ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ ТА ОСВІТА

Збірник наукових праць
Запорізького обласного інституту
післядипломної педагогічної освіти

Випуск LIV–LV

Запоріжжя
СТАТУС
2026

УДК 37.01(477)(082)
П24

ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ ТА ОСВІТА. Випуск LIV–LV
Засновано в 2007 році

Засновник
Комунальний заклад «Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» Запорізької обласної ради

Редакційна колегія:
Тетяна ГУРА, *д-р психол. наук, професор – голова колегії, головний редактор*;
Людмила ЧЕРНІКОВА, *канд. пед. наук, доцент, Заслужений працівник освіти України – заступник головного редактора*;
Євгенія ГРЕВЦЕВА, *канд. наук з держ. упр., доцент – заступник головного редактора, відповідальний за випуск;*
Олександр ГУРА, *д-р пед. наук, професор*;
Алма МУРЗАЛІНОВА, *д-р пед. наук, професор*;
Едуард ГУГНІН, *д-р соціол. наук, доцент, Заслужений працівник освіти України*;
Олена ВАРЕЦЬКА, *д-р пед. наук, професор*;
Наталія ШАЦЬКА, *канд. пед. наук, доцент*.

Збірник наукових праць
Зареєстровано в Міністерстві юстиції України
Серія КВ № 14046-3017ПР від 08.05.2008.
Друкується за рішенням Вченої ради КЗ «ЗОІППО» ЗОР
(протокол № 4 від 28.05.2026 р.)

Рецензенти:
Л. В. Безкоровайна, доктор педагогічних наук, доцент, Запорізький національний університет;
Н. Г. Сидорчук, доктор педагогічних наук, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка.

Адреса редакції:
вул. Незалежної України, 57-А, м. Запоріжжя, Україна, 69035.

П24 **Педагогічні науки та освіта** : збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. — Вип. LIV–LV. — Запоріжжя : СТАТУС, 2026. — 224 с. — Бібліогр. в кінці ст.
ISBN 978-617-8604-32-5

Збірник наукових праць присвячений актуальним проблемам педагогічної науки та освіти всіх рівнів в умовах сучасних змін, викликів і загроз.

Для науковців, педагогічних працівників закладів освіти всіх типів, здобувачів аспірантури та магістратури й інших зацікавлених осіб.

УДК 37.01(477)(082)

© КЗ «ЗОІППО» ЗОР, 2026
© Автори, 2026
ISBN 978-617-8604-32-5
© Видавництво «СТАТУС», оформлення, 2026

За достовірність фактів, дат, назв тощо відповідають автори.
Редакція не завжди поділяє їхні погляди.

10. *Коробова Ольга, Іванісова Вікторія*
Дистанційне навчання іноземних мов у ЗЗСО в умовах воєнного стану: досвід та ефективні практики
Korobova Olha, Ivanisova Viktoriia
Distance learning of foreign languages in general secondary education institutions under martial law: experience and effective practices . . . . . 84 С. 84–92

11. *Красний Дмитро*
Підготовка майбутніх учителів до виховної діяльності в сучасному освітньому середовищі
Krasnyi Dmytro
Preparation of future teachers for educational activities in the modern educational environment 93 С. 93–99

12. *Ларіонова Наталія*
Комфортність освітнього середовища як чинник оптимізації становлення особистості здобувача середньої освіти
Larionova Nataliia
Comfort of the educational environment as a factor of optimization of the personality formation of a secondary education student . . . . . 100 С. 100–109

13. *Мусенко Юлія*
Міжкультурний діалог на уроках німецької мови: виховання толерантності й емпатії у здобувачів освіти
Musenko Yuliia
Intercultural dialogue in German language lessons: fostering tolerance and empathy in learners . . . . . 110 С. 110–115

