

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ
ІНСТИТУТ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ НАПН УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ВСЕУКРАЇНСЬКЕ ТОВАРИСТВО «РІДНА ШКОЛА»
AUTONOMOUS UNIVERSITY OF ZACATECAS (MEXICO)
EUROPEAN INSTITUTE OF FURTHER EDUCATION (EIDV) (SLOVAKIA)
ISRAEL TRAUMA COALITION (ISRAEL)
Sky Tel OÜ (Estonia)

DOI <https://doi.org/10.59647/978-617-520-999-8/1>

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

VII Міжнародної конференції

**Актуальні проблеми освітнього
процесу в контексті європейського вибору України**

14 листопада 2024 року

Київ
Видавництво Ліра-К
2025

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Київського національного університету будівництва і архітектури
(протокол № 27 від 29 листопада 2024 р.)*

Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України: матеріали VII Міжнародної конференції (14 листопада 2024 року). – Київ : Видавництво Ліра-К, 2025. – 728 с.

ISBN 978-617-520-999-8

У матеріалах VII Міжнародної конференції «Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України» висвітлюються актуальні питання професійної (професійно-технічної) освіти: вітчизняний та зарубіжний досвід; психолого-педагогічне забезпечення освітнього процесу; сучасні виклики; сучасні проблеми викладання інженерно-технічних та гуманітарних дисциплін.

Матеріали конференції розраховані на науково-педагогічних, наукових працівників у галузі педагогіки, психології, соціології, викладачів, аспірантів, студентів, а також на соціальних педагогів, соціологів, практичних психологів і соціальних працівників.

*За зміст поданих матеріалів несуть відповідальність
їх автори.*

УДК 37.09

URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/8> (дата звернення: 20.04.2024).

2. Наказ Міністерства охорони здоров'я України 23.02.2016 № 121 Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги / реакція на важкий стрес та розлади адаптації: посттравматичний стресовий розлад URL : https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2016_121_ukrmd_ptsr.pdf (дата звернення: 03.05.2024).

3. Блінов О.А. Опитувальник скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) / О.А. Блінов // Психологічний часопис: збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. – № 1 (11). – Вип. 11. – Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2018. – С. 26-37. (дата звернення: 20.04.2024).

4. Volonterstvo v sotsialniy roboti [Volunteering in social work] RA Kalenychenko - Kyiv: KyMU.[in Ukrainian], 2008. <http://surl.li/xwpcov>

УДК 159.98:658(075.8)

Федотченко Ірина Григорівна,

*здобувач вищої освіти академічної групи ПСМз-23-1
Державного податкового університету;*

науковий керівник: Калениченко Руслан Арсенович,
*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри професійної освіти*

*Київського національного університету будівництва і архітектури;
доцент кафедри психології, педагогіки та суспільних дисциплін
Державного податкового університету*

РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ФОРМУВАННІ ПОЗИТИВНОГО НАСТРОЮ В КОЛЕКТИВІ

У нашому житті настрій відіграє надзвичайно важливу роль. Він впливає на наше самопочуття, поведінку та загальну якість життя. Від стійкого позитивного настрою залежить наша продуктивність, мотивація та здатність досягати поставлених цілей. Тому розуміння психологічних особливостей формування такого настрою є надзвичайно важливим для кожної людини.

Формування стійкого позитивного настрою – це процес, який включає в себе різні аспекти нашого існування. Це і наші емоції, і наше сприйняття світу, і наші переконання, і наші міжособистісні відносини. Кожна людина має свої власні особливості, що впливають на її здатність формувати та підтримувати стійкий позитивний настрій.

Одним з ключових аспектів цього процесу є вміння керувати своїми емоціями та думками. Це означає, що ми повинні бути усвідомлені своїх емоційних реакцій на різні події та ситуації. І лише знаючи свої емоційні реакції, ми зможемо змінити свої думки та переконання, які впливають на наш настрій. [1].

У сучасному світі, психологічні аспекти стійкого позитивного настрою є предметом все більшої уваги. Один з ключових чинників, що впливає на формування такого настрою, є соціальне середовище, в якому ми знаходимося.

Соціальне середовище складається з різних аспектів, таких як сім'я, друзі, колеги, медіа та інші соціальні групи, з якими ми взаємодіємо щодня. Ці соціальні взаємодії можуть впливати на наше психологічне становище та настрій, сприяючи створенню позитивного настрою або, навпаки, викликаючи негативні емоції.

