ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

Кириленко Ірина

Сучасна професійна діяльність співробітників закладів освіти здійснюється в умовах підвищеної психологічної напруги, соціальної нестабільності, реформування освітньої системи, цифровізації та зростання професійних вимог. За таких обставин співробітники закладів освіти постійно стикаються зі стресогенними чинниками, які можуть спричиняти емоційне виснаження, зниження професійної мотивації та розвиток професійного вигорання. У цьому контексті особливої уваги набуває проблема резильєнтності як здатності особистості зберігати психологічну рівновагу, адаптуватися до складних умов і відновлювати внутрішні ресурси. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю визначення тих індивідуально-психологічних характеристик, які сприяють формуванню резильєнтності співробітників закладів освіти та забезпечують їхню професійну ефективність у кризових умовах.

Мета публікації – теоретичне обґрунтування індивідуально-психологічних чинників резильєнтності співробітників закладів освіти та визначення їх ролі у забезпеченні психологічної стійкості й професійної ефективності співробітників закладів освіти.

Резильєнтність співробітників закладів освіти виступає важливим психологічним механізмом, який забезпечує ефективне подолання стресових ситуацій, збереження емоційної стабільності та здатність до подальшого розвитку навіть у складних умовах професійної діяльності. Вона є не лише показником психологічної зрілості особистості, а й основою професійної успішності освітянина в умовах постійних соціальних викликів. Завдяки сформованій резильєнтності співробітники закладів освіти здатні конструктивно реагувати на труднощі, адаптуватися до змін і підтримувати позитивне ставлення до професії [1, с. 5].

Формування резильєнтності значною мірою зумовлюється індивідуально-психологічними особливостями особистості. Розглянемо їх більш детально [2, с. 21; 3, с. 126]:

1. Емоційна стабільність, що виявляється у здатності контролювати імпульсивні реакції, регулювати власні емоційні стани та знижувати рівень внутрішньої напруги. Саме емоційна саморегуляція дозволяє співробітникам закладів освіти адекватно реагувати на професійні труднощі, зберігати доброзичливість у спілкуванні та уникати надмірного емоційного виснаження;

2. Когнітивні особливості особистості, зокрема гнучкість мислення, здатність до переоцінки ситуації, конструктивного аналізу проблем і внутрішній локус контролю. Співробітники закладів освіти, які схильні сприймати труднощі не як загрозу, а як виклик, швидше адаптуються до нових умов, легше знаходять способи розв’язання професійних завдань і зберігають відчуття суб’єктності у складних життєвих обставинах;

3. Мотиваційно-ціннісна сфера. Наявність чітких професійних цілей, усвідомлення соціальної значущості педагогічної праці, орієнтація на саморозвиток і самореалізацію формують внутрішній ресурс витривалості. Якщо співробітники закладів освіти відчувають сенс у своїй діяльності, це підсилює їх здатність долати труднощі, підтримувати професійну мотивацію та зберігати продуктивність навіть в умовах тривалого напруження;

4. Комунікативна компетентність і соціальна спрямованість особистості. Уміння вибудовувати конструктивні взаємини з учнями, колегами, адміністрацією, звертатися по допомогу та приймати підтримку посилює соціальний ресурс особистості.

5. Адекватна самооцінка, рефлексивність, стресостійкість і здатність до адаптації. Позитивна самооцінка та впевненість у власній професійній компетентності допомагають співробітникам закладів освіти легше переживати невдачі, конструктивно сприймати критику й уникати руйнівного впливу

професійного стресу. Рефлексія дає змогу осмислювати власний досвід і трансформувати складні ситуації у ресурс особистісного та професійного зростання. Водночас адаптивність, гнучкість і толерантність до невизначеності забезпечують здатність швидко перебудовувати поведінкові стратегії відповідно до нових умов професійної діяльності;

6. Духовно-смисловий компонент особистості як усвідомлення власної місії, гуманістична спрямованість, віра у значущість педагогічної діяльності підтримують внутрішню опору особистості та сприяють збереженню психологічної стійкості

Резильєнтність співробітників закладів освіти є важливим психологічним ресурсом, що забезпечує стійкість до стресу, адаптацію до професійних викликів і збереження ефективності освітньої діяльності. Її формування залежить від таких індивідуально-психологічних чинників, як емоційна стабільність, когнітивна гнучкість, внутрішній локус контролю, мотиваційно-ціннісна спрямованість, самооцінка, комунікативна компетентність, адаптивність і духовно-смислові орієнтири. Розвиток цих характеристик сприяє профілактиці професійного вигорання та підтриманню психологічного благополуччя освітян, а перспективи подальших досліджень пов’язані з розробленням і апробацією програм психологічного супроводу, спрямованих на розвиток емоційної саморегуляції та стресостійкості співробітників закладів освіти.

Список використаних джерел

1. Адаменко Л. Актуальні підходи до проблеми дослідження резильєнтності. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології.* 2020. № 5 (58). С. 5–13.

2. Бондаренко І. М. Психологічні чинники професійного вигорання педагогів. Харків: ХНПУ, 2022. 134 с.

3. Ворожбіт-Горбатюк В. В., Козиренко С. І. Формування резильєнтності учасників освітнього процесу. *Інноваційна педагогіка.* 2023. Вип. 61 (1). С. 125–128.