МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Українська асоціація педагогів та психологів

ОСВІТА В ЧАСИ КРИЗИ: ІННОВАЦІЇ, СТІЙКІСТЬ ТА УКРАЇНСЬКИЙ ДОСВІД

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

3 жовтня 2025 року

Київ - 2025

Міністерство освіти і науки України
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
Педагогічний факультет
Громадська організація «Українська асоціація педагогів і психологів початкової, дошкільної і позашкільної освіти»
Кафедра початкової освіти та інноваційної педагогіки

ОСВІТА В ЧАСИ КРИЗИ: ІННОВАЦІЇ, СТІЙКІСТЬ ТА УКРАЇНСЬКИЙ ДОСВІД

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

3 жовтня 2025 року

Київ
Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова
2025

УДК 37-026.564:001.895:005.336.4(477)]:005.745

Друкується за рішенням Вченої ради Українського державного університету імені Михайла Драгоманова (протокол №3 від 29 жовтня 2025 року).

Редакційна колегія:

Віктор Андрущенко – доктор філософських наук, професор, ректор УДУ імені Михайла Драгоманова (голова).

Григорій Торбін – доктор фізико-математичних наук, професор, проректор з наукової роботи УДУ імені Михайла Драгоманова.

Тарас Олефіренко – кандидат педагогічних наук, професор, декан Педагогічного факультету УДУ імені Михайла Драгоманова.

Олена Матвієнко – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри початкової освіти та інноваційної педагогіки, заступник декана з наукової роботи та міжнародних зв'язків Педагогічного факультету УДУ імені Михайла Драгоманова.

Анна Вайсброт-Козярська – професор Опольського університету, доктор хабілітований, проректор з питань навчання (Польща).

Фабіан Андрушкевич – професор Опольського університету, доктор габілітований (технічні науки), завідувач кафедри дошкільної та початкової педагогіки (Польща).

Освіта в часи кризи: інновації, стійкість та український досвід : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (3 жовтня 2025 року) : збірник тез / ред.кол. : В. П. Андрущенко (голова) [та ін.]. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова. 2025. 544 с. електронне видання

ISBN 978-966-931-340-9

До збірника увійшли матеріали Міжнародної науково-практичної конференції *«Освіта в часи кризи: інновації, стійкість та український досвід»* (3 жовтня 2025 року).

Матеріали збірника будуть корисними для дослідників, науковців, аспірантів, викладачів, студентів.

УДК 37-026.564:001.895:005.336.4(477)]:005.745

ISBN 978-966-931-340-9

© Колектив авторів, 2025

© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025.

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ УЧИТЕЛЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Людмила Себало,
кандидатка педагогічних наук, доцентка,
доцентка кафедри початкової освіти та інноваційної педагогіки
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова,
м. Київ

Сучасна українська освіта функціонує в умовах глибоких соціально-політичних і психологічних викликів, зумовлених війною. Шкільна спільнота постала перед необхідністю забезпечувати освітній процес в обставинах нестабільності, небезпеки та постійних змін. У цьому контексті особливої актуальності набуває поняття життєстійкості вчителя, що виступає ключовим чинником збереження ефективності педагогічної діяльності, психологічного благополуччя та підтримки учнів.

За останні десятиліття життєстійкість привернула значну увагу дослідників у різних сферах, включаючи психологію стресу, екзистенційну психологію, медицину, освіту, спорт і військову справу. Багато вчених розглядали це поняття: С. Мадді, С. Кобаса, Т. Титаренко, Л. Сохань, Т. Ларіна, О. Матвієнко та ін.

С. Мадді розглянуто термін hardiness та уперше був введений ним в 1975 р., який визначав життєстійкість як систему переконань, що допомагає людині протистояти стресу, не втрачаючи відчуття контролю та сенсу життя. Його концепція включала три взаємопов’язані компоненти: залученість, контроль і прийняття виклику. Подальші дослідження С. Кобаса, Р. Брукса, А. Антоновського розширили уявлення про життєстійкість, наголошуючи на її зв’язку з резильєнтністю – здатністю швидко відновлюватися після негативних впливів. Як зазначають Т. Титаренко та Т. Ларіна, життєстійкість є не лише механізмом подолання труднощів, а й важливим чинником самореалізації, як

ключової якості особистості, що забезпечує її здатність до виживання, розвитку в умовах постійних викликів та стресів.

У вітчизняній науці життєстійкість досліджувалася з позицій психології розвитку та особистісного зростання (Т. Титаренко, О. Луньова, Л. Сохань). Вона трактується як інтегральна якість, що поєднує внутрішні ресурси людини – оптимізм, саморегуляція, толерантність до невизначеності та зовнішні – соціальна підтримка, культурні традиції.

