

УДК 159.92

ІРИНА БОНДАР, кандидат філософських наук, доцент кафедри менеджменту та освітніх інновацій Івано-Франківського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти
ORCID ID 0009-0008-1129-3618
i.bondar@ifoiippo.org.ua

МИРОСЛАВА МАЛКОВИЧ, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки та психології Івано-Франківського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти
ORCID ID 0009-0002-1957-3426
m.malkovych@ifoiippo.org.ua

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕДАГОГІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ

IRYNA BONDAR, PhD, Associate Professor of the Department of Management and Educational Innovations of the Ivano-Frankivsk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education, Ukraine
MYROSLAVA MALKOVYCH, PhD, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of the Ivano-Frankivsk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education, Ukraine

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF TEACHERS OF PRE-SCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS IN THE CONDITIONS OF WAR

У статті представлено опис головних критеріїв психологічного благополуччя педагога ЗДО в умовах війни. Визначено й охарактеризовано характеристики педагога ЗДО в умовах війни – стресостійкість, адаптованість, ресурсність, емоційну стійкість. Виявлено фактори, які сприяють формуванню стресостійкості, що допомагає педагогам бути ефективними у професійному та особистісному житті. Виокремлено ресурси, які допомагають адаптуватися до складних умов, одною з яких є військовий стан в країні. Надано психологічні рекомендації, які спрямовані на розвиток стресостійкості, емоційної стійкості, гнучкості, адаптованості у педагогів ЗДО.

Ключові слова: психологічне благополуччя, стресостійкість, адаптованість, ресурсність, емоційна стійкість, толерантність, професійне вигорання.

Summary. The article presents a description of the main psychological

characteristics of a teacher of special education in the conditions of war. The characteristics of a teacher of special education in the conditions of war are determined and characterized – stress resistance, adaptability, resourcefulness, emotional stability. The factors that help overcome stress constructively and be effective in the professional and personal life of teachers have been identified. Resources are highlighted that help adapt to difficult conditions, one of which is the state of war in the country. Psychological recommendations aimed at the development of stress resistance, emotional stability, flexibility, and adaptability of pedagogues are given.

Key words: stress resistance, adaptability, resourcefulness, emotional stability, tolerance, professional burnout.

Мета: на основі теоретичного аналізу наукових джерел в галузі освіти та психології розкрити та проаналізувати психологічні характеристики педагогів ЗДО, які є складовою їх психологічного благополуччя в умовах війни.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Військовий стан у країні, вимушене тимчасове переселення, особливості професійної діяльності педагогів та умови роботи в ситуаціях "повітряних тривог" та інших непередбачуваних обставинах, створюють значні виклики для вихователів закладів дошкільної освіти (ЗДО). Забезпечення психологічного благополуччя педагогів у цих умовах є ключовою умовою для їхньої ефективної діяльності як у професійній, так і в особистісній сферах. У зв'язку з цим, актуальним постає питання визначення характеристик, якими має володіти педагог для ефективного виконання своїх професійних обов'язків у нових, екстремальних умовах.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблема професійного розвитку фахівця обґрунтовано в працях: І. Бега, О. Романової, В. Рибалки, та ін; методичні засади професійно-педагогічної підготовки майбутніх педагогів розкриваються в працях В. Андрущенко, В. Бондаря, Ж. Вірної, В. Семиченко, Л. Хомич та ін.; розуміння феномену психологічного благополуччя та його значення в само-

реалізації особистості закладено дослідженнями К. Ріфф, С. Любомирського та ін.; проблему стресостійкості досліджували В. Крайнюк, Т. Титаренко, О. Сафін, Корольчук І., емоційну стійкість – О. Тимченко та ін., резилієнтність – Н. Гусак, А. Максименко, О. Столяренко та ін. Водночас потребують уточнення головні теоретичні підходи до розуміння характеристики психологічного благополуччя педагогів ЗДО в умовах війни.

