а не на реальних емоціях. Крім того, можливі помилки у розумінні контексту, що може впливати на якість комунікації.

Соціальні ризики також потребують уваги. Існує ймовірність того, що користувачі можуть надмірно покладатися на цифрове спілкування, що потенційно знижує мотивацію до реальних контактів. Також важливими є питання конфіденційності та безпеки даних.

Незважаючи на це, перспективи розвитку таких технологій є значними. Подальше вдосконалення алгоритмів штучного інтелекту, інтеграція голосових інтерфейсів, а також розвиток мультимедійних систем взаємодії відкривають нові можливості для використання AI у соціальній сфері.

Особливо перспективним є використання таких систем у поєднанні з іншими цифровими сервісами, наприклад, телемедициною або соціальними платформами. Це дозволяє створювати комплексні рішення для підтримки людей літнього віку.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що AI-співрозмовник є ефективним прикладом застосування комп'ютерних наук у соціальній сфері. Його використання сприяє покращенню емоційного стану та зниженню рівня самотності, водночас не замінюючи живе спілкування.

Отже, інтеграція технологій штучного інтелекту у соціальні практики є перспективним напрямом розвитку, що поєднує досягнення комп'ютерних наук із вирішенням актуальних соціальних проблем. Подальші дослідження у цій сфері дозволять підвищити ефективність таких систем та розширити можливості їх застосування.

Література

1. Паніна Н. В. Соціальне самопочуття населення України. Київ, 2008.
2. Макаренко О. М. Соціальні проблеми людей похилого віку. Український соціум. 2016.

3. Лібанова Е. М. Бідність та соціальне відчуження в Україні. Київ, 2017.
4. Пищуліна О. М. Цифрова нерівність в Україні. Київ, 2020.
5. Turkle S. Alone Together. New York, 2017.
6. Russell S., Norvig P. Artificial Intelligence: A Modern Approach. 2020.
7. Jurafsky D., Martin J. Speech and Language Processing. 2021.

Ірина ХАНАТ,
учениця групи Л-10В
Наукового ліцей “Політ” при
Комунальному закладі вищої освіти
“Кременчуцька гуманітарно
технологічна академія”
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

Науковий керівник: Віталій ШАМРАЙ,
викладач технологій
Наукового ліцею „Політ” при
Обласному коледжі
„Кременчуцька гуманітарно
-технологічна академія ”
Полтавської обласної ради
м. Кременчук

**РОЗРОБКА ЕЛЕКТРОННО ПОСІБНИКА: У МЕРЕЖІ БЕЗПЕЧНО:
РИЗИКИ, ЗАГРОЗИ ТА ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗАХИСТУ В
СУЧАСНОМУ ІНТЕРНЕТ-ПРОСТОРІ**

Сучасний етап розвитку інформаційного суспільства характеризується тотальною інтеграцією цифрових технологій у всі сфери людської життєдіяльності. Соціальні мережі, месенджери та онлайн-платформи стали не просто інструментами комунікації, а повноцінним середовищем проживання, де формуються соціальні зв'язки, здійснюються фінансові операції та зберігається значний масив персональних даних. Проте паралельно з технологічним прогресом стрімко еволюціонують і методи кіберзлочинності, що робить проблему захисту інформації в інтернет-просторі однією з найбільш гострих проблем сучасності. Актуальність даної теми підтверджується невблаганною статистикою: щороку кількість успішних кібератак на приватних користувачів зростає, а методи злоумисників стають все більш витонченими та психологічно орієнтованими. Дослідження фокусується на розробці та впровадженні електронного посібника «У мережі безпечно», який покликаний систематизувати знання про ризики та сформувати в користувачів практичні навички захисту.