14. *Нагорна Наталія, Нагорний Володимир, Авраменко Антоніна*
Психологічна стійкість учасників освітнього процесу: системний підхід і реальні кейси ЗДМФУ
Nahorna Nataliia, Nahornyi Volodymyr, Avramenko Antonina
Psychological resilience of educational process participants: a systems approach and real-life cases of ZSMPHU . . . . . 116 С. 116–123

УДК 378-051/-052:159.944:[378.4:61](477.64-25)

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ: СИСТЕМНИЙ ПІДХІД І РЕАЛЬНІ КЕЙСИ ЗДМФУ

Наталія Нагорна,
Володимир Нагорний,
Антоніна Авраменко,
Запорізький державний
медико-фармацевтичний університет

У статті досліджено механізми формування психологічної стійкості студентів та викладачів Запорізького державного медико-фармацевтичного університету (ЗДМФУ). Проаналізовано специфіку стресових чинників для майбутніх лікарів і фармацевтів в умовах змішаного навчання. Представлено галузеві кейси впровадження технік саморегуляції на медичному, фармацевтичному та міжнародному факультетах ЗДМФУ.

Ключові слова: психологічна стійкість, ментальне здоров'я, освітній процес, системний підхід, стресостійкість.

Постановка проблеми. Сучасна українська освіта функціонує в умовах перманентного стресу, зумовленого безпековими викликами, соціальною нестабільністю та зміною форматів навчання. У таких обставинах *психологічна стійкість* стає не просто бажаною рисою особистості, а життєво необхідною компетенцією всіх учасників освітнього процесу. Системна розбудова безпечного середовища вимагає переходу від епізодичної психологічної допомоги до інтегрованої моделі підтримки ментального здоров'я. Це завдання корелюється з цілями сталого розвитку та пріоритетами Міністерства освіти і науки України щодо створення «шкіл, чутливих до травми».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Згідно з чинним законодавством, частина академічних годин підвищення кваліфікації педагогів повинна бути присвячена розвитку знань, умінь і практичних навичок із надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах воєнного стану. Методологічні засади процесу підвищення професійної компетентності фахівців професійної освіти визначаються Законами України «Про освіту», «Про професійну освіту», а також Постановою Кабінету Міністрів України № 800 від 21.08.2019 «Деякі питання підвищення

кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» та іншими нормативними актами.

Розроблена А. О. Клочко й І. В. Пахомовим освітньо-професійна програма короткотермінових курсів підвищення кваліфікації спрямована на удосконалення рівня компетентності педагогічних працівників у сфері організації психологічної підтримки учасників освітнього процесу в закладах професійної освіти та відображає сучасний стан психологічної науки щодо забезпечення права учасників освітнього процесу на якісну й ефективну психологічну допомогу в умовах воєнного стану. Програма містить комплекс освітніх компонентів, зокрема змістових модулів, контрольних заходів тощо, спрямованих на досягнення визначених результатів навчання (компетентностей), що дає право фахівцям на отримання визначеної освітньої та професійної кваліфікації відповідно до суспільних та освітніх викликів, роботодавців і ключових стейкґолдерів [4].

Монографія Т. М. Титаренко присвячена дослідженню психологічного здоров'я особистості, що переживає наслідки тривалого воєнного конфлікту. Визначено особистісні чинники й індикатори психологічного здоров'я; розроблено концепцію соціально-психологічної реабілітації особистості в умовах травматизації; запропоновано поетапну модель соціально-психологічної реабілітації травмованої особистості. Апробовано технології, техніки, способи і прийоми психологічної допомоги та самодопомоги, які сприятимуть підвищенню готовності особистості до подолання надмірних, стресових перевантажень та профілактиці психотравматизації різних верств населення [5].

Попри значну теоретичну базу, не вирішеними раніше частинами загальної проблеми залишається відсутність цілісних прикладних алгоритмів, які дозволяли б педагогу без спеціальної психологічної освіти інтегрувати практики стійкості у структуру заняття, не втрачаючи при цьому темпу викладання предметного матеріалу.

