

Білоус В.С., Бровчак Л.С. Формування середовища підтримки ментального здоров'я у ВДПУ ім. М. Коцюбинського: виклики та можливості. *Бібліотеки і суспільство: рух у часі та просторі* : VI науково-практична конференція, до 105-річчю Наукової бібліотеки Харківського національного медичного університету. 28-29 жовтня 2025 р. Харків, 2025.

розміщення на сайті Наукової бібліотеки <http://libr.knmu.edu.ua/> з покликанням на Репозитарій ХНМУ <http://repo.knmu.edu.ua/>.

УДК 378.6:37(477.44-25)ВДПУ:613.86

## **ФОРМУВАННЯ СЕРЕДОВИЩА ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я У ВДПУ ІМ. М. КОЦЮБИНСЬКОГО: ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ**

**Валентина Білоус**

Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського

Директор бібліотеки

ORCID iD 0000-0003-2998-400X

**Людмила Бровчак**

Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського

Проректор з науково-педагогічної роботи  
та соціальних питань

Кандидат педагогічних наук, доцент

ORCID iD 0000-0001-8321-9267

**Анотація:** У статті підкреслено важливе значення закладу вищої освіти як центру соціальної підтримки у забезпеченні ментального здоров'я студентів, викладачів та співробітників. Відображено основні виклики, з якими стикаються учасники освітнього процесу та окреслено шляхи збереження їх ментального здоров'я. Окрему увагу приділено ролі бібліотеки закладу вищої освіти як безпечного простору збереження ментального здоров'я.

**Ключові слова:** ментальне здоров'я, психологічна підтримка, емоційна стійкість, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, університетська бібліотека.

Слово «ментальність» походить від латинського «mens» чи «mentis», що означає будь-який духовний процес чи явище. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я ментальне здоров'я – це стан щастя та добробуту, психічного благополуччя, при якому людина може реалізовувати власний потенціал, свої творчі здібності, протистояти життєвим стресам, здатність відчувати позитивні емоції, бути стійким та адаптивним, емоційно стабільним, плідно вчитися та працювати.

10 жовтня відзначається Всесвітній день ментального здоров'я, започаткований у 1992 р. за ініціативи Всесвітньої федерації психічного здоров'я. І це ще одна нагода звернути увагу на себе, свій внутрішній стан. У сучасному світі, що характеризується сценарієм невизначеності та постійними викликами, ментальне здоров'я стає дедалі важливішим аспектом благополуччя людини. Психологічна криза українського суспільства, спричинена ризиками часу, визначає актуальність та необхідність особливої уваги до ментального здоров'я кожного громадянина України, особливо дітей та молоді. Основними психологічними маркерами цієї кризи є хронічна психічна виснаженість, підвищений рівень тривожності, емоційне та професійне вигорання, стан невизначеності та апатія. Високий рівень психологічного стресу, невизначеність, втрати та інформаційний хаос, соціальна ізоляція – все це негативно впливає на емоційний стан людини, на її здатність взаємодіяти, навчатися та працювати. Турбота про ментальне здоров'я має бути такою ж невід'ємною частиною нашого життя, як і піклування про фізичний стан. Адже щоб почуватися добре, потрібно не лише перебувати в гармонії з навколишнім світом, а, насамперед, потурбуватися про свої внутрішні відчуття. Повномасштабна війна призвела до зростання потреби українців у психологічній допомозі [1]. Лише за попередніми прогнозами, через вплив війни такої підтримки різного ступеню інтенсивності потребуватимуть близько 15 млн людей, серед яких: 1,8 млн військових та ветеранів, 7 млн людей старшого віку, близько 4 млн дітей та підлітків. Тож надання якісної безоплатної психологічної допомоги усім, хто її потребує, – пріоритет держави [5]. У березні 2023 р. за ініціативи Першої леді України Зеленської О. в Україні стартувала Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як»? , місія якої – зробити піклування про ментальне здоров'я щоденною звичкою для українців, забезпечити комплексну психосоціальну підтримку громадянам України за допомогою залучення фахівців закладів культури, освіти та бібліотек. Особливе значення належить навчальним закладам, які працюють у контексті складних соціальних викликів: збройних конфліктів, пандемій, природних та техногенних катастроф.

