



РЕАЛІЗАЦІЯ КОНЦЕПЦІЇ ЕДУКАЦІЇ ФАХІВЦІВ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА

*Матеріали
Міжнародної науково-практичної
онлайн-конференції
(м. Харків, 17 травня 2024 рік)*



Міністерство освіти і науки України
Департамент науки і освіти
Харківської обласної державної (військової) адміністрації
Комунальний заклад
«Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
Закарпатський угорський інститут імені Ференца Ракоці II
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія
Mazovian University in Plock (Poland)
Oakwood University (USA)
Stockholm University (Sweden)
EdCamp Ukraine

РЕАЛІЗАЦІЯ КОНЦЕПЦІЇ ЕДУКАЦІЇ ФАХІВЦІВ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА

**Матеріали
Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції
(м. Харків, 17 травня 2024 рік)**

Харків
2024

УДК 37.015.31.091.2[001.895.316.3](062.552)

Р 31

Редакційна колегія:

- Пономарьова Г. Ф.** – докторка педагогічних наук, професорка, заслужена працівниця народної освіти України, Почесна громадянка Харківської області, ректорка – голова;
- Степанець І. О.** – кандидат педагогічних наук, професор, проректор з наукової та інноваційної діяльності – заступник голови.

Члени редакційної колегії:

- Прокопенко А. О.** – докторка педагогічних наук, доцентка, завідувачка аспірантури та докторантури;
- Дмитренко К. А.** – кандидатка педагогічних наук, доцентка, учена секретарка;
- Тупиця А. І.** – керівниця навчально-методичного відділу;
- Чала А. Г.** – кандидатка педагогічних наук, доцентка, доцентка кафедри української лінгвістики, літератури та методики навчання;
- Купіна О. В.** – методистка.

Відповідальність за якість і достовірність матеріалів
несуть автори публікацій.

Р 31 Реалізація концепції едукції фахівців освітньої галузі в умовах інноваційного розвитку суспільства : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (17 травня 2024 р., м. Харків) / за заг. ред. Г. Ф. Пономарьової; Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради [Електронне видання]. – Харків : ХГПА, 2024. – 415 с.

До матеріалів Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції включені доповіді науково-педагогічних і педагогічних працівників закладів вищої, загальної середньої та дошкільної освіти, аспірантів, здобувачів.

Тематика матеріалів збірника охоплює питання, що стосуються едукції – ефективного засобу цілісності освітнього процесу, інноваційної діяльності як засобу формування і розвитку педагога, соціально-психологічного та педагогічного аспектів професійної підготовки майбутніх фіхівців у галузі освіти в умовах цілісного освітнього процесу тощо.

УДК 37.015.31.091.2[001.895.316.3](062.552)

© Харківська гуманітарно-педагогічна академія, 2024

РОЗВИТОК НАВИЧОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ, ЯК ЗАПОБІГАННЯ ЕМОЦІЙНОМУ ВИГОРАННЮ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

Пехарєва А. С., Пехарєва С. В.

Актуальність проблеми Навчання стресостійкості є надзвичайно актуальним напрямком у сучасному світі. Навички стресостійкості є необхідними для досягнення успіху та збереження здоров'я, в сучасному динамічному світі вони допомагають людям ефективно керувати стресом та зберігати психологічну та фізичну стійкість у будь-яких умовах.

На необхідність плекання ментального здоров'я в сучасному світі, з його численними викликами та невизначеністю, вказують багато дослідників, представників мас-медіа, політиків. За підтримки Першої леді Олени Зеленської, сьогодні в Україні запроваджено програму підтримки ментального здоров'я «Ти як?», яка має на меті допомогти українцям виявити внутрішній потенціал на рівні самосвідомості та визнання власного психічного стану, а також оцінити кризові аспекти [2].

Безсумнівно, навички стресостійкості вбачаються важливими для підтримки ментального здоров'я всіх людей, оскільки допомагають запобігати розвитку психологічних проблем, таких як депресія або тривожні розлади. Крім того, висока стресостійкість сприяє збереженню продуктивності навіть у стресових ситуаціях, допомагаючи краще концентруватися та знаходити конструктивні рішення.

Однак, є певні категорії фахівців, чия робота частіше виступає стресовим фактором та призводить до емоційного вигорання, це працівники дошкільної та спеціальної освіти, соціальні робітники, лікарі та інші представники професії типу «людина-людина». Ці працівники потребують особливої уваги та особливих технік боротьби зі стресом в рамках їх професійних обов'язків. Тож, плекання стресостійкості цих фахівців ще на етапі навчання у закладі вищої освіти є ключем до зниження можливості виникнення емоційного вигорання у цих фахівців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В цілому, питання стресостійкості та опірності стресам давно є предметом наукових дискусій багатьох вчених-класиків Г. Сельє, С. Рубінштейн, С. Максименко, Р.°Лазарус, О. Леонт'єв, О. Лурія, О. Овчіннікова, А. Петровський та ін.

Сучасні дослідники вивчають стресостійкість як складну інтегративну рису особистості, описуючи вікові особливості її формування та аналізуючи активізацію внутрішнього потенціалу, що дозволяє особистості

саморегулювати стрес та ефективно подолати складні життєві ситуації (Н.°Бамбурак, Л. Картенсен, В. Мозговий, О. Полякова та ін.). Концепція копіngu, представлена як сукупність когнітивних, емоційних і поведінкових стратегій адаптації до стресу, також була розглянута у роботах науковців (Є. Кузнєцова, Н.Родіна, Т. Ткачук).

Більшість психологічних досліджень зосереджуються на визначенні психологічних чинників, що впливають на розвиток стресостійкості у фахівців, особливо тих, чиє професійне середовище вважається екстремальним (М. Корольчук, В. Крайнюк, В. Розов). Також виявлені особливості розвитку стресостійкості в професіях, де взаємодія з іншими є ключовим аспектом (Н. Водоп'янова, О. Реан) [8].

Сьогодні багато дослідників присвячують свої роботи вивченню особливостей стресостійкості саме працівників сфери освіти. Наприклад, Пасіченко А. та Дурманенко Є. розглядають особливості формування навичок стресостійкості у майбутніх вихователів ЗДО [4,5], О. Стахова, Д.°Зубрицька розглядають стресостійкість як важливу професійну якість для фахівця логопеда [7]. Л. Сікорська та Л. Вовк визначають особливості стресостійкості як фактор успішності фахівців спеціальної освіти [6]. Н.°Бабич та А. Медицька вказують, що навчання стресостійкості є базою в підготовці майбутніх корекційних педагогів та логопедів [1].

Аналіз літературних джерел свідчить про значний інтерес науковців до цієї теми.

Мета дослідження. Мета дослідження полягає в розумінні механізмів, які допоможуть майбутнім фахівцям дошкільної та спеціальної освіти управляти стресом та емоціями в навчально-виховному процесі. Акцентується увага на необхідності підготовки фахівців у цих галузях до роботи з емоційно навантаженими ситуаціями та забезпечення їх психологічної стійкості для підтримки якісної освіти та виховання.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до аналізу літературних джерел, стресостійкість розуміється як збереження здатності до соціальної адаптації, підтримки значущих міжособистісних зв'язків, успішної самореалізації та досягнення життєвих цілей, збереження працездатності та здоров'я в умовах стресових, кризових ситуацій. Основним критерієм стресостійкості людини є рівень її спроможності до пристосування в складному та вимогливому світі [3].

Люди з цими навичками вміють керувати своїми емоціями та реакціями на стресові ситуації, що дозволяє їм зберігати самоконтроль та раціональне мислення. Адаптація до змін у сучасному світі також потребує стресостійкості, оскільки вона допомагає адаптуватися до нових обставин та

вирішення проблем. Не останню роль грає стресостійкість у збереженні фізичного здоров'я, оскільки зниження рівня стресу сприяє покращенню загального самопочуття та запобігає розвитку хронічних захворювань пов'язаних із стресом.

На важливість опірності стресу у фахівців системи «людина-людина» вказував ще Є.Льїн, який зазначав, що фактори, які можуть суттєво впливати на рівень стресостійкості у таких осіб включають:

- Необхідність сприйняття та осмислення одночасних комунікацій різноманітного характеру;
- Специфіку поведінки та особистості клієнтів;
- Постійну зміну ситуацій у процесі діяльності та спілкування, взаємодію з різними соціальними групами;
- Крім того, такі фахівці можуть зазнавати особливого стресу через високий рівень відповідальності за перебіг процедури психолого-педагогічного супроводу або допомоги, особливості та специфіку обставин, в яких здійснюється така допомога, зокрема в екстремальних ситуаціях [3].