Мета статті – обґрунтувати переваги системного підходу до формування психологічної стійкості та представити апробовані кейси зміцнення ментального здоров'я в закладах освіти.

Виклад основного матеріалу. Психологічна стійкість у медичному вищому навчальному закладі має свою специфіку: висока відповідальність за життя пацієнта поєднується з інтенсивним навчальним навантаженням. Системний підхід у ЗДМФУ базується на створенні «безпечних точок» для кожного факультету. Психологічна стійкість у системному підході розглядається як динамічний процес адаптації, а не статична властивість. Вона включає три рівні: індивідуальний (ресурси особистості), міжособистісний (підтримка в колективі) та організаційний (політика закладу освіти).

Системний підхід передбачає, що стійкість студента неможлива без стійкості викладача. Нижче наведено реальні кейси, які демонструють впровадження практик стійкості.

У Запорізькому державному медико-фармацевтичному університеті (ЗДМФУ) станом на 2026 рік навчання побудоване на поєднанні класичної підготовки здобувачів із новітніми ІТ-рішеннями.

1. Фармацевтичний факультет: подолання когнітивного навантаження. Майбутні фармацевти працюють із величезними масивами даних (хімічні формули, назви препаратів). Психологічна стійкість тут формується через ігрові симуляції.

Кейс «Віртуальна аптека»: Замість сухої теорії студенти відпрацьовують кризові ситуації (конфліктний покупець, помилка в рецепті) у віртуальному середовищі. Це дозволяє «прожити» стрес у безпечних умовах, формуючи механізм професійної впевненості.

2. Медичний факультет: стійкість через симуляцію реальності. Для майбутніх лікарів головним стресором є страх помилки. Системна відповідь університету – розвиток симуляційної медицини.

Кейс «Робот-пацієнт»: Під час практичних занять студенти працюють із високотехнологічними манекенами. Можливість «врятувати» або «втратити» віртуального пацієнта під наглядом викладача дозволяє перетворити травматичний досвід на професійний навик, знижуючи рівень «фонової» тривоги перед реальною практикою.

3. Міжнародний факультет: адаптація та кроскультурна стійкість. Іноземні студенти стикаються з подвійним стресом:

академічним та адаптаційним (мовний бар'єр, відрив від родини, безпекова ситуація в Україні).

Кейс «Кампус Берегове – безпечний простір»: Створення освітнього хабу на Закарпатті стало системним рішенням для зміцнення резильєнтності міжнародної спільноти. Поєднання стабільного побуту, офлайн-спілкування з однолітками та підтримки тьюторів (кураторів-менторів) створює «буферну зону», яка захищає ментальне здоров'я іноземців.

4. Роль викладача як референтного об'єкта. Системний підхід вимагає, щоб викладач володів навичками першої психологічної допомоги. У 2026 році в освітній процес інтегровано практику «Micro-breaks» – коротких перерв під час занять у MS Teams для вправ на зорову релаксацію й емоційну розрядку. Це запобігає «цифровій втомі» та підтримує загальний тонус групи [3].

Міністерством освіти і науки України з 2023 року реалізується проєкт «Еко-система психологічної допомоги у сфері освіти України», де розробляються й активно впроваджуються для всіх учасників освітнього процесу онлайн-курси, проводяться психологічні відеотренінги, вебінари, майстер-класи, створюються телеграм-канали для комунікації тощо.

Ключовим інструментом підготовки освітян став курс із першої психологічної допомоги (ППД), що виник як результат синергії МОН, профільних інститутів і міжнародної психологічної спільноти. Навчальний контент представлений у сучасному мультимедійному форматі SCORM (10 модулів) та підкріплений практичними тренінгами. Освоюючи матеріали, педагоги не лише вивчають специфіку психологічних травм, а й отримують дієві інструменти підтримки за стандартами *Save the Children*, що дозволяє ефективно стабілізувати стан студентів у межах освітнього простору.