На основі концепції С. Мадді було здійснено дослідження засобів підвищення життєстійкості особистості в умовах війни, проведене колективом науковців під керівництвом Вишнівської Н. Дослідники підкреслюють, що життєстійкість включає три основні компоненти: залученість, яка формує впевненість людини в тому, що в будь-яких обставинах можна знайти щось цікаве й значуще; контроль, що передбачає переконання у власному впливі на результати подій через активні дії; та прийняття ризику, яке відображає усвідомлення того, що всі життєві події сприяють особистісному розвитку. На думку авторів, основою життєстійкості є не заперечення стресу чи уникнення його впливу, а здатність визнати реальність стресової ситуації й проявити мужність, перетворюючи її на можливість для власного зростання [1].

Отже, в науковій літературі життєстійкість розглядається як здатність особистості адаптуватися до стресових обставин, долати труднощі, зберігати внутрішню рівновагу та продуктивність діяльності. Для вчителя це означає уміння зберігати педагогічну ефективність навіть у кризових ситуаціях, підтримувати власний ресурсний стан та виступати прикладом для учнів.

Цінними є ключові складники життєстійкості педагога: оптимізм та віра у майбутнє, гнучкість мислення та адаптивність. професійна ідентичність та педагогічна мотивація, емоційна регуляція і стресостійкість. підтримка соціальних зв’язків і колективна солідарність.

Воєнні обставини ставлять учителя в ситуацію багаторівневого стресу. Цьому сприяють небезпека для життя та здоров’я (повітряні тривоги, обстріли, вимушена евакуація); нестабільність освітнього процесу (перехід на дистанційне

або змішане навчання, втрата доступу до ресурсів); психологічне навантаження (власна тривога, переживання за учнів та колег); соціальні виклики (переміщення учнів, розпад класних колективів, інтеграція дітей з різних регіонів). Ці фактори створюють ризики професійного вигорання, втрати мотивації та зниження педагогічної ефективності.

Виходячи з вищесказаного, можемо зробити висновки, а саме: щоб зберегти професійну стабільність і внутрішню силу, учитель у воєнний час має опиратися на індивідуальні та колективні стратегії. До індивідуальних стратегій відносимо: розвиток навичок саморегуляції (дихальні практики, майндфулнес, ведення щоденника вдячності); планування дня навіть у непередбачуваних умовах; пошук сенсу та професійної місії, яка полягає у принципі «Я потрібен дітям тут і зараз». Професійні та соціальні стратегії відносимо до категорії колективних стратегій. Професійні стратегії є також значущими. До них належить використання гнучких форм навчання (онлайн-уроки, інтегровані завдання, короткі навчальні модулі); впровадження елементів соціально-емоційного навчання; підвищення цифрової грамотності.

Соціальні стратегії: взаємопідтримка у педагогічному колективі; обмін ресурсами та досвідом між школами; підтримка партнерських зв'язків з батьками та громадою.

Для вчителя можемо запропонувати приклади практичних кейсів, які може використовувати в професійній діяльності.

Учитель під час повітряної тривоги проводить урок у бомбосховищі, використовуючи інтерактивні ігри для зниження тривожності дітей. Класовод створює «Щоденник маленьких перемог», де діти записують позитивні події дня, що сприяє формуванню оптимізму й у дітей, і у самого вчителя. Педагогічний колектив організовує онлайн-групу психологічної підтримки, де обговорюються складні ситуації та обмінюються ресурсними практиками.

Життєстійкість учителя в умовах воєнного стану — це не лише індивідуальна якість, а й соціально-педагогічний феномен, який визначає стабільність освітнього середовища. Педагог, здатний адаптуватися до викликів,

зберігати віру у сенс своєї праці та підтримувати учнів, стає важливим носієм надії й сили для суспільства.

Аналіз наукових праць переконливо доводить, що життєстійкість є вагомим чинником, який визначає навчальну та професійну ефективність, стресостійкість, мотивацію, адаптивність, креативність, професійну залученість, усвідомленість, сумлінність, позитивну особистісну налаштованість, фізичну та психічну витривалість, психологічне благополуччя, задоволеність роботою, професійну спрямованість, лідерські якості та емоційну стабільність. Подальші дослідження та практичні ініціативи мають бути спрямовані на розробку програм психологічної підтримки педагогів, розвиток колективної резильєнтності та інтеграцію технологій емоційного здоров'я у шкільний простір.

Список використаних джерел:

1. Вишнівська Н. В. Засоби підвищення життєстійкості особистості в умовах війни. Перспективи та інновації науки (Серія "Педагогіка", Серія "Психологія", Серія "Медицина"). 2024. № 3. С. 774–786. URL: http://nbuv.gov.ua/

2. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. URL: https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf

3. Чиханцова О. А. Внутрішні чинники життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр.* Київ, 2019. Т. 9, вип. 12. С. 446–454.

4. Школа життєтворчості особистості: Наук.-метод. зб. / За наук. ред. Л. В. Сохань, І. Г. Єрмакова. К.: ІСДО, 1995.

5. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr.44. P. 279–298.

6. Kobasa S. Stressful life events, personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. № 37. P. 1–11.