Виклад основного матеріалу дослідження. З визначенням "психологічне благополуччя особистості" науковці асоціюють багато інших близьких за значенням понять: "психічне здоров'я", "ментальне здоров'я", "психологічний добробут", "якість життя", "задоволеність життям" та ін. Дуже часто зазначені поняття співвідносяться з такою категорією, як "психічне здоров'я". Описуючи критерії психічного здоров'я, дослідники головну роль відводять психічній рівновазі, гармонійній організації психічних процесів, адаптивному потенціалу особистості, а також здатності до адекватної модифікації поведінки у відповідь на змінні умови середовища з урахуванням загальноприйнятих морально-етичних норм. До ключових ознак також належать відчуття прихильності та відповідальності щодо близьких, а також здатність до реалізації життєвих цілей та планів.

Зокрема, Р. М. Райан і Е. Л. Дісі вважають, що зв'язок між фізичним здоров'ям і психологічним благополуччям є очевидним. Так, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) психічне здоров'я – це стан добробуту, при якому кожна людина може реалізувати свій власний потенціал та впоратися із життєвими стресами, продуктивно і плідно працювати, а також здійснювати свій внесок у життя своєї спільноти.

Військова агресія Російської Федерації проти України спричинила не лише фізичні загрози, але й значні емоційні виклики, які впливають як на професійну діяльність педагогів, так і на їхнє особисте життя. Педагогі змушені працювати в умовах по-

стійної напруги, пов'язаної з повітряними тривогами, загрозами для життя дітей і власної безпеки. Ці обставини суттєво підвищують рівень стресу, спричиняючи емоційне виснаження, що може призводити до професійного вигорання. Крім того, обмеженість ресурсів та вимушена адаптація до нестабільних умов накладають додатковий тягар на психологічний стан педагогів, вимагаючи від них мобілізації внутрішніх ресурсів і постійного вдосконалення адаптаційних механізмів.

Аналіз останніх досліджень, проведених серед педагогів дошкільної освіти в Україні у 2023 році, свідчить, що понад 60% з них демонструють симптоми емоційного вигорання, зумовлені військовими діями та постійними стресовими умовами. Для порівняння, у довоєнний період (до 2022 року) цей показник становив близько 35%, що вказує на істотний вплив воєнного конфлікту на психологічний стан педагогів.

Емоційний стан педагогів є вразливим через постійний тиск і страх. Дослідження вказують, що 45% педагогів відчують постійну тривожність через ризики для життя та здоров'я дітей, а 20% зазначають, що регулярні сигнали тривоги призводять до підвищеної втоми та апатії. Педагоги щоденно стикаються зі стресом, беручи на себе соціальну відповідальність за виховання, безпеку та здоров'я дітей, а також за ведення робочої документації. Враховуючи це, педагогічну діяльність справедливо вважають однією з найбільш стресогенних професій. Тому, особливу увагу сьогодні слід приділяти формуванню ключових характеристик, що забезпечують здатність педагогів ЗДО ефективно виконувати свої професійні обов'язки в умовах сучасних викликів та стресових ситуацій.

Якщо педагоги ігнорують свій емоційний стан, коли вони схвилювані, засмучені чи розчаровані, це негативно впливає на їхню здатність якісно проводити заняття, а отже, й на ефективність освітнього процесу загалом. Стрес можна порівняти зі склянкою, яка поступово наповнюється: якщо не зменшувати

рівень "води", зрештою, вона переповниться. У разі нехтування власним благополуччям, педагоги ризикують досягти стану емоційного виснаження, що може призвести до втрати мотивації продовжувати професійну діяльність. Саме тому, турбота про особисте благополуччя є першочерговим завданням для педагогів (Falk D. et al, 2019).

Психологічно здорова людина – це людина, яка почуває себе гармонійно та має ресурс до подолання життєвих труднощів, може бути ефективною у професійній діяльності та в повсякденному житті. Вона має інтерес до життя бажання розвиватися та допомагати іншим. Попри труднощі життєвого шляху, а саме умови війни в яких ми проживаємо, має сили до адаптації та гнучкості (Deci, 2000).

Гармонія і баланс – одні з найважливіших критеріїв психологічного здорової людини. Але ми маємо пам'ятати, що гармонія з зовнішнім світом та життям починається з гармонії зі самим собою. Коли ми здатні чути власні потреби та бажання, а також шукати та знаходити шляхи їх вирішення.

ВООЗ виділяє 7 складових психічного здоров'я:

усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного "Я". Якщо людина втрачає відчуття самоідентифікації, сприймає себе не цілісно, не має усвідомлення життя, як єдиного процесу, а лише фрагментарні події – це привід звернути увагу на своє психічне здоров'я;

постійність і однаковість переживань в однотипних ситуаціях. Якщо людина потрапляє в однакові ситуації, які виводять її з зони комфорту, то має бути чіткий план дій, де б вона почувала себе максимально захищеною;

критичне ставлення до себе і своєї діяльності. Здатність до аналізу свого життя, своїх дій, докладених зусиль для досягнення певної мети чи цілі. Вміння вибудовувати для себе алгоритми дій та поведінки;

адекватність психічних реакцій впливу середовища. Коли реакція людини відповідає силі й глибині зов-

нішнього чинника;

здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм. Якщо людина намагається себе поводити, протестуючи загальноприйнятими нормам, це говорить про порушення психічного здоров'я (до прикладу, закидати ноги на стіл в громадських місцях);

планування власної життєдіяльності та її реалізації. Планування свого режиму дня, роботи та мати сили й ресурс дотримуватися цього графіку;

здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин. Гнучкість психіки людини говорить про її ресурсність та адаптивні можливості.

Таким чином, психологічне благополуччя є надзвичайно важливим станом особистості в сучасних умовах, що містить такі головні критерії: когнітивний (аналіз і оцінка різних явищ та подій), емоційні (здатність розуміти свої емоції та вміння керувати ними, оптимістичне ставлення до життя), поведінкові (реалізація своїх поглядів і переконань у житті). У Професійному стандарті "Вихователя закладу дошкільної освіти", затвердженого Наказом Міністерства економіки України № 755-21 від 19 жовтня 2021 року (*Про затвердження професійного стандарту, 2021*) визначається, що однією із складових професійної компетентності педагога ЗДО є психо-емоційна, що включає здатність до самоконтролю, саморегуляції та толерантної взаємодії, а також вміння запобігати професійному вигоранню та коригувати власну професійну діяльність з урахуванням власного психоемоційного стану.

Сьогодні, в умовах нових викликів, таких як війна, дистанційне навчання, соціальна ізоляція та психологічний стрес, педагоги стикаються з необхідністю швидко адаптуватися до змін. Ефективне виконання професійних обов'язків у таких обставинах вимагає не лише професійних знань, а й низки особистісних та міжособистісних якостей, які є критично важливими для педагогів у екстремальних умовах.

Емоційна стійкість є однією з

найважливіших характеристик педагога. У стресових ситуаціях, таких як пандемія COVID-19 чи воєнні дії, педагоги повинні зберігати спокій, демонструвати впевненість і бути здатними підтримувати дітей. Педагогам варто практикувати техніки релаксації, встановлювати межі, підтримувати фізичне здоров'я, спілкуватися з колегами, адаптуватися до змін і за потреби звертатися за допомогою до спеціалістів.

Дуже важливо для педагогів вчасно визначати ті чинники, які призводять до появи професійного вигорання, а це: постійна напруга, відсутність відпочинку, невміння говорити "ні", надмірна перевантаженість. Виявляти такі ознаки, як втрата енергійності, пригнічений настрій, поява відчуття виснаженості, апатія, підвищення психологічного дистанціювання від роботи, втрата апетиту, відсутність сну, негативні й песимістичні думки про роботу, зниження професійної ефективності. Проте найкраще запобігати професійному вигоранню, не допускати його. Для цього необхідно вчасно поповнювати свої власні ресурси (*Про методичні рекомендації, 2022*).

Адаптивність є однією з ключових характеристик, яка впливає на якість особистісної та професійної діяльності педагога ЗДО, особливо в умовах сучасних викликів. Уміння швидко адаптуватися до змін, які передбачають не лише зміну методів роботи, але й пристосування до екстремальних обставин, таких як дистанційне навчання чи інші форми освітньої діяльності, є визначальним фактором ефективності педагога.

Адаптація, як процес пристосування організму до нових умов, має багаторівневу природу – фізіологічну, психологічну та соціальну. Успішна адаптація включає інтеграцію особистості в культурне, навчальне та соціальне середовище, що сприяє набуттю соціальності та здатності ефективно взаємодіяти з іншими. Як зазначає Орбан, адаптація реалізується через зміни поведінки, очікувань і прагнення відповідати новим обставинам (*Орбан, 2002*).

Особливо важливим у цьому

контексті є розвиток когнітивної гнучкості, яка дозволяє педагогу адаптуватися до мінливих умов, приймати оперативні рішення та ефективно аналізувати складні ситуації, наприклад, в умовах повітряної тривоги чи інших непередбачуваних обставин. Високий рівень когнітивної гнучкості сприяє стійкості до стресу, знижує складність прийняття рішень і підвищує здатність до ефективної діяльності. Саме тому, адаптивність визначають як одну з найважливіших професійних якостей, що забезпечує успішну діяльність педагогів у сучасних умовах.

Стресостійкість є надзвичайно важливою характеристикою особистості, що визначає здатність зберігати емоційну стабільність і працездатність у складних умовах, таких як повітряні тривоги, обстріли чи інші виклики. У сучасних умовах напруженості, невизначеності майбутнього та страху за життя і безпеку близьких, накопичення негативних емоцій призводить до розвитку тривалих стресових станів.

Стресостійкість формується залежно від індивідуального сприйняття та ставлення до проблем, які виникають. Її основна функція полягає у зменшенні впливу стресу через зміну ставлення до ситуації. Наприклад, замість емоційного реагування на обставини, які не піддаються контролю, стресостійкість дозволяє уникати зайвого нервового напруження та зменшувати негативні реакції.

На жаль, уникнути стресових ситуацій повністю неможливо, проте зміна ставлення до них сприяє збереженню емоційної рівноваги. Ця здатність захищає організм від негативного впливу стресу на здоров'я. Зокрема, відомо, що під час стресу підвищується рівень кортизолу, що може призводити до таких фізичних проявів, як головний біль, підвищення артеріального тиску, прискорене серцебиття, втома тощо.

З точки зору професійної діяльності, педагог, який володіє стресостійкістю, здатний ефективно виконувати свої обов'язки навіть у складних умовах. Ця характеристика є

важливою для збереження як фізичного, так і психічного здоров'я педагога, а також для забезпечення стабільності освітнього процесу. (*Стресостійкість, 2023*).

Для успішного протистояння стресу, педагогам необхідно враховувати низку важливих факторів, які впливають на стресостійкість особистості. Одним із ключових особистісних ресурсів є розвинена комунікативна сфера, яка виступає важливим механізмом адаптації в стресових ситуаціях (*Крайнюк, 2007*). До комунікативних ресурсів, що визначають поведінку особистості в умовах стресу, належать афіліація та емпатія, які сприяють налагодженню позитивних взаємодій і забезпечують емоційну підтримку (*Корольчук, 2010*). Саме такі якості як емпатія та вміння надавати психологічну підтримку дозволяють педагогу не лише зберігати власну емоційну стабільність, але й створювати умови для емоційного відновлення дітей, які переживають стресові або травматичні ситуації, забезпечуючи при цьому безперервність освітнього процесу.

Також варто зазначити і додаткові чинники, що сприяють зниженню рівня стресу, а саме: ефективне планування часу, схильність до оптимізму, вміння розслабитися, розуміння своїх емоцій, самоконтроль і позитивний настрій, поновлення особистісних ресурсів.

Отож, стресостійкість базується на взаємодії особистісних ресурсів і розвинених навичок саморегуляції, які дозволяють ефективно адаптуватися до викликів зовнішнього середовища.

До того ж, хочемо звернути увагу на такі характеристики сучасного педагога ЗДО як організованість і тайм-менеджмент, що визначають здатність ефективно планувати, структурувати та реалізовувати освітній процес навіть за умов нестабільності. Ці навички забезпечують чітке управління часом, адаптивність до змінних умов і підтримання стабільності освітньої діяльності.

У період війни такі риси педагога, як патріотизм і громадянська

свідомість, набувають особливого значення. Завдання педагога полягає не лише у вихованні любові до Батьківщини, але й у адаптації педагогічних методів для формування у дітей почуття безпеки, взаємопідтримки та колективної відповідальності. Особливу роль відіграє здатність педагога пояснювати складні соціальні та життєві ситуації у доступній формі, яка відповідає віковим особливостям та емоційному стану дитини.

Отже, професія педагога є надзвичайно виснажливою, оскільки вимагає значних енергетичних ресурсів, які вихователі постійно спрямовують на підтримку та розвиток своїх вихованців. У цьому контексті особливо важливим є забезпечення відновлення фізичних і психологічних ресурсів педагога.

Однією з ключових характеристик педагогічної діяльності, особливо в умовах війни, є ресурсність особистості педагога – здатність зберігати та відновлювати внутрішні ресурси. Значний інтерес у цьому плані становить ізраїльський досвід подолання викликів у складних умовах. Зокрема, у 1990-х роках ізраїльський науковець, професор Мулі Лаад, розробив модель психологічного виживання людини після сильного стресу (BASIC-Ph), яка описує шість основних каналів подолання наслідків сильного стресу. Ця модель є багатовимірним підходом, що може бути корисним для адаптації педагогів у кризових ситуаціях. Згідно цієї моделі, у кожної людини існує 6 основних каналів, кожен з яких "допомагає" вийти з кризової ситуації:

віра (віра в Бога, в людей, в чудо);
емоції (виявлення та усвідомлення почуттів, таких як радість, смуток, мужність чи страх);

спілкування (звернення за підтримкою до родини, громади чи психологів, а також допомога іншим);

уява (використання творчості, інтуїції та фантазії для пошуку нових рішень);

розважливості (раціональний аналіз ситуації, логічне мислення та планування);

фізична активність (залучення тіла через фізичні вправи, прогулянки або інші активності для зняття напруги) (*Ресурсорієнтована модель стресодолаття, 2003*).

Таким чином, завдяки індивідуальним особливостям, усвідомленню і умовам середовища, людина формує певний набір стратегій подолання кризи, кожна з яких базується на одному чи кількох ресурсних каналах.

Життя кожного з нас неможливе без труднощів, несподіванок, конфліктів, страждань, втрат і випробувань. Кожна людина стикається з підйомами та спадами, які є невід'ємною частиною існування. Однак тривалість, інтенсивність і складність цих випробувань, а також здатність їх долати, значною мірою залежать від індивідуальних можливостей і внутрішніх ресурсів. Життєві труднощі часто стають стимулом для активізації внутрішніх резервів, які допомагають людині не лише впоратися з викликами, але й усвідомити важливі аспекти власного досвіду.

Зазвичай люди схильні концентруватися на проблемах, хворобах або негараздах, недооцінюючи потенціал людської психіки. Однак практика свідчить, що багато хто успішно долає складні травматичні події, покладаючись на власні сили та внутрішні ресурси. Це підтверджує той факт, що можливості людської психіки є значно ширшими, ніж це зазвичай сприймається.

Психологічне здоров'я не означає відсутності проблем чи уникнення критичних ситуацій, які можуть перешкоджати особистісному і професійному становленню, зокрема в педагогічній діяльності. Воно ґрунтується на впевненості у власних силах, здатності мобілізувати ресурси для подолання кризових ситуацій, вирішення конфліктів і відновлення внутрішнього балансу.

Згідно з О. Штепою, серед основних психологічних ресурсів особистості виокремлюють такі:

доброта до людей – здатність до неконкурентного сприймання інших, формування неконфліктних і гармонійних взаємин. Це ресурс,

який сприяє розвитку комунікативної сфери особистості через по-
блажливе ставлення до оточення;

допомога іншим – активний, дієвий альтруїзм, що виражається у здатності підтримувати, надихати та надавати впевненості. Цей ресурс особливо актуальний у педагогічному середовищі, де багато педагогів беруть участь у волонтерській діяльності (наприклад, плетіння сіток, виготовлення енергетичних батончиків тощо);

віра у добро – переконаність у справедливості, здатність проявляти милосердя, віра у Бога і надія на краще. Оптимізм, любов і доброта є ключовими чинниками, які допомагають долати складні життєві випробування;

відповідальність – усвідомлення необхідності відповідати за власні вчинки перед собою та іншими. Цей ресурс сприяє формуванню стійкої моральної позиції;

любов – здатність підтримувати близьких у складних ситуаціях, сприяти їхньому саморозвитку, а також розділяти їхні радощі й успіхи.

На основі визначених психологічних ресурсів можна сформулювати такі рекомендації для збереження психічного здоров'я та підвищення професійної ефективності педагогів закладів дошкільної освіти:

- формування віри у Бога, вищі сили, Всесвіт, дива та пошук сенсу власного життя як джерела внутрішньої стійкості;

- дотримання здорового способу життя, включаючи якісний сон (7–8 годин), збалансоване харчування, регулярну фізичну активність, відпочинок і підтримку себе в різних емоційних станах;

- ефективне використання правил тайм-менеджменту, баланс між працею та відпочинком, складання реалістичних планів, уникнення перенесення робочих завдань додому та здатність перемикатися з професійної діяльності на відпочинок;

- вивчення і застосування релаксаційних методів, таких як медитація, дихальні практики (діафрагмальне дихання, дихання за схемою "квадрат", техніка "свічка-квітка" тощо) для зниження стресу;

- створення мережі соціальних опор: спілкування з друзями, колегами, обмін досвідом, отримання взаємної підтримки від оточення, що сприяє зміцненню впевненості та посиленню сильних сторін особистості;

- розвиток здатності до адаптації в умовах змін, що сприяє збереженню психологічного благополуччя навіть за несприятливих обставин;

- усвідомлення власних меж, здатність звертатися по допомогу, раціональний розподіл обов'язків і підтримка гармонійного особистісного балансу;

- розвиток оптимістичного підходу, фокусування на позитивних аспектах життя як засобу подолання стресу та відновлення енергії;

- вміння розпізнавати та керувати власними емоціями, забезпечення конструктивного й екологічного їх вияву, включаючи такі емоції, як радість, гнів, страх чи захоплення;

- запобігання професійному вигоранню шляхом чергування праці та відпочинку, постановка реалістичних цілей і своєчасне поповнення фізичних та психологічних ресурсів, що є особливо важливим для педагогів у складних умовах, зокрема під час війни.

Висновки та перспективи подальших досліджень. З огляду на значні зміни в системі освіти, спричинені сучасними обставинами, зокрема військовим станом у країні, вимушеним тимчасовим переселенням осіб, специфікою професійної діяльності вихователя та педагогічної діяльності в умовах постійних, непередбачуваних змін, освітяни стикаються з численними труднощами. У цих умовах психологічне благополуччя є надзвичайно важливим станом особистості. Психологічне благополуччя педагогів включає такі ключові критерії: когнітивний (аналіз та оцінка різноманітних явищ і подій), емоційний (здатність розуміти власні емоції та керувати ними, оптимістичний підхід до життя) та поведінковий (реалізація власних поглядів і переконань у житті).

В умовах сучасних викликів найважливішими особистісними характеристиками педагогів є адап-

тивність, гнучкість, стресостійкість, ресурсність, організованість і тайм-менеджмент, патріотизм, громадянська позиція. Адаптивність та гнучкість сприяють пристосуванню до складних умов праці. Стресостійкість забезпечує захист організму від негативного впливу на здоров'я. Ресурсність особистості педагога виявляється у здатності відновлювати фізичні, психічні та емоційні ресурси, що створює можливості для ефективної професійної діяльності. Організованість і тайм-менеджмент, що визначають здатність ефективно планувати, структурувати та реалізовувати освітній процес навіть за умов нестабільності. Ці навички забезпечують чітке управління часом, адаптивність до змінних умов і підтримання стабільності освітньої діяльності. Патріотизм і громадянська свідомість, набувають особливого значення. Завдання педагога полягає не лише у вихованні любові до Батьківщини, але й у адаптації педагогічних методів для формування у дітей почуття безпеки, взаємопідтримки та колективної відповідальності.

Перспективним напрямком для подальших досліджень є вивчення індивідуальних особливостей педагогів, які впливають на формування таких особистісних характеристик, як адаптивність, гнучкість, стресостійкість та ресурсність, організованість, тайм-менеджмент, патріотизм, громадянська позиція.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Deci, E. L. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits : Human Needs and the Self-Determination of Behavior personality. *Psychological Inquiry*, 4, 227–268.

Falk, D. et al. Landscape Review: Teacher Well-being in Low Resource, Crisis, and Conflict-affected Settings. 2019. URL <https://inee.org/resources/landscape-review-teacher-well-being-low-resource-crisis-and-conflict-affected-settings>.

Корольчук, В. М. Чинники формування та розвитку стресостійкості особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології ім.*

Г.С.Костюка НАПН України. Т. XII. Ч. 7. С. 252–261.

Крайнюк, В. М. (2007). Психологія стресостійкості особистості. Київ. 432 с.

Орбан-Лембрик, Л. Е. (2002). Психологічна обумовленість соціальної поведінки особистості. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*, 1(7), 3–9. Київ.

Про затвердження професійного стандарту "Вихователь закладу дошкільної освіти". Наказ Міністерства економіки України від 19.10.2021 р № 755-21. URL <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-profesijnogo-standartu-vihovatel-zakladu-doshkilnoyi-osviti>.

Про методичні рекомендації щодо впровадження професійного стандарту "Вихователь закладу дошкільної освіти". Лист Міністерства освіти і науки України від 20.12.2022 р. №1/15511-22. URL <https://mon.gov.ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-sho-do-vprovadzhennya-profesijnogo-standartu-vihovatel-zakladu-doshkilnoyi-osviti>.

Ресурсорієнтована модель стресодолання BASIC Ph. 2003. URL <https://arpp.com.ua/blog/resursooriyentovana-model-stresodolannya-basic-ph/>.

Стресостійкість особистості у сучасному світі. 2023. URL <https://www.wunu.edu.ua/student-life/>

laboratory-psychological-services/recommendations-and-tips/9681-stresostiikist-u-suchasnomu-sviti.html.

Шандиба І. А. Проблеми формування готовності сучасного педагога до впровадження інноваційних технологій у педагогічній практиці. URL: <https://naurok.com.ua/ocinka-efektivnosti-realizaci-problemi-formuvannya-gotovnosti-suchasnogo-pedagoga-do-vprovadzhennya-innovaciynih-tehnologiy-u-pedagogichnu-praktiku-126625.html>.

Стаття надійшла 12.11.2024 р.