Проблема ментального здоров'я активно досліджується вітчизняними та зарубіжними науковцями. Вивченню питання ментального здоров'я, місця і ролі навчального закладу та бібліотеки присвячено чимало наукових конференцій, семінарів, форумів. Українськими вченими проаналізовано наявні в Україні та за кордоном інформаційні ресурси щодо формування навичок емоційної стійкості в учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. Показано, що в умовах воєнного стану освіта в Україні продовжує функціонувати, долаючи величезний спектр проблем. В умовах перманентного та інтегрованого прояву надзвичайних ситуацій природного (пандемія COVID-19), техногенного (знеструмлення електромереж, відсутність зв'язку, аварії на станціях теплопостачання, пожежі), соціального (кібератаки, евакуація населення, псевдозамінування закладів) та воєнного характеру (ракетні обстріли, атаки безпілотних апаратів, замінування територій тощо) характеру система освіти України намагається продовжувати своє функціонування [8, с.79]. Психологічне благополуччя представників освітнього середовища напряму впливає на якість освіти. Більшість викладачів ЗВО відчують середній або високий рівень

професійного вигорання, а значна частина студентів скаржиться на виснаження. Такими є результати опитування, проведеного ініціативою «Ти як?» у закладах вищої освіти за підтримки МОН України. За результатами опитування, низький рівень професійного вигорання мають 42% викладачів. У 45% респондентів він середній – саме ця частина опитаних потребує психосоціальної підтримки, щоб запобігти поглибленню проблеми. Кожен десятий студент (11,9%) живе в умовах значного стресу, ще понад дві третини (67,1%) відчують середній рівень стресу [11]. За даними освітньої фундації GoGlobal за підтримки Finn Church Aid (FCA), на кінець 2023 р. 78% опитаних педагогів повідомили, що відчують спустошення та постійну втому, а 82% – стали тривожнішими після початку повномасштабної війни [12].

Саме освітні установи та заклади культури відіграють неоціненну роль у реалізації важливої місії збереження ментального здоров'я учасників навчального процесу, стають центрами емоційної підтримки та психологічного відновлення. Учасники освітнього процесу приділяють неабиякі фізичні, а головне – психологічні зусилля, оскільки всі вони працюють в умовах постійного стресу. Тому актуальною є проблема формування в педагогів і здобувачів освіти навичок емоційної стійкості, що необхідні для організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій [7]. На думку психологів, люди, в яких розвинені навички емоційної стійкості, вміють зберігати позитивний настрій навіть у складних ситуаціях, оскільки здатні концентрувати розум на вирішенні завдань, а не на пошуку проблем; вони готові до змін, мають нестандартне мислення; легко розривають старі шаблони та обмеження, якщо вони заважають на шляху до мети; спокійно сприймають невдачі та намагаються їх подолати; не дозволяють себе принижувати і не ображають інших; не витрачатимуть свою енергію на події, які зовсім від них не залежать; мають внутрішню силу і гармонію психічного та фізичного здоров'я, а також адекватну самооцінку [9].

Всеукраїнський форум «Pro Mental Health: Освітні Діалоги», проведений 2 липня 2025 р. за ініціативи ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» МОН України, звернув увагу суспільства на важливість ментального здоров'я як ключової складової стійкості та ефективності в умовах війни, ініціював впровадження комплексних програм підтримки ментального здоров'я закладами освіти та бібліотек. Адже лише спільна, злагоджена робота всіх учасників освітнього процесу здатна забезпечити по-справжньому безпечне та здорове середовище для професійної діяльності. Створення безпечного психологічного середовища, розвиток інституційної культури підтримки та інтеграція практик профілактики професійного вигорання у щоденну педагогічну діяльність є спільним пріоритетом для всіх учасників освітнього процесу.