Аналізуючи сучасний ландшафт кіберзагроз, необхідно першочергово звернути увагу на фішинг як найбільш масовий інструмент злоумисників. Фішинг базується на створенні підроблених ресурсів, які візуально майже не відрізняються від офіційних сайтів банків, соціальних мереж або державних установ. Користувач, не підозрюючи небезпеки, власноруч вводить свої облікові дані, які миттєво потрапляють до рук хакерів. Особливо небезпечним є те, що фішинг постійно трансформується: від масових електронних розсилок до вузькоспеціалізованого цільового фішингу, спрямованого на конкретних осіб. У межах дослідження було встановлено, що ключовим фактором успіху таких атак є не стільки технічна недосконалість систем, скільки людський фактор. Це підводить нас до розуміння соціального інжинірингу як фундаменту більшості сучасних зламів. Злоумисники майстерно використовують психологічні тригери — страх втратити доступ до акаунту, цікавість до «сенсаційних» новин або бажання допомогти, як у випадках із фейковими петиціями чи голосуваннями [1]. Психологічна маніпуляція дозволяє обійти навіть складні системи технічного захисту, оскільки користувач сам відкриває двері у свій цифровий простір.

Окремим аспектом безпеки є технічна гігієна роботи з браузером та мережами. Зокрема, атаки через файли cookie дозволяють зловмисникам викрадати сесійні ідентифікатори. Це означає, що хакер може отримати доступ до акаунту жертви, навіть не знаючи її пароля, просто скопіювавши активну сесію. Такий ризик багаторазово зростає при використанні відкритих, незахищених мереж Wi-Fi у громадських місцях. Дослідження також підтвердило, що величезна кількість користувачів досі ігнорує базові правила створення паролів. Використання ідентичних комбінацій для різних сервісів або занадто простих слів робить акаунти легкою здобиччю для методів автоматизованого підбору. Саме тому в посібнику значна увага приділяється генераторам та менеджерам паролів, які дозволяють створювати та безпечно зберігати унікальні, криптостійкі комбінації для кожного окремого ресурсу [2, 5].

Практична частина дослідження ґрунтується на аналізі реальних інцидентів, зафіксованих у Чернігівській області. Кейс-стаді показує, що зловмисники часто використовують емоційний шантаж або соціально значущі теми. Наприклад, схема з проханням підтримати дитину в конкурсі або підписати петицію щодо присвоєння звання Героя України є надзвичайно ефективною саме через високий рівень суспільної довіри та емпатії. Після переходу за посиланням користувач потрапляє у пастку фішингової авторизації в Telegram або Facebook. Важливо розуміти, що такі дії є прямим порушенням статті 361 Кримінального кодексу України, яка передбачає суворе покарання за несанкціоноване втручання в роботу інформаційних систем. Проте низька кількість судових рішень у таких справах підкреслює складність ідентифікації злочинців та необхідність превентивних заходів, одним з яких і є розроблений посібник.

Найбільш ефективним інструментом захисту, який розглядається в роботі, є двофакторна автентифікація (2FA). Вона базується на поєднанні декількох факторів перевірки: того, що користувач знає (пароль), та того, чим він володіє (смартфон зі спеціальним додатком або кодом у SMS) [4]. Впровадження 2FA значно знижує ймовірність зламу, оскільки навіть у разі витоку пароля зловмисник не зможе пройти другий етап перевірки. Окрім технічних засобів, посібник навчає цифровій

пильності: вмінню розпізнавати підозрілі посилання, перевіряти доменні імена сайтів та критично оцінювати будь-яку інформацію, що вимагає термінових дій або передачі даних.