Для посилення психологічної обізнаності освітян, фахівців психологічних служб і батьків було запроваджено модульну програму «Практичні навички подолання стресу». Курс базується на адаптованому посібнику ВООЗ «Важливі навички в періоди стресу» та реалізується у межах Національної програми ментального здоров'я за ініціативи Олени Зеленської та підтримки ГО «Безбар'єрність». Зміст навчання охоплює теоретичні аспекти

виникнення стресу, аналіз його впливу на організм, а також практичні інструменти саморегуляції та підтримки ментального добробуту в умовах воєнного стану [2].

Служба психологічної підтримки базує свою роботу на доказових інструментах програми mhGAP [1], що є частиною Національної програми ментального здоров'я «Ти як?». Застосування алгоритмів ВООЗ дозволяє фахівцям надавати якісну допомогу при широкому спектрі розладів навіть за умов дефіциту вузькопрофільних ресурсів. Такий підхід забезпечує подолання бар'єрів у доступі до психологічних послуг і гарантує відповідність світовим стандартам підтримки ментального здоров'я.

При кафедрі психіатрії, психотерапії та медичної психології ЗДМФУ організовано роботу спеціалізованої служби психологічної допомоги. Її діяльність спрямована на фаховий супровід студентської спільноти, науково-педагогічного складу та населення регіону. Команда експертів забезпечує реалізацію комплексного підходу, що охоплює персональні консультативні послуги, групову психокорекцію та кризову інтервенцію у складних життєвих обставинах.

На базі Університетської клініки ЗДМФУ відкрито Центр ментального здоров'я з метою надання високоспеціалізованої медичної допомоги та впровадження новітніх медичних технологій при діагностиці та лікуванні пацієнтів із психосоціальними розладами, де проводиться індивідуальне та групове психологічне консультування, зокрема кризове психологічне консультування, а також консультування з використанням елементів самодопомоги «рівний–рівному», групова психологічна робота; діагностика психологічного стану особи; надання першої психологічної допомоги особі та членам її сім'ї; психологічні втручання низької інтенсивності; підтримка та відновлення функціонування особи у фізичній, емоційній, інтелектуальній, соціальній та духовній сферах; психотерапія депресивних, тривожних, адаптаційних, гострих стресових і посттравматичних стресових розладів, які виникли внаслідок хвороби / травми, участі в бойових діях, надзвичайних ситуаціях, полону, перебування в місцях позбавлення волі; допомога особі у встановленні життєвих цілей та підтримки досягнутого прогресу реабілітації після закінчення

реабілітаційного процесу; психотерапія психічних і поведінкових розладів та станів, які виникли внаслідок хвороби / травми, участі в бойових діях, надзвичайних ситуацій, полону, відбування покарання; психоедукація та підтримка особи та членів її сім'ї; психологічне консультування та психотерапія членів сім'ї особи, націлена на втому від співчуття й емоційне вигорання (сімейна терапія), а також на запобігання та полегшення фізичних, психологічних, духовних страждань особи під час надання паліативної допомоги; допомога особам, які доглядають за пацієнтами, що потребують паліативної допомоги; надання консультативної допомоги, спрямованої на усунення або зменшення звичок і поведінки, що становлять ризик для психічного здоров'я особи (вживання алкоголю, інших психоактивних речовин тощо), а також формування навичок здорового способу життя; здійснення спостереження за особою з метою підтримки нормального функціонування особи у фізичній, емоційній, інтелектуальній, соціальній та духовній сферах і підвищення її залученості до суспільного життя; направлення пацієнтів відповідно до медичних показань для надання їм медичної та реабілітаційної допомоги; сприяння особі у психосоціальній адаптації до зміненої життєвої ситуації, осмисленні її досвіду, розширенні самоусвідомлення та можливостей самореалізації.