Основна мета даного дослідження: визначити роль та важливість ментального здоров'я в умовах викликів часу; окреслити відповідні сервіси для задовольнити інформаційно-комунікаційних потреб користувачів; показати на досвіді роботи ВДПУ ім. М. Коцюбинського основні форми та методи, що сприяють формуванню середовища підтримки ментального здоров'я.

За допомогою соціологічних досліджень, анкетування, міні та експрес-опитування, проведених серед користувачів, визначені проблеми та намічені основні напрями діяльності. Проведено онлайн-опитування «Ментальне

здоров'я та роль університетської бібліотеки» та визначені основні напрями діяльності.

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського активно розвиває свої послуги, розробляє стратегії, що сприяють збереженню психоемоційного благополуччя учасників навчального процесу та наукової діяльності. Формування середовища підтримки ментального здоров'я сьогодні є пріоритетним напрямом діяльності університету. ВДПУ ім. М. Коцюбинського серед лідерів у розвитку системи підготовки фахівців у сфері ментального здоров'я на Вінниччині, має ґрунтовний досвід у цій сфері та активно долучається до побудови ефективної системи психосоціальної підтримки на регіональному рівні. «Ментальне здоров'я учасників освітнього процесу – інвестиція в майбутнє країни» – під таким гаслом у Вінниці відбувся форум для керівників закладів загальної середньої освіти. Організаторами виступили викладачі кафедри психології та соціальної роботи ВДПУ ім. М. Коцюбинського за підтримки міського Департаменту освіти. Налагоджено співпрацю щодо підготовки фахівців з Міжнародним інститутом вивчення травми – унікальним науково-практичним центром, що займається дослідженням наслідків психологічної травматизації, зокрема в умовах війни. Кафедра системно впроваджує сучасні підходи до навчання, практики та досліджень у галузі психологічного здоров'я. Для університету питання ментального добробуту – не лише освітній тренд, а глибока місія, адже сильна країна починається з людини, яка має внутрішній ресурс, підтримку і фаховий супровід у подоланні викликів. Університет відкритий до міжсекторальної співпраці, щоб разом із сервісами та громадою формувати середовище турботи, сили і взаємної підтримки. В університеті діє Центр підтримки студентів, метою якого є забезпечення рівного доступу до якісної освіти особам, шляхом організації освітнього процесу на основі застосування особистісно-орієнтованих методів навчання, з урахуванням індивідуальних особливостей студента. Центр підтримки студентів орієнтований на налагоджену дієву співпрацю із громадськими організаціями «Гармонія», «Родина Кольпінга» – для розуміння важливих запитів та потреб молоді.

В університеті створено безбар'єрне середовище, де суспільний простір фізично доступний для всіх учасників освітнього процесу, включаючи людей з обмеженими можливостями: облаштування прилеглої території для комфортного пересування людей з інвалідністю, встановлення пандусів, ліфтів, обладнання сходів спеціальним маркуванням та покриттям, відповідна ширина дверних прорізів та коридорів, відсутність порогів та перепадів висоти підлоги, наявність тактильних табличок-вказівників, спеціальне обладнання санвузлів, облаштування захисних споруд цивільного захисту з метою забезпечення доступності перебування осіб з інвалідністю. Зазначимо, що до категорії осіб з особливими освітніми потребами підпадають не тільки люди з інвалідністю, а й внутрішньо переміщені особи, біженці, та діти, які потребують додаткового та тимчасового захисту, особи, які здобувають спеціалізовану освіту або можуть прискорено опанувати зміст навчальних предметів тощо [10]. Всі структурні підрозділи дотримуються принципів єдності національного і загальнолюдського, науковості і професіоналізму, гуманізації, демократизації, безперервності і

наступності, диференціації та індивідуалізації освітнього процесу, активності, самодіяльності і творчої ініціативи студентської молоді, інтеграції традиційних і нових форм роботи з молоддю, гармонізації родинного і суспільного розвитку тощо. Відділ молодіжної політики та соціальної роботи працює над створенням умов для розвитку здобувачів вищої освіти як всебічно-розвиненої, високоосвіченої, соціально активної особистості, сповненої національної гідності, високої духовності, здатної до самовдосконалення, самореалізації та задоволення потреб студентської молоді в інтелектуальному, культурному та професійному зростанні. Відділ забезпечує координацію роботи щодо відповідального ставлення до власного здоров'я, формування навичок і утвердження здорового способу життя.