Результати проведеного експерименту та опитування серед різних вікових груп продемонстрували критичний розрив у знаннях. Найбільш вразливими категоріями виявилися підлітки до 17 років та дорослі віком понад 35 років. Близько двох третин опитаних не мали уявлення про сучасні методи захисту, а значна частина респондентів використовувала один пароль для всіх своїх акаунтів. Апробація електронного посібника «У мережі безпечно» показала вражаючу позитивну динаміку. Більшість учасників дослідження після ознайомлення з матеріалами не лише підвищили рівень теоретичних знань, а й застосували їх на практиці, встановивши двофакторну автентифікацію та змінивши слабкі паролі. Це підтверджує гіпотезу про те, що доступна, структурована та візуалізована інформація є ключем до формування стійких навичок кібергігієни.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що безпека в інтернет-просторі — це не стан, а безперервний процес. Розробка та поширення навчальних матеріалів, таких як даний електронний посібник, є стратегічно важливим кроком у захисті національного інформаційного сегмента. Формування культури безпечної поведінки в мережі дозволяє не лише захистити особисті дані окремого користувача, а й підвищити загальну стійкість суспільства до інформаційних та гібридних загроз. Подальші дослідження у цьому напрямку мають бути зосереджені на постійному оновленні бази знань посібника відповідно до появи нових типів кібератак.

ЛІТЕРАТУРА

1. Зламали Телеграм – як це відбувається і що робити, досвід чернігівців і поради фахівців із кібербезпеки. URL: <https://www.0462.ua/news/3754686/zlamali-telegram-ak-ce-vidbuvaetsa-i-so-robiti-dosvid-cernigivciv-i-poradi-fahivciv-iz-kiberbezpeki> [1].
2. Генератор Паролів — Швидке Створення Надійних Паролів. URL: <https://uk.vpnmentor.com/tools/secure-password-generator/> [2].

3. Менеджер паролів, що це таке і для яких цілей він потрібен. URL: <https://hackyourmom.com/pryvatnist/menedzher-paroliv-shho-cze-take-i-dlya-yakych-czilej-vin-potriben/> [3].
4. Двофакторна автентифікація: як захистити свої дані в епоху кіберзагроз. URL: <https://mezha.media/articles/dvofaktorna-avtentyfikatsiia-iak-vstanovyty/> [4].
5. Надійні паролі: ключ до безпеки вашої особистої інформації. URL: <https://zastosunok.com/read/nadiyni-paroli-yak-stvoriti-i-vikoristovuvati-jih-pravilno> [5].
6. Соціальна інженерія | Кібербезпека. Київ. URL: <https://youtu.be/dW1M-7sUUUKI?si=YSAQQvm1f2yOtwVe> [6].
7. Тенденції галузі безпеки й захисту даних. Cisco 2021 [7].

НАШІ АВТОРИ

БАКАЙ Ангеліна, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

БОГДАНОВСЬКА Наталія, здобувачка фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

БОГИНЯ Володимир, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

БОНДАРЕНКО Марина, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

БРИКОВА Маргарита, здобувачка фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ВАРНАВСЬКА Інна, завідувач кафедри соціальних та поведінкових наук, кандидат педагогічних наук, доцент.

ВАСИЛЕНКО Єлизавета, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ВЕРЕЗОМСЬКА Вікторія, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ВЄЛЬКІНА Вероніка, здобувач фахової передвищої освіти групи КН-22ф, Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ВЛАСЕНКО Єлизавета, здобувачка вищої освіти першого (бакалаврського) рівня Херсонського державного аграрно-економічного університету.

ВОРОНА Поліна, студентка першого курсу групи АРХ-25-4П, Архітектурний факультет ННІ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури», Український державний університет науки та технологій м. Дніпро.

ГАЛАДУБСЬКА Софія, здобувач фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м.Кременчук.

ГАВРИЛЬЧУК Ігор, викладач технологій та інформатики Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ГЛУХОВА Анжеліка, здобувачка фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ДЕНЬГА Наталія, кандидат педагогічних наук Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ЗАЙЦЕВА Амалія, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями) предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура) факультету здоров'я та фізичного виховання Державного вищого навчального закладу «Ужгородський національний університет», м. Ужгород.

КІКТЄВА Марина, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Вінницький гуманітарно- педагогічний коледж», м. Вінниця.