Виходячи з вищезазначеного, можна зробити висновок, що працівники дошкільної та спеціальної освіти є у групі ризику стосовно стресових факторів, і, як наслідок, емоційного вигорання. Це пояснюється кількома факторами:

1. Педагоги та вихователі, які мають постійну інтенсивну психоемоційну активність, пов'язану з активним спілкуванням, часто змушені оперативно реагувати на різні аспекти спілкування. Це означає активне вирішення проблем, уважне сприйняття та швидку обробку великої кількості інформації, а також швидке прийняття рішень.

2. Неорганізоване та нечітке планування роботи, відсутність необхідного обладнання, недостатня структурування інформації та наявність великої кількості бюрократичних моментів може впливати на стабільність та ефективність діяльності. Особливо це відчутно, коли педагоги мають справу з великою кількістю учнів, батьків або колег.

3. Педагоги несуть велику відповідальність за свою діяльність, що часто супроводжується емоційним напруженням та виснаженістю. Це особливо актуально для вчителів та вихователів, які відчувають нестачу психологічних ресурсів через інтенсивну роботу та відповідальність за учнів та їх батьків.

4. У професійній діяльності педагога може існувати неприємна психологічна атмосфера через конфлікти як у вертикальній, так і в горизонтальній взаємодії з колегами. Це може призвести до втрати

емоційної стійкості та викликати стрес, що може виявитися наслідком стратегій емоційного вигорання.

5. Педагоги, особливо ті, хто працює з дітьми з порушеннями психофізичного розвитку або складними характерами, можуть зіткнутися з психологічно складними ситуаціями, які вимагають особливої терпимості та стресостійкості.

Усі ці ризикові зони неможливо відмінити у роботі фахівців спеціальної та дошкільної освіти, проте оволодіння навичками стресостійкості ще за часів навчання, допоможе майбутнім фахівцям суттєво зміцнити свою опірність стресам та емоційному вигоранню.

Розвиток навичок стресостійкості у здобувачів освіти можливий шляхом впровадження різноманітних програм та методів:

- Психологічні тренінги: Організація тренінгів з медитації, релаксації, свідомості та інших методів, які допомагають зменшити стрес та підвищити саморегуляцію емоцій.
- Практичні вправи: Використання практичних вправ на заняттях, які сприяють розвитку вмінь керувати стресом, таких як дихальні вправи, методи глибокого дихання тощо.
- Психологічні консультації: Надання можливості студентам звертатися до психологічних консультантів або психотерапевтів для отримання підтримки та порад з управління стресом.
- Курси психологічної освіти: Включення в навчальну програму курсів або лекцій з психології стресу та методів його подолання.
- Групова підтримка: Створення груп для обговорення стресових ситуацій та взаємної підтримки серед студентів.
- Фізична активність: Популяризація здорового способу життя та фізичної активності, оскільки вона допомагає зменшити рівень стресу та покращити настрій.
- Розвиток самосвідомості: Підтримка процесу розвитку самоспостереження та самоаналізу, які допомагають студентам краще розуміти свої емоції та реакції на стресові ситуації.
- Позитивна психологія: Використання підходів позитивної психології для навчання оптимістичному погляду на життя та збереження позитивних емоцій навіть у стресових ситуаціях [9].

Висновки. Навчання стресостійкості допомагає фахівцям краще управляти своїми емоціями, реагувати на стресові ситуації, зберігати продуктивність та ефективність у своїй роботі. Фахівці, які вміють ефективно керувати своїм стресом, можуть краще допомагати дітям з особливими освітніми потребами або малюкам у дошкільному віці.

Отже, навчання стресостійкості є ключовим елементом професійної підготовки фахівців у сфері дошкільної та спеціальної освіти, оскільки воно сприяє покращенню якості надання послуг та забезпечує психологічну стійкість у роботі з важливими групами клієнтів.

Список використаних джерел

1. Бабич Н.М., Медицька А.К.. Нові напрями підготовки логопедів в умовах сучасного ринку праці In: *XV Міжнародна науково-практична конференція "Спеціальна і інклюзивна освіта: проблеми та перспективи"*, 17-18 листопада 2022 року, м. Кам'янець-Подільський, Україна.
2. Всеукраїнська програма ментального здоров'я МОЗ України. Електроний ресурс : <https://howareu.com/> Дата звернення 20.04.2024
3. Гупало С., Кулик Ю., Свідерська О. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК ОСОБИСТІСНОГО ЧИННИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. *LE TENDENZE E MODELLI DI SVILUPPO DELLA RICERCHE SCIENTIFICI*/ ТОМО 2 2020. v2. 15. DOI <https://doi.org/10.36074/13.03.2020.v2.15>.
4. Дурманенко Є. А. ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНOSTІ ПСИХО-ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ/ АКАДЕМІЧНІ СТУДІЇ. СЕРІЯ «ПЕДАГОГІКА». 2023. №. 1. С. 22-27.
5. Пасічніченко А. В. Формування стресостійкості майбутнього вихователя ЗДО в умовах професійної підготовки. *Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти: збірник наукових праць*. Хмельницький : ХГПА, 2024. С. 505-508.
6. Сікорська Л. Б., Вовк Л. П. Психологічні умови стресостійкості майбутніх фахівців системи спеціальної освіти *Молодий вчений*. 2017. № 5. С. 223-226. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_5_54
7. Стахова О. О., Зубрицька Д. В. СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА-ЛОГОПЕДА //Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка (протокол № 6 від «26» квітня 2024 року). 2024. С. 328.
8. Тептюк Ю. О. Психологічні умови розвитку стресостійкості у соціальних працівників різних вікових категорій : авт-реф. дис. 2021.
9. Muhomba M. et al. Distress tolerance skills for college students: A pilot investigation of a brief DBT group skills training program. *Journal of College Student Psychotherapy*. 2017. Т. 31. №. 3. С. 247-256.

Онопченко Л. П. НАЦІОНАЛЬНЕ ВІДРОДЖЕННЯ АСПЕКТ ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ	275
Панфілова А. В., Чернецька Ю. І. ФЕНОМЕН МОЛОДИХ СІМЕЙ У СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	277
Пасічник С. О. ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВИХОВАТЕЛЯ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЦОЇ ОСВІТИ.....	279
Петриченко Л. О. РОЛЬ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В СИСТЕМІ ІННОВАЦІЙНОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА.....	283
Пехарева А. С., Пехарева С. В. РОЗВИТОК НАВИЧОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ, ЯК ЗАПОБІГАННЯ ЕМОЦІЙНОМУ ВИГОРАННЮ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	286
Пономарьова Г. Ф. ВИЩА ПЕДАГОГІЧНА ОСВІТА: ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ І ШЛЯХИ РОЗВИТКУ	291
Попадинець О. А. РОЗВИТОК ГЕНДЕРНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ЯК ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ В ПРОЦЕСІ ЕДУКАЦІЇ ФАХІВЦІВ ТА ФАХІВЧИНЬ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ.....	294
Проскурняк О. І. ВИХОВНИЙ ВПЛИВ НА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: МОРАЛЬНИЙ АСПЕКТ.....	297
Рарог С. М. ФОРМУВАННЯ ЛЕКСИЧНОЇ СКЛАДОВОЇ МОВЛЕННЯ У ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЗАСОБАМИ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	300
Репко І. П. ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS ПІД ЧАС ПІДГОТОВКИ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНОГО ФАХІВЦЯ.....	303
Рибалко О. М. ОРГАНІЗАЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ПРОБЛЕМИ ТА ВИКЛИКИ	306
Росенко Д. О. ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ХОРЕОГРАФІВ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА.....	309
Руднік Д. Г., Хряпін Е. О., Фінін Г. І. ЗМІСТ ОСВІТНИХ КОМПОНЕНТІВ З НАПРЯМКУ СХОДОЗНАВСТВА ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ-ІСТОРИКІВ.....	313
Саєнко А., Єфименко Л. М. ІНДИВІДУАЛІЗОВАНИЙ ПІДХІД ДО КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ МОВЛЕННЯ У ДОШКІЛЬНИКІВ	315