З метою підвищення ефективності освітнього процесу, розвитку і формування зрілої професійно орієнтованої особистості за умови збереження психологічного здоров'я усіх учасників процесу засобами прикладної психології, соціології і соціальної педагогіки створено соціально-психологічну службу, робота якої спрямована на допомогу особистості у вирішенні різного роду психологічних проблем, пов'язаних із непростими життєвими ситуаціями, із труднощами у спілкуванні, у родинних стосунках, у здійсненні вибору, визначенні життєвих цілей і задач тощо.

Інноваційним простором для проведення спеціалізованих курсів та тренінгів з розвитку особистості, стресо менеджменту та психологічного самопізнання є освітньо-науковий центр ВДПУ ХАБ NotBox. З метою забезпечення емоційної безпеки, навчання виражати свої емоції та вміння керувати ними проводяться майстер-класи з емоційної підтримки, психологічного комфорту та безпеки.

Зазначимо, що важливе місце у формуванні ментального середовища університету належить університетській бібліотеці, яка у тісній синергії з усіма структурними підрозділами виступає провідником гуманістичних ідеалів, популяризатором кращих зразків світової педагогічної думки, впроваджує нові освітні стандарти, серед яких – інклюзивна освіта, відкриті освітні ресурси. Ефективність формування середовища підтримки ментального здоров'я у бібліотеці в значній мірі залежить від стану взаємодії бібліотеки та університету, що функціонують в єдиному інформаційному просторі, є для студентів єдиним джерелом знань, виконують стратегічне завдання – забезпечити підготовку спеціалістів, які відповідають сучасним вимогам [3, с.39]. Бібліотека вмонтована у соціальне життя університету, тому закономірне виконання низки важливих соціально-виховних функцій, серед яких: інформаційно-комунікативна (духовне зближення близьких за уподобаннями людей); соціоінтеграційна (різнопланова допомога у процесі влиття користувача у соціум). Успіх бібліотеки у сучасному віртуальному просторі ґрунтується на тісному взаємозв'язку з користувачем. В умовах війни така взаємодія сприяє зміцненню соціальних зв'язків, що особливо важливо для людей, які переживають втрати чи вимушені залишити свої рідні домівки. Прагнення соціальної справедливості – частина місії бібліотек. Тож можливість усунення системної нерівності в освіті завдяки заохоченню ефективного, інклюзивного та справедливого доступу до якісних академічних

ресурсів мотивує бібліотекарів постійно шукати нові шляхи й ініціювати нові проекти [6].

Бібліотека, окрім своєї традиційної ролі, має потенціал бути не просто сховищем книг, а й центром підтримки ментального здоров'я студентів та викладачів, місцем психологічного розвантаження, виступаючи як ключовий простір збереження ментального здоров'я та проведення заходів, спрямованих на покращення психологічного благополуччя користувачів. Основними формами роботи виступають різноманітні заходи, що сприяють успішній соціалізації користувачів, їх орієнтації в сучасному світі. Сьогодні бібліотека – це бібліотека суспільства знань, складний системотворчий соціально-комунікаційний комплекс, який в умовах інформаційного суспільства розглядається не лише як виробник інформаційних продуктів і бібліотечних сервісів, а й забезпечує освітні, наукові, культурні, соціальні потреби [2] та дбає про ментальне здоров'я її користувачів. Значну допомогу у популяризації документів про ментальне здоров'я та послуг бібліотеки надає сайт, на якому представлені інформаційні ресурси з посиланням на корисні сайти: презентації «Діти і війна; інформаційні ресурси на допомогу дітям і дорослим для подолання психологічних травм, отриманих внаслідок війни»; віртуальна книжкова виставка «Моя незламна Україна». Бібліотека долучилася до Всеукраїнської акції «16 днів проти насильства» та презентувала книги на дану тематику.

Ці ініціативи створюють цифрове середовище, де відвідувачі можуть дистанційно звертатися до інформаційних ресурсів за психологічною підтримкою та збільшувати своє розуміння психічного здоров'я. Сьогодні актуальними інструментами сучасної комунікації є мобільні технології, соціальні мережі. Перехід на віртуальне інформування значно розширює діапазон взаємодії бібліотеки з навчально-педагогічною, науковою, студентською спільнотами. Однак, зауважимо, що вчені проаналізували результати дослідження впливу соціальних мереж на ментальне здоров'я осіб раннього дорослого віку та визначили, що менш інтенсивне використання соціальних мереж сприяє збереженню вищого рівня психологічної рівноваги. Водночас надмірне занурення у віртуальне середовище, ймовірно, створює менш сприятливі умови для розвитку або підтримки внутрішньої гармонії, навіть якщо це не призводить до суттєвого зниження емоційної стабільності у більшості користувачів. Особи, які проводять у соціальних мережах понад 4 години на добу, демонструють значно вищі рівні особистісної тривожності та фрустрації порівняно з тими, хто користується соцмережами менш інтенсивно. Вони мають нижчу задоволеність фізичним здоров'ям, міжособистісними стосунками, а також нижчий загальний рівень суб'єктивного благополуччя порівняно з групою, що проводить менше часу в соцмережах. Таким чином, можна розглядати використання соціальних мереж як чинник ризику для ментального здоров'я осіб раннього дорослого віку. Це проявляється у схильності до посилення негативних емоційних станів, зниженні адаптаційних можливостей та погіршенні загальної задоволеності життям [13, с.105-106]. Зважаючи на вище наведене, бібліотека, створюючи ресурсну електронну базу, розширюючи колекції книг і електронних ресурсів, забезпечуючи до них дистанційний доступ, не забуває про традиційні

форми роботи, комплектує паперові ресурси з психології, самопомоги, ментального здоров'я, управління стресом, тайм-менеджменту тощо.

До послуг користувачів функціонують 5 читальних залів, в т. ч. 2 електронні зали на 76 автоматизованих робочих місць. У бібліотеці створені ресурсні зони, облаштовані у відповідності до особливих потреб користувачів: спокійний інтер'єр, спеціальні архітектурні рішення, мобільні комфортні меблі, поліфункціональність приміщення, комп'ютерне та мультимедійне обладнання, спеціальні дидактичні матеріали, комп'ютерні програми та засоби сприйняття інформації, пристосовані до потреб учнів з різними вадами розвитку тощо [14]. Облаштовані «зелені» зони (куточки з рослинами) позитивно впливають на настрій та знижують стрес. Бібліотека здійснює не лише інформаційне забезпечення навчально-виховного процесу, але й сприяє виробленню ціннісних орієнтацій, впливає на формування у стінах закладу інтелектуального та культурного середовища – того особливого ґрунту, на якому спільні зусилля викладачів, студентів та бібліотекарів приносять життєстверджуючі плоди.