КІМІЛЬ Анастасія, здобувач вищої освіти освітнього ступеня „Бакалавр“ Комунального закладу вищої освіти „Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія“ Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КІРІЧЕК Ірина, кандидат філологічних наук Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КІЯШОК Анна, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КЄМ Віталій, здобувач фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КИРИЛОВА Альбіна, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КОВАЛЕНКО Богдана, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КОРЕНЄВА Діана, здобувачка фахової передвищої освіти освітнього ступеня “Фаховий молодший бакалавр” Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КУЛИЧКОВ Артур, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, Спеціальність D3 «Менеджмент» Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

КУТИНСЬКА Катерина, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси.

МАРИНОВИЧ Анна, курсант Львівського державного університету внутрішніх справ, Факультету №1 (з підготовки фахівців для органів досудового розслідування НПУ).

МАЦЬКО Марина, здобувач фахової передвищої освіти за спеціальністю F3 «Комп'ютерні науки» Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради м. Кременчук.

МИСЮРА Дар'я, здобувач вищої освіти освітнього ступеня „Бакалавр“ Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

МОСКОВЕЦЬ Людмила, доцент кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

НІКОЛАЄСКУ Інна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної освіти Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси.

ОЛІЙНИК Ірина, викладач-методист Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ОМЕЛЬЧЕНКО Юлія, викладач вищої категорії, викладач-методист Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ОСІПОВ Віталій, викладач кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ПАШКОВ Єгор, здобувач першого(бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ПІВТОРАЧЕНКО Катерина, здобувач вищої освіти освітнього ступеня „Бакалавр“ Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ПОКОЙ Катерина, здобувачка фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ПУСТОВІТ Людмила, здобувачка освіти спеціальності Комп'ютерні науки, Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

РАЧЕЄВА Олександра, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м.Кременчук.

САВАЄВА Єкатерина, здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності G19 «Будівництво та цивільна інженерія» Херсонського державного аграрно-економічного університету (м. Херсон-Кропивницький, Україна).

САВЕНКО Максим, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

САВЧЕНКО Тимур, здобувач фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

СЕНЧЕНКО Софія, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

СИСУН Валерій, старший викладач кафедри Фізичного виховання та основ здоров'я ННІ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури», Український державний університет науки та технологій м. Дніпро.

СІТАРСЬКА Іванна, здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», м. Вінниця.

СНІЩЕНКО Роман, доктор економічних наук, професор, зав. кафедри менеджменту та інформаційних технологій Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

СОБОЛЄВ Данило, учень 11 класу Наукового ліцею «Політ» Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ТОПЧІЙ Ростислав, здобувач фахової передвищої освіти Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ТЮТЕНКО Ігор, старший викладач кафедри Фізичного виховання та основ здоров'я ННІ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури», Український державний університет науки та технологій м. Дніпро.

ХАНАТ Ірина, учениця групи Л-10В Наукового ліцей “Політ” при Комунальному закладі вищої освіти “Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія” Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ХОМА Тетяна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Державного вищого навчального закладу «Ужгородський національний університет», м. Ужгород.

ЧЕРНЕНКО Варвара, к. ф.-м. н., доцент, доцент кафедри менеджменту та інформаційних технологій, Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ШАМРАЙ Віталій, викладач програмування Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ЮРІНА Євгенія, здобувач вищої освіти освітнього ступеня «Бакалавр» Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

ЯЦЕНКО Тетяна, завідувач кафедри практичної психології та реабілітаційних технологій Комунального закладу вищої освіти «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія» Полтавської обласної ради, м. Кременчук.

Oleksandra HENBACH, student of professional pre-higher education with the educational degree “Professional Junior Bachelor” of the municipal institution of higher education “Kremenchuk Humanitarian and Technological Academy” of the Poltava Regional Council, Kremenchuk.

Oleksandra HLADKA, student of professional pre-higher education with the educational

degree “Professional Junior Bachelor” of the municipal institution of higher education «Kremenchuk Humanitarian and Technological Academy» of the Poltava Regional Council, Kremenchuk.