Особливості впливу соціального середовища на формування позитивного настрою полягають у тому, що людська природа має тенденцію до наслідування та адаптації. Наше оточення, наші близькі та спільноти, можуть впливати на наші емоції, переконання та спосіб мислення, формуючи стійкий позитивний настрій [2].

Успішне створення стійкого позитивного настрою має свої особливості та вимагає уваги до різних чинників, що впливають на психологічний стан людини. Одним з ключових аспектів цього процесу є позитивне спілкування та підтримка від оточуючих. Взаємодія з іншими людьми може мати значний вплив на формування та підтримку позитивного настрою.

Позитивне спілкування передбачає створення сприятливої атмосфери, в якій людина почувається комфортно та знає, що її слова та думки цінуються. Це може бути досягнуто шляхом вислуховування, підтримки, емпатії та позитивного відгуку на висловлені ідеї та почуття. Важливо розуміти, що наше спілкування може впливати на психологічний стан інших людей, тому важливо бути уважними та позитивними у спілкуванні з оточуючими.

Позитивна підтримка від оточуючих також має велике значення для формування стійкого позитивного настрою. Людина, яка отримує підтримку від своїх близьких, друзів або колег, відчуває більшу впевненість у собі та своїх можливостях. Це стимулює розвиток позитивного мислення та допомагає зберегти оптимістичний настрій навіть у складних ситуаціях.

Таким чином, позитивне спілкування та підтримка від оточуючих є важливими факторами у формуванні стійкого позитивного настрою. Вміння слухати, розуміти та підтримувати інших людей, а також отримувати

підтримку від них, допомагає зміцнити позитивне сприйняття світу та підтримує психологічне самопочуття. Необхідно пам'ятати про важливість цих аспектів та активно використовувати їх у повсякденному житті для досягнення стабільного позитивного настрою [1].

Цікавими є способи підтримки позитивного настрою у колективі підлітків. Зберегти позитивний настрій та емоційну стабільність є важливим завданням у підтримці самопочуття підлітків. Існує кілька способів, які можуть допомогти їм у цьому процесі:

1. Активна фізична активність: Регулярні фізичні вправи, спорт або активні ігри можуть позитивно вплинути на настрій підлітка. Фізична активність сприяє виробленню ендорфінів – гормонів щастя, які підвищують настрій та знижують рівень стресу.

2. Соціальна підтримка: Прийняття та підтримка з боку рідних, друзів та вчителів дуже важлива для підлітків. Спілкування з близькими людьми, діленням емоцій та проблем, може допомогти підліткам зберегти позитивний настрій.

3. Здоровий спосіб життя: Раціональне харчування, достатній сон та відпочинок, уникнення шкідливих звичок, таких як куріння або вживання алкоголю, можуть позитивно вплинути на самопочуття підлітків.

4. Позитивні заняття: Займатися тим, що приносить задоволення та радість, такі як хобі, музика, танці або мистецтво, може підтримати позитивний настрій підлітків.

5. Довіра та підтримка: Важливо відчувати підтримку та довіру з боку дорослих. Підлітки повинні знати, що їхні емоції та почуття важливі, і їхні проблеми будуть вислухані без засудження.

6. Позитивне мислення: Вчіть підлітків сприймати світ позитивно, шукати позитивні сторони в різних ситуаціях та цінувати маленькі радощі життя. Розвивайте в них вміння зосереджуватися на позитивних аспектах та переборювати негативні думки.

Одним із способів підтримати позитивний настрій та емоційне самопочуття є залучення до здорового способу життя та фізичної активності. Фізична активність має безпосередній вплив на настрій та емоційний стан людини, тому важливо допомогти підліткам знайти відповідні види активності, які би їм приносили задоволення.

Фізична активність сприяє виробленню ендорфінів – гормонів щастя, які підвищують настрій та знижують рівень стресу. Це особливо важливо для

підлітків, які можуть стикатися зі збільшеною емоційною напругою та негативним самопочуттям.

Переваги фізичної активності для того, щоб підтримати позитивний настрій:

Зниження рівня стресу та тривожності.

Покращення настрою та самопочуття.

Підвищення енергії та витривалості.

Зміцнення імунної системи.

Покращення сну та зміцнення нервової системи [3].

Один із способів підтримати позитивний настрій у людей — це сприяння розвитку їхніх соціальних зв'язків. Важливо допомагати їм підтримувати стосунки з родиною та друзями, розвивати комунікаційні навички та знаходити спільні інтереси з іншими людьми. Спілкування з ровесниками та участь у різноманітних соціальних активностях дозволяють людям почуватися підтриманими та впевненими в собі.

