



ІНСТИТУТ педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ ХІ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО- ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ «НАУКОВА МОЛОДЬ-2023»

21 листопада 2023 року



Рада молодих вчених НАПН України,
Рада молодих учених при МОН України,
Рада молодих вчених Інституту цифровізації освіти НАПН України,
Рада молодих вчених Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,
Рада молодих вчених Інституту проблем моделювання в енергетиці ім. Г.Є. Пухова НАН України,
Рада молодих вчених Івано-Франківського національного технічного університету нафти і газу,
Рада молодих вчених Державного науково-дослідного інституту МВС України,
Рада молодих вчених Міжрегіональної Академії управління персоналом,
Офіс підтримки вченого,
Рада молодих вчених ДНУ «Український інститут науково-технічної експертизи та інформації»,
Рада молодих вчених Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України,
Рада молодих вчених Національного наукового центру «Інститут аграрної економіки» НААН України,
Державний університет «Житомирська політехніка»

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
ХІ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-
ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
МОЛОДИХ ВЧЕНИХ
«НАУКОВА МОЛОДЬ-2023»**

21 листопада 2023 року

м. Київ

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених «Наукова молодь-2023» (Київ, 21 листопада 2023 р.). / упоряд.: А. Яцишин. К.: ЦП «КОМПРИНТ», 2023. 338 с.

ISBN 978-617-8282-02-8

Матеріали надруковані в авторській редакції. За достовірність фактів, посилань, відповідальність несуть автори публікацій та їх наукові керівники.

Рекомендовано до друку Вченими радами
Державної наукової установи «Український інститут науково-технічної експертизи та інформації» та Інституту цифровізації освіти НАПН України.

Збірник матеріалів містить наукові статті та тези доповідей поданих на XI Всеукраїнську науково-практичну конференцію молодих вчених «Наукова молодь-2023», що відбулася 21 листопада 2023 року. Матеріали подані на конференцію були розглянуті під час роботи таких секцій: сучасний стан і перспективи використання цифрових технологій в освіті та інших галузях; актуальні проблеми соціальної та політичної психології; освітній процес в умовах воєнного стану: проблеми та шляхи вирішення; сучасні проблеми в галузі енергетики; інтеграція молодих вчених у міжнародний науковий простір: досвід та перспективи. В рамках конференції було проведено різні заходи для молодих вчених: дискусія «Співпраця Рад молодих вчених для оптимізації зусиль у формуванні молодих дослідників»; презентація проєктів для молодих вчених; круглий стіл «Штучний інтелект для вченого: можливості та перспективи»; майстер-клас «Застосування штучного інтелекту для наукових досліджень».

Збірник адресовано всім хто цікавиться сучасними науковими дослідженнями.

Подяка. Автори публікації вдячні захисникам України за можливість продовжувати працювати та займатися науковою і викладацькою діяльністю у період війни.

З вдячністю Збройним силам України!

З вірою у перемогу України!

ISBN 978-617-8282-02-8

© Колектив авторів, 2023

© УкрІНТЕІ, 2023

© ІЦО НАПН України, 2023

Самойленко Олександр. Особливості організації віртуальної реальності в навчальній діяльності операторів складних систем та диспетчерів з забезпечення польотів.	152
Свинчук Ольга, Бандурка Олена, Котова Анна. Навчально-інформаційна система з вивчення української мови	154
Сиволов Дмитро. Застосування цифрових технологій у формуванні індивідуального стилю перекладача.....	156
Слабий Орест. Аналіз досвіду застосування асинхронних засобів дистанційної освіти при вивченні прикладних технічних дисциплін.....	158
Skrypnikov Viktor. Use of artificial intelligence in scientific works and in everyday life....	162
Ткачук Вячеслав, Сахневич Владислав. Перехід до використання цифрових технологій у контексті забезпечення конкурентоспроможності підприємств.....	164
Тропіна Марія, Голіяд Ірина. Використання інноваційних технологій для науково-дослідницької діяльності здобувачів освіти.....	166
Туровський Ярослав, Чижмотря Олексій. Використання RABBITMQ для ефективних фінансових транзакцій.....	171
Туровський Ярослав, Чижмотря Олексій. Перспективи використання GRAPHQL для написання API	172
Фодчук Андрій. Використання цифрових технологій в закладах фахової передвищої освіти.....	173
Харковський Євген. Використання інформаційних технологій під час вивчення курсу «Ділова англійська мова» здобувачами вищої освіти першого (бакалаврського) рівня.....	175
Чернюк Олександра, Данилюк Ірина. Використання цифрових технологій під час вивчення предмету «Хімія».....	178
Шевченко Андрій, Косілова Ольга. Вплив штучного інтелекту на освітній процес на прикладі системи GPT.....	180
Шуміло Яна. Перспективи і загрози використання інструментів штучного інтелекту в цифровому просторі.....	183
Юрченко Ігор. MS Office (excel) в дослідженні ринкового обігу земель сільськогосподарського призначення.....	186
Янчевський Владислав, Фроленкова Надія. Цифрові технології в сучасному менеджменті.....	189
Яськова Наталя Технологія використання електронних професійних мереж для оцінювання результативності науково-педагогічних досліджень.....	191
Яцишин Анна. Проектування та розробка онлайн енциклопедії як важливий складник цифровізації освіти і науки.....	201
СЕКЦІЯ 2. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ	
Антонюк Павло, Паздрій Вікторія. Психологія політичної еліти як чинник подолання воєнної кризи (на основі концепції «Яфетової сили» В. Липинського).....	205
Бізюк Аліна. Війна як фактор загострення проблем домашнього насильства в Україні.....	209
Бугайчук Аліна. Психологічні методи впливу на громадську думку.....	211
Варнавський В'ячеслав, Варнавська Інна. Аспекти професійного вигорання у роботі фахівців інженерії програмного забезпечення.....	213
Гончарова Дар'я, Гарькавець Сергій. До проблеми психологічного впливу дезінформації в умовах воєнного стану.....	216
Гончарова Дар'я, Османова Аліме. Вплив аспектів соціальної психології на процес психотерапії.....	219
Максименко Катерина. Specifics of rendering psychological support to children of internally displaced families by psychologists.....	220
Моторна Марія. Підготовка майбутніх соціальних педагогів до волонтерської діяльності: міжнародний контекст.....	223
Пірняк Ольга. Вплив соціальних мереж на політичну поведінку людей.....	226

Список використаних джерел:

1. Марусяк Т. С. Методи та форми впливу на громадську думку у сучасному українському суспільстві. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2015. Вип. 17. - С. 106-114.
2. Сідак В.С. Диверсифікація суспільної свідомості – як загроза інформаційній безпеці держави та її нейтралізація // Електронне наукове фахове видання «Ефективна економіка». Режим доступу: <http://www.economy.nauka.com.ua/?op=1&z=2219>
3. Чадюк О.М. Пропаганда ідей та сучасне українське міфотворення // Український соціум / Власюк О.С., Крисаченко В.С., Степико М.Т. та ін. / За ред. В.С. Крисаченка. Київ : Знання України, 2005.
4. Осовський В. Л. Громадська думка: спроби соціологічної інтерпретації. К.: Інститут соціології НАНУ, 1999. 299 с.

АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ У РОБОТІ ФАХІВЦІВ ІНЖЕНЕРІЇ ПРОГРАМНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Варнавський В'ячеслав, Варнавська Інна,

Державний університет «Житомирська політехніка», м. Житомир

Тема професійного вигоряння останнім часом стала актуальною для багатьох напрямів професійної діяльності. Адже вигорянню піддаються всі, незалежно від професійної сфери, розміру компанії, посади. На жаль, вигоряння – прикмета часу. По суті, це хронічний стрес, викликаний вимушеною роз'єднаністю, фактичним стиранням меж між роботою і відпочинком, необхідністю приймати рішення в умовах тривожності та невизначеності, а іноді обумовлений і особистими якостями.

Спираючись на розробки Т.Грубі [1], під професійним вигоранням розуміємо: емоційне, розумове і фізичне виснаження через довготривале залучення особистості до некерованої стресової ситуації у процесі емоційно насичених контактів у професійній діяльності.

Щоб зберегти ефективність, необхідно протистояти професійному вигорянню, відстежуючи свій стан і не даючи йому вплинути на результати роботи. Тому вважаємо за необхідне акцентувати увагу на профілактичні заходи у роботі фахівців інженерії програмного забезпечення:

- зроби себе сам. Є люди, які просто “пливуть за течією” життя, сподіваючись на долю та удачу. Інші – звикли ставити перед собою амбітні цілі та досягати їх, використовуючи для цього певні інструменти. Один із найважливіших ресурсів і цінностей, що є у розпорядженні кожної людини, – це час. І тому важливо, навчитися ним керувати. Основним помічником у цій справі вважається тайм-менеджмент. Використання перевірених методик (швидше за все, у комбінації) точно вважається доречною, припустимою. Наприклад, буде постійно щось відволікати, часу в добу не вистачатиме, але якщо вперто і послідовно втілювати задумане, розбиваючи довгий шлях до мети на етапи (місяці та тижні), обов'язково свого можна досягнути. Важливо, щоб результат кожного дня був черговою сходинкою до успіху.

На добу буде як і раніше 24 години, 7 з яких йдуть на сон, 5 – на спілкування з сім'єю і друзями, особисті справи, заняття спортом, а ще кілька годин – на легку прокрастинацію. Але якщо все це є у календарі фахівця інженерії програмного забезпечення, якщо календар функціональний і дедлайн дотримуються як наслідок, тайм-менеджмент працює на особу;

- розставляємо пріоритети. Інструменти тайм-менеджменту описані, та їх чимало. Більше того, при найближчому розгляді з'ясовується, що якісь із них вже активно використовуються у звичайному житті. Наприклад, якщо «завалило роботою» і неможливо зорієнтуватися із чергуванням, треба намагатися розставити пріоритети. Тобто застосувати метод – тайм-менеджменту, що допомагає розібратися, які завдання термінові та важливі, а які просто відволікають.

Метод популярний (завдяки простоті), неодноразово описаний у літературі, його викладають у бізнес-школу – тобто знайти інформацію нескладно. Робота починається з простого сортування справ зі списку, навіть, якщо їх багато: формуємо список завдань і відповідаємо на 2 питання щодо кожної з них:

Це важливо? Та/ні. Це терміново? Та/ні.

Найпростіше (очевидно, так робив свого часу і Ейзенхауер) – зібрати матрицю на папері. Нам імпонує цей підхід: поділяємо лист на 4 квадрати і вписуємо в них завдання. У квадраті А у нас мають бути важливі та термінові справи (переважно з дедлайнами), у квадраті В – важливі, але не термінові (основна діяльність, повсякденні обов'язки), у квадраті С – термінові, але не важливі (прямо зараз дати пораду колезі), у квадраті D – нетермінові та не важливі (хобі та спілкування). Потім потрібно знайти баланс між справами, записаними в ці осередки. І тут доведеться згадати, яку мету ставили перед собою? Розумніша послідовність ABC D. В екстреній ситуації послідовність змінюється на ACB D.

Для команди можна побудувати таблицю у будь-якому офісному редакторі або у спеціальній програмі. Це дає можливість надавати завданням статуси і відстежувати перебіг їх виконання. При цьому важливо пам'ятати, що параметри важливості та терміновості можуть з різних причин змінюватися, а це вимагатиме перескладання матриці. Тут важливе зауваження: оскільки цей метод зосереджений на термінових і важливих справах, це може вести до вигорання чи прокрастинації від кількості важливих і термінових справ.

Щодо організації роботи команди, доречним є метод, який дозволяє розподіляти навантаження і виконувати роботи вчасно. Канбан – це візуальна система управління роботою команди, одна з найпопулярніших в ІТ-компаніях. Класичний канбан – це таблиця з трьома стовпцями «Потрібно зробити», «У роботі» та «Зроблено». Але стовпців може бути і більше, наприклад, за кількістю етапів у проекті або на виробництві, а їх назви також можуть змінюватись на розсуд компанії;

- керуємо часом. Насправді звикли вчитися “по таймеру” - уроки в школі та лекції в інституті мають певну тривалість у часі. Виявляється, у тайм-менеджменті популярний так званий “Метод помідора”, згідно з яким весь робочий процес також розбивають на відрізки для роботи та відпочинку. Це

проста техніка тайм-менеджменту, яка допомагає працювати ефективніше та швидше почати виконання завдань. Її вигадав і описав у своїй книзі «Метод Помідора. Управління часом, натхненням та концентрацією» Франческо Чирілло. Щоб полегшити собі підготовку до іспитів та все встигнути, він використав невеликий кухонний таймер у вигляді помідора. Помідор – це відрізок часу в 30 хвилин, де 25 хвилин відводиться на роботу і п'ять хвилин – на відпочинок.

Подібний метод під назвою “90/30” (або його варіант – “52/17”), де перше значення – час для роботи, а друге – для перерви, запропонував використати письменник і журналіст Тоні Шварц. Це певна модифікація дедлайнів, але в них жорстко обмежується час не тільки на роботу, а й на відпочинок. Короткі перерви допомагають "розвантажити" мозок, змінити діяльність і відволіктися. Щоб методи працювали, важливо відпочивати і повертатися до завдання у встановлений час. Дієва порада: заведіть таймер і працюйте, не перериваючись, до дзвінка. Інтервали можуть бути різні: 25 хвилин роботи/5 хвилин відпочинку, 40 хвилин занурення в роботу/20 хвилин відпочинку. І так кілька спринтів. Можна дібрати відрізки під себе і дотримуватись їх протягом дня.

Не менш важлива умова – коли закінчується час роботи, треба одразу йти на перерву. Але перерви корисно робити навіть у стані потоку, тому є кілька причин:

- працюючи у потоці, ви сприймаємо завдання цілком, а користі справи іноді потрібно дивитися справу під іншим кутом;
- якщо пропустити перерву, порушується ритмічність роботи – головна перевага методу. Після кількох тижнів практики, якщо дотримуватися умов методу, стан потоку буде включатися відразу, як тільки вуха почують цокання таймера;
- без перерви відбувається швидке втомлення і певний час працюватимете з низькою продуктивністю, перш ніж дозволите собі відпочити.

Тому не варто жертвувати перервами і продовжувати працювати, відключивши таймер, як багато хто робить на початку. Як би не хотілося продовжувати, максимум, що можна зробити – швидко "черканути" думка, яка крутилася в голові, коли пролунав таймер, щоб згадати, з чого почати новий "помідор".

Однак не можна повністю виключати індивідуальні особливості та звички кожного програміста. Тому якщо після двох тижнів практики відчуття, що таймер тільки заважає, тому необхідно збільшити тривалість помідора. Але не так, щоб виключити перерви зовсім. У той же час не варто використовувати перерву для завантаження мозку новою інформацією: не рекомендується читати новини або відповідати в месенджерах.

Автори подібних методів стверджують, що вони підходять для вирішення будь-яких завдань, зокрема творчих. Але тут, як завжди, все індивідуально: комусь подобається використовувати таймер у процесі роботи над рутинними і нудними завданнями, а хтось, навпаки, застосовує його винятково для великих проєктів.

Якщо запланована зустріч або нарада, то вимірювати її "помідорами", звичайно, теж можна, але тільки якщо "помідорний" підхід поділяють всі учасники. Дуже складно працювати за методом "помідора", коли надходять

нескінченні повідомлення. Доречно використовувати альтернативу "помідорному" таймеру – сервіс Freedom. Його важлива перевага у тому, що сервіс синхронізований з усіма пристроями. Рекомендовано вибирати проміжок за 30-45 хвилин і запускати сесію. На цей час сервіс блокує всі сайти, месенджери ті програми зі складеного списку на всіх пристроях.

Висновок: за бажання кожний може знайти метод організації власної роботи більш комфортний, який допоможе концентруватися та утримувати увагу на дійсно важливому, бути ефективнішим;

- особистий набір інструментів. Є різні комбінації, програми для управління часом і є доречними помічниками в управлінні завданнями.

Таймер Pomodoro – таймер для телефона.

Focus To-Do – таймер Pomodoro та таск-менеджер одночасно.

Trello – канбан-дошка для особистих потреб і роботи в команді.

Todoist – планувальник, який можна налаштувати під різні методи планування, зокрема матрицю Ейзенхауера.

Notion – база даних для зберігання та систематизації практично будь-якої інформації.

Отже, найважливіші поради щодо професійного вигорання: бути уважним до себе; виробляти корисні звички; використовувати тайм-менеджмент і трекери звичок. Звичайно, це складно, адже комусь доведеться перебудувати все своє життя, щоб дотримуватися цих порад. Адже мозок буде чинити опір змінам і доводити, що це тільки ускладнить процес, що з програмуванням взагалі не пов'язано і так далі. Головна ж ідея полягає в тому, що потрібна система, збудована кожним індивідуально. Тільки фахівець здатний, прийнявши тверде рішення взяти свою долю у свої руки, обрати дієві інструменти, які дозволять контролювати власне життя, співвідносячи власні можливості з важливістю поставлених завдань і допомагаючи вирішувати їх найефективніше.

Іноді на кардинальні зміни потрібні роки. Але навіть невеликі зміни можуть призвести до більш продуктивного і осмисленого життя. Тому варто зберегти своє ментальне здоров'я та уникнути професійного вигорання.

Список використаних джерел:

1. Карамушка Л. М., Бондарчук О.І., Грубі Т.В. Психологічні чинники професійного вигорання працівників державної фіскальної служби України: монографія. Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2015. 250 с.

ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ ДЕЗІНФОРМАЦІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Гончарова Дар'я, Гарькавець Сергій,

Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, м. Київ

Натепер, проблема психологічного впливу дезінформації на індивідуальну та масову свідомість споживачів інформації значно загострилася. У різних засобах масової інформації (ЗМІ) розповсюдження фейків, діпфейків, полуправди тощо набуло масштабів глобального збочення, про що свідчить аналіз інформаційного контенту у російських, європейських, американських, українських та ін. ЗМІ.