Поряд із традиційною фармакотерапією за показаннями, в Центрі ментального здоров'я широко використовуються немедикаментозні методи: тренінги на основі біологічного зворотного зв'язку, що включають різні методики, спрямовані на оптимізацію ритму дихання, зниження м'язової напруги, нормалізацію серцевого ритму й управління периферичною температурою; навчання способам релаксації та активації; транскраніальна магнітна стимуляція [6].

Висновки. Досвід різних факультетів ЗДМФУ доводить, що психологічна стійкість не є універсальною: для фармацевтів вона полягає в алгоритмізації дій, для медиків – у практичному досвіді в симуляційних центрах, для іноземних студентів – у безпеці та соціальній підтримці. Інтеграція сучасних ІТ-рішень та біологічного зворотного зв'язку у процес психологічної стабілізації дозволяє перетворити теоретичні знання про стрес на дієвий

механізм саморегуляції. Використання немедикаментозних методів нейромодуляції в Центрі ментального здоров'я ЗДМФУ є перспективним напрямом подолання резистентних стресових станів. Таке поєднання дозволяє створити цілісну екосистему «Освіта та здоров'я», яка здатна відповідати на кризові виклики воєнного часу.

Список використаних джерел:

1. «Керівництво mhGAP для ведення психічних, неврологічних розладів і розладів, пов'язаних зі вживанням психоактивних речовин, у неспеціалізованих закладах охорони здоров'я». Копенгаген : Всесвітня організація охорони здоров'я, Європейське регіональне бюро; 2020 р. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
2. Курс підвищення кваліфікації для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій». URL: https://surl.li/stivyt
3. Матеріали офіційного сайту ЗДМФУ. URL: https://zsmu.edu.ua (дата звернення: 13.04.2026).
4. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану: освітньо-професійна програма для короткострокових курсів підвищення кваліфікації / Алла Клочко, Ілля Пахомов. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, 2026. 39 с.
5. *Титаренко Т. М.* Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
6. Центр ментального здоров'я: URL: https://uk.zp.ua/p_1550.html

NAHORNA NATALIIA, NAHORNYI VOLODYMYR, AVRAMENKO ANTONINA. PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF EDUCATIONAL PROCESS PARTICIPANTS: A SYSTEMS APPROACH AND REAL-LIFE CASES OF ZSMPHU

The article investigates the mechanisms of psychological resilience formation among students and faculty at Zaporizhzhia State Medical and Pharmaceutical University (ZSMPhU). The specificity of stress factors for future physicians and pharmacists in blended learning environments is analyzed. Industry-specific cases of implementing self-regulation techniques across the Medical, Pharmaceutical, and International faculties of ZSMPhU are presented. A comprehensive analysis of strategies for developing psychological resilience in the face of contemporary security challenges is conducted using ZSMPhU as a primary example. The authors substantiate

a systems approach encompassing individual, interpersonal, and organizational levels of support. Particular attention is paid to the domain-specific nature of stressors: critical cognitive load for pharmaceutical students, the fear of clinical error for medical students, and adaptation barriers coupled with the security situation for international students. Innovative cases for overcoming these challenges are described, including the implementation of game-based VR simulations ("Virtual Pharmacy"), work with high-tech robot patients, and the establishment of a secure educational hub in Berehove. For the first time, the role of the teacher as a reference object for group stabilization is detailed through the integration of brief relaxation techniques ("Micro-breaks") into the structure of MS Teams classes. The article highlights the activities of the Psychological Support Service at the Department of Psychiatry and the Mental Health Center of the University Clinic, where international evidence-based protocols (mhGap, CBT, ACT) are implemented alongside neurotechnologies (TMS, biofeedback). It is proved that the synergy of academic training, digital solutions, and professional clinical psychological assistance creates a sustainable ecosystem that promotes not only the preservation of mental health but also the post-traumatic growth of educational process participants. The article holds practical significance for higher education administrators and educators seeking to integrate resilience practices into the educational space.

Key words: psychological resilience, mental health, educational process, systems approach, stress resistance.

Надійшла до редакції 05.05.2026 р.

Запорізький обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти