

педагога, а й якість навчання, виховання та розвитку школярів, формування емоційного клімату класу й колективу, динаміку педагогічних стосунків.

2. В умовах сучасних викликів (реформи освіти, інформаційні перевантаження, соціальна нестабільність, пандемія, війна) вчителі все частіше стикаються з хронічним стресом, синдромом емоційного вигорання, професійною дезорієнтацією. Це зумовлює зростаючу потребу в їх системній психоемоційній підтримці.

3. Збереження ментального здоров'я педагога потребує комплексного підходу. Формування навичок саморегуляції, створення здорового освітнього середовища, забезпечення ресурсної підтримки – це ті кроки, які здатні зменшити ризики психоемоційного виснаження та забезпечити професійне довголіття вчителя.

4. Підтримка ментального здоров'я педагога має стати пріоритетом на рівні державної політики, адміністративного менеджменту й особистісної відповідальності.

Використані джерела

1. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 280 с.
2. Гончарова Н. В. Психологічна готовність вчителя до професійної діяльності в умовах стресу. *Наук. вісн. Херсон. держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки*. 2020. № 4 (5). С. 58–63.
3. Журавель Т. В. Психологічне здоров'я вчителя як умова ефективного педагогічного процесу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2022. № 3. С. 15–21.
4. Карамушка Л. М. Психологічний супровід діяльності педагогів в умовах реформування освіти. *Психологія і суспільство*. 2019. № 3. С. 41–48.
5. Маслач К., Лейтер М. Запобігання вигоранню. Як відновити енергію та повернути мотивацію / пер. з англ. Київ : Наш формат, 2019. 224 с.
6. Скрипниченко О. В. Психологічне благополуччя педагога в умовах змін: виклики та стратегії подолання. *Практична психологія та соціальна робота*. 2022. № 2. С. 12–19.
7. Сущенко Л. О. Психологічні засади професійного здоров'я педагога. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2021. Вип. 74. С. 87–92.
8. Чепелева Н. В. Психологія емоційного вигорання педагогів. Київ : Логос, 2020. 216 с.
9. OECD. TALIS 2018 Results (Vol. I): Teachers and School Leaders as Lifelong Learners. Paris : OECD Publishing, 2019. URL: <https://www.oecd.org/education/talis/>

Виховна робота

УДК 174.4.021.1 (075.8)

Анатолій ТРЕМБИЦЬКИЙ,

доктор історичних наук, старший науковий співробітник, головний науковий співробітник відділу новітньої історії Поділля Центру дослідження історії Поділля Інституту історії України НАНУ при Кам'янець-Подільському національному університеті ім. Івана Огієнка

Про моральні чесноти українців



Зроблено спробу розкрити усталені загальноприйняті норми неповторного та самобутнього етикету українців, у яких міститься специфічна історична ментальність народу. Український народний етикет викристалізовувався протягом тривалого часу і завжди починався з сім'ї, бо саме родина була і є тим первинним осередком, на основі якого формується морально-етичний та суспільно-культурний рівень щирої українця. порушено питання прищеплення перевірених часом та усталених моральних чеснот молодим українцям.

Ключові слова: народний етикет, моральні чесноти, українці.

Anatolii Trembitskyi. On the Moral Virtues of Ukrainians.

An attempt is made to reveal the generally accepted norms of the unique and distinctive etiquette of Ukrainians, which contain the specific

historical mentality of the people. Ukrainian folk etiquette has been crystallizing for a long time and has always started with the family, because the family was and is the primary unit on the basis of which the moral, ethical, social and cultural level of a sincere Ukrainian is formed. The author raises the issue of inculcating time-tested and established moral virtues in young Ukrainians.

Keywords: folk etiquette, moral virtues, Ukrainians.

Чи вмієте ви так поводити себе з людьми,
щоб вас любили, розуміли і охоче приходили
вам на допомогу?

Іржі Томан

Як хочете, щоб робили вам люди, так і ви
робіть їм.

Лк. 6, 31

Ми постійно читаємо і слухаємо про брак моральних чеснот у молодих українців, про злочинність, непошанування святощів, про їхнє погане ставлення до батьків і т. ін. проявів. Тож нам потрібно прищепити їм та зберегти моральні чесноти українського народу, зокрема, перевірені часом, усталені загальноприйняті норми народного етикету.

Вітчизняні дослідники Анатолій Морозов і Валентин Лазуренко зауважують: неповторний та самобутній етикет українців має відмінності, які криються в специфіці історичної ментальності народу. Він викристалізовувався протягом тривалого часу, завжди починався з сім'ї, адже саме родина була і є тим первинним осередком, на основі якого формується морально-етичний та суспільно-культурний рівень щирою українця. В родині завжди вчили дітей норм народного етикету, дотримуючись правила, що «кожна людина невіддільна від ближніх, всього свого роду, сусідів, громади, народу», а головним охоронцем ладу в родині та суспільстві є народні звичаї. Крім того, батьки власними доброчинними цінностями, порядком і злагодою у повсякденному житті сім'ї та вчинками, ґрунтованими на мудрому і вимогливому керівництві глави сімейства, формували в дітях те, що бажали бачити в них [3, с. 356]. Важливою складовою частиною українського етикету завжди була регламентація норм стосунків усередині окремої сім'ї, особливо старшого та молодшого поколінь [3, с. 357].

З давніх-давен в українській родині панував культ гостинності. Київський князь Володимир Мономах у «Повчанні дітям» зазначав: «Вшануйте гостя, хоч би звідки він до вас прийшов» [3, с. 359]. Славилася і славляться українці гостинністю і привітливостю.

Українська гостинність вирізнялася особливою гуманністю, і той, хто відвідував оселю, вважався своїм. Власники дому робили все, аби «віддати почесь» гостям. Етикет прийому гостей передбачав

дотримання досить поширеного в селах звичаю «шапкування». Гість, зайшовши в хату, повинен був скинути головний убір та обов'язково усміхнутися і привітатися: «Здрастуйте у вашій хаті, на хліб-сіль багатій».

Народний етикет особливим чином звертав увагу на трапезу, тобто обряд частування. Зокрема, гостю відводилося найкраще і найзручніше місце в кімнаті; вважалося непристойним «розпитувати гостя про його особистість, про мету його візиту не нагодувавши його» [3, с. 359]. Дорогих гостей садили на почесне місце в хаті, при цьому часто примовляли: «Який гість, така йому й честь» [3, с. 360]. При цьому «господарі не повинні були сидіти під час трапези за стіл, а весь час ходити біля гостей, підносячи їм їжу і припрошуючи їх їсти». За етикетом, господар повинен був припрошувати лише чоловіків, а господиня – виключно жінок; «гості не мали права починати самостійно пригоститися, не отримавши благословення від господаря». Недаремно українська приказка гласить: «У гостей останній починай їсти, а перший переставай». По завершенню трапези, яка іноді затягувалась на тривалий час, обов'язково влаштовувалася церемонія «внесення хліба з сіллю», під час якої гості дякували господарям за гостину і гостинність словами: «Спасибі за хліб, за сіль, за кашу і милість вашу» [3, с. 361].

Незвичайно майстерні описи етикету давнього гостювання подав Іван Нечуй-Левицький: «На столи, застелені скатертями, почали ставити тарілки, поклали ножі та виделки. Кругом стола на краях послали довгі рушники для витирання губ та рук. Дід Яків накраяв цілу гору хліба, а Марченко та молодіці розносили кругом стола. Поставили пляшки з горілкою, з наливкою та пивом... Увесь час вешталися молодіці, приймаючи зі столу, а Панас Марченко порядкував, ходив кругом столу, наливав у чарки горілки, а в склянки пива» [2, с. 3].

Господар обов'язково сидів на покуті (під образами) й ніхто з членів сім'ї не мав права зайняти це місце. Якщо в сім'ї не було батька, це місце займала мати, а якщо в сім'ї старший син вже був одружений, тоді він сидів на це місце. Праворуч глави родини займав місце старший син, а далі сиділи всі інші сини та дочки. За традицією господиня сім'ї, яка вела домашнє хазяйство, завжди сиділа з самого краю стола, а в святкові дні – із главою сім'ї по правий від нього бік [3, с. 358]. Перед кожним

споживанням їжі українці молилися перед образами, адже «слід подякувати за хліб святий Тому, що на небі».

Гість, який прийшов у звичайній справі, обов'язково мав бути запрошений до оселі хоча б «на хвилинку». Адже вважалося, що гість переступивши поріг хати, «виявляв глибоку повагу до домочадців та їхніх предків». Господиня (чи господар) повинні були обов'язково посадити гостя за стіл, який накривали скатертиною, і подати хліб із сіллю. Якщо ж гість не мав часу пригоститися за столом, тоді його садовили на лаву біля печі, яку протирали чистою ганчіркою. Тобто гість обов'язково мусив присісти, хоча б «на декілька хвилин, інакше цю хату обминуть „старости“». Любов Коленська пише, що завжди споминає оте рідне: «Покірно прошу» або «Гречно прошу», коли «господиня ставила миску й клала перед вами дерев'яну ложку. А по частуванню ще у вузлик гостинців трохи: – „А це вашим передайте, щоби-сте знали, що у газдині були“. – І вже за порогом: – „Хай Пан Біг вас милує і провадить, ідіть здорові!“» [2, с. 3].

За нормами народного етикету не прийнято було ходити в гості під час польових робіт, особливо засуджувалось гостювання в будні. Дозволялися відвідини родичів чи сусідів у ці дні лише в господарських справах, тому ритуал прийому був спрощений до мінімуму [3, с. 359]. Однак у свята, як пише Любов Коленська, відбувалося велике частування гостей, і господиня все «підсувала страви, приговорюючи – „їжте здорові“ та намагалася, щоб ніхто від обіду не встав голодний». На закінчення обіду всі присутні «хрестилися і низько схиляли голови перед образами» [2, с. 2]. Влітку господарі вели своїх гостей у садок, де «простеляли верету, ставили полив'яну миску і накидали туди черешень чи яблук і запрошували: „А прийдіт, куме, ще до нас, би скучно не було. А так і вам, і нам веселіше. А може, ви, не дай Біг, голодні?“ – Ще й на дорогу зав'язували у вузлик усякі ласощі» [2, с. 3].

Варто звернути увагу: до тих, що працювали на полях, перехожі віталися «Боже, помагай!», а вони, хоча й «втомлені, завжди випростували зігнуті спини» і відповідали «Дай, Боже, й вам!» [2, с. 3].

Селяни дотримувалися народного етикету і під час зустрічі не ставили пряме запитання «Куди йдете?», а «Чи далеко йдете?».

Варто вживати такі основні етикетні формули:

Вибачення: Даруйте! Дозвольте вибачитися перед Вами! Перепрошую! Пробачте, будь ласка! Прошу вибачення!

Вітання: Вітаю Вас! Добридень! Доброго ранку! Моє шанування! Радий вітати Вас!

Запрошення: Дозвольте запросити Вас! Ласкаво просимо! Просимо завітати! Раді будемо Вас бачити!

Комплімент: Ваш виступ був чудовий! Ви прекрасний майстер! З Вами так цікаво розмовляти! У Вас витончений смак! У Вас прекрасний вигляд!

Побажання: Будь здорова як вода, а щаслива як зоря! Дай Вам, Боже, і щастя, і сили! Щастя Вам, Боже, на кожній дорозі! Щоб Ви були веселі як весна, багаті як земля, бистрі як вода, а гожі як рожі!

Подяка: Безмежно вдячний Вам! Висловлюю щиру вдячність! Від щирого серця складаю Вам подяку! Прийміть мою щиру подяку! Щиро дякую!

Прохання: Дозвольте Вас попросити! Дозвольте! З ласки Вашої! Не відмовте у проханні! Щиро прошу!

Прощання: Бувайте здорові! На все добре! Прощайте! Хай щастить Вам! [1].

Багато подібних моментів надзвичайно багатого етикету можемо віднайти і в сучасній українській спільноті. Це свідчить про те, що «моральні чесноти ще не зникли і позначаються у молодого покоління – у різній формі» за різних обставин [4]. Однак варто усвідомлювати, що саме ці «нормовані народним етикетом доброчинності» розвивають емоційно-вольову сферу людини, сприяють дружнім стосункам між людьми, між батьками і дітьми та є «громадським фільтром здорової народної моралі» [3, с. 372].

Нинішнє покоління українців і наші майбутні потомки мають бути вдячні національно свідомим, традиційним селянським та міщанським родинам за збереження ними надзвичайно колоритного народного етикету, за те, що в добу лихоліть і трагізму української бездержавності ростили і виховували дітей та молодь у морально-культурному національному дусі, вчили народних звичаїв, традицій, як бути українцем не тільки по крові, а й за переконаннями, зберегли українську мову, яка втілює в собі духовні скарби народу та є показником культурного рівня людини.

Використані джерела

1. Ковальова Н. О., Новикова Ю. М. Навчальний посібник з українознавства. Макіївка, 2005. 110 с. URL: <http://uastudent.com/ukrainskyj-etyket-ta-kultura-movlennja> (дата звернення: 21.04.2025). Назва з екрану.
2. Коленська Л. Селянська етикета. *Свобода* (Нью-Йорк). 1971. Ч. 51. 17 берез. С. 2–3.
3. Морозов А., Лазуренко В. Український народний етикет. *Спеціальні історичні дисципліни*. 2001. № 6. С. 356–374.