Також важливо заохочувати людей до занять, які викликають у них інтерес, будь то спорт, мистецтво, музика або інші хобі. Допоможіть їм розкрити свої таланти, розвивати їх і таким чином сприяти їхньому самовираженню та самореалізації.

Не менш важливим є те, щоб підтримка соціальних зв'язків та стимулювання позитивних захоплень відбувалося ненав'язливо і з повагою. Спілкуйтеся з друзями, слухайте їх, цікавтесь їхніми заняттями та досягненнями. Це допоможе їм відчувати себе важливими та підтриманими, а також сприятиме розвитку позитивного настрою та самопочуття.

Список використаних джерел

1. Психологічні особливості формування стійкого позитивного настрою. Факт. URL: <http://surl.li/hicxde>

2. Калениченко Р. А. Детермінанти сприятливого психологічного клімату у сім'ї // Проблеми заг. та пед. психол.: Зб. наук. праць Ін-ту психол. ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д. – Т. III. – Ч. 3. – К., 2001. – С. 85–87.

3. Підтримка позитивного настрою підлітків – як зробити це ефективно? Psychologist URL: <https://psychologist.com.ua/pidlitki-ta-negativne-samopochuttya-yak-pidtrimati-ix-pozitivnij-nastrij>.

4. Калениченко Р.А. Соціологія та психологія впливів: Навч. посіб. – К.: КиМУ, 2009. – 87 с.

5. Impact of Artificial Intelligence in Students' Learning Life. S Raja, D Joel Jebadurai, Lavrik Ivan, Rudenko V Mykola, Kalenychenko Ruslan, P Reznik Nadiia. AI in Business: Opportunities and Limitations: Volume. Springer Nature Switzerland. 23-17. <https://ouci.dntb.gov.ua/en/works/4zP0wPw9/>

<i>Тарасенко Ірина Дмитрівна, науковий керівник: Коваленко Інна Едуардівна</i> ПОСЕРЕДНИЦТВО ПСИХОЛОГА ПРИ ПОДОЛАННІ КОНФЛІКТІВ У КОЛЕКТИВІ.....	680
<i>Тарусіна Олена Вікторівна, науковий керівник: Плетка Ольга Тарасівна</i> РОБОТА ПСИХОЛОГА З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ СПІВРОБІТНИКІВ ОРГАНІЗАЦІЙ	684
<i>Федотченко Ірина Григорівна, науковий керівник: Калениченко Руслан Арсенович</i> РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ФОРМУВАННІ ПОЗИТИВНОГО НАСТРОЮ В КОЛЕКТИВІ.....	686
<i>Ханенко Михайло Борисович, науковий керівник: Сова Маргарита Олександрівна</i> РОЗВИТОК ЦИФРОВИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ІНЖЕНЕРІВ ДЛЯ ЗМІЦНЕННЯ КОНКУРЕНТНИХ ПЕРЕВАГ ПРОМИСЛОВИХ ПІДПРИЄМСТВ.....	690
<i>Чайка Аліна Вадимівна, науковий керівник: Плетка Ольга Тарасівна</i> ЧИННИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ, ЯК ПРОЯВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ.....	692
<i>Черниш Анна Євгеніївна, науковий керівник: Льовкіна Олена Геннадіївна</i> ФАКТОРИ ФОРМУВАННЯ ТОКСИЧНОГО ТРУДОГОЛІЗМУ.....	695
<i>Чернишова Каміла Сергіївна, науковий керівник: Калениченко Руслан Арсенович</i> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ.....	696
<i>Шевченко Сніжана Вікторівна, науковий керівник: Сова Маргарита Олександрівна</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ ПОДОЛАННЯ МОБІНГУ У СПІВРОБІТНИКІВ БІЗНЕС-ОРГАНІЗАЦІЙ.....	699

Наукове видання

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ
В КОНТЕКСТІ
ЄВРОПЕЙСЬКОГО ВИБОРУ УКРАЇНИ

Збірник матеріалів

VII Міжнародної конференції

(Київ, 14 листопада 2024 року)

Керівник видавничого проєкту *Віталій Зарицький*

Підписано до друку 03.01.2025. Формат 60x84 1/16.
Папір офсетний. Друк офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Умовн. друк. аркушів – 42,31. Обл.-вид. аркушів – 35,24.
Тираж 300

Виготовлювач: ТОВ «Видавництво Ліра-К»
Свідоцтво № 3981, серія ДК.
03142, м. Київ, вул. В. Стуса, 22/1
тел.: (050) 462-95-48; (067) 820-84-77
Сайт: lira-k.com.ua, редакція: zv_lira@ukr.net