Для багатьох відвідувачів бібліотека є не просто місцем для отримання інформації, не просто будівля, наповнена книгами. Сьогодні бібліотека – це осередок спільноти, простір для особистісного зростання, тиха гавань для душі, своєрідний «острівець стабільності» у хаотичному світі, у вирі інформаційного шуму, місце, де можна відволіктися від повсякденної метушні, знайти тишу та спокій, зосередитися на навчанні та читанні, зменшити рівень стресу та тривоги, відпочити та відновити сили. Користувачі приходять зі своїми емоційними переживаннями, потребують психологічного розвантаження через читання, творчі заходи, спілкування, відчувають інформаційну тривогу через потік неперевіраних новин та дезінформацію, знаходяться у соціальній ізоляції в умовах обмежень або переїзду. Бібліотека – це довіра; третє місце (перше – дім, друге – робота); безпечний та комфортний простір, що забезпечує спокійну та затишну атмосферу, сприяє релаксації та зменшенню стресу: це нові сучасні книги; спеціальний простір з літературою та ресурсами з психології та психічного здоров'я; затишні комфортні локації; простір для навчання, натхнення, зустрічей та подій; місце, де формуються спільноти та розвивається людський потенціал. Залишаючись місцем духовності, спілкування, просвітницьким осередком, бібліотека сприяє формуванню гармонійної, морально досконалої особистості. Поеднуючи традиційні та електронні ресурси та форми роботи, бібліотека у кризових ситуаціях сьогодні виконує функції не лише інформаційного, а й психологічного центру: створення безпечного простору з можливістю відпочинку, спокою, тиші та приватності; проведення заходів емоційної підтримки – арт-терапія, книжкові клуби, творчі майстерні; співпраця з психологами та волонтерами для надання фахової допомоги. Самотність та соціальна ізоляція є одними з ключових факторів, що негативно впливають на ментальне здоров'я. Бібліотеки, завдяки своїй доступності та багатофункціональності, слугують важливим осередком для соціальної взаємодії та подолання самотності, що сприяє покращенню самопочуття та зменшенню відчуття соціальної ізоляції. Творча взаємодія «студент-викладач-бібліотека» створює умови для формування ментального середовища. Саме в такій синергії особистість набуває культурно-духовних цінностей у безпосередній залежності

від культурного середовища, ментального простору, в якому відбувається її соціалізація і який є зовнішнім чинником культурного зростання. Дозвіллева функція книгозбірні значно розширяє організацію соціокультурної діяльності шляхом участі у різноманітних загально університетських та міських заходах, які сприяють формуванню якісно нових ціннісних орієнтирів і пріоритетів. Бібліотека організовує зустрічі з психологами, заходи, на яких піднімають теми ментального здоров'я, проводять бібліографічні огляди та книжкові перегляди про психічне здоров'я. Спільно з радою студентського самоврядування проводяться різноманітні конкурси: конкурси читців-декламаторів «Поетичні віражі», організованого методичним об'єднанням ЗВО м. Вінниці; участь в інтелектуальних онлайн-турнірах, організованих НБ Київського національного університету культури і мистецтв та ХДНБ ім. В. Г. Короленка («Молодь та мова – єдність через Слово»: до Дня української писемності та мови; «Українська вишиванка: обєріг, мистецтво, культурний код»: до Дня вишиванки; «ЄвроФормат: сила у різноманітті!», присвяченого Дню Європи) та ін..

Особливе місце в процесі комунікації займає виставкова діяльність. В читальній залі розгорнуто постійно діючу книжкову виставку «Ментальне здоров'я: як подбати про себе?», де презентовано літературу з психології та саморозвитку, яка допомагає знизити тривожність, змінити негативні думки, знайти сенс життя та знайти хобі, що приносить задоволення.

Для проведення масштабних заходів бібліотека використовує в якості майданчиків територію університету, долучається до загально міських урочистостей (День міста, День Європи, VinBookFest), організовує книжкові виставки («Вінниця – місто моє рідне», «Вінницький педагогічний плекає мудре, добре, вічне...»), проводить майстер-класи, презентує творчі доробки бібліотекарів.

В бібліотеці набули розповсюдження акції, мета яких – залучити до читання якомога більше людей: «Подаруй бібліотеці сучасну книгу»; «Від серця – до серця». Бібліотека долучається до благодійних акцій, активно співпрацює з волонтерськими організаціями університету та міста. Серед благодійних акцій – «Підтримаймо своїх»; «Допомогти так легко» – які передбачали збір коштів, смаколиків, художньої літератури для наших захисників. Благодійний проєкт «Заради дитинства» спрямований на підтримку дітей-сиріт обласного дитячого будинку «Гніздечко» тощо.

Збереження ментального здоров'я є втіленням інклюзивної політики у ВДПУ ім. М. Коцюбинського, де навчаються студенти з особливими потребами та які готують кваліфікованих фахівців для роботи у сфері інклюзії, спроможних ефективно виконувати свої професійні обов'язки в інклюзивному середовищі. Одним із пріоритетних напрямів роботи університету щодо інклюзивної освіти визначено: поліпшення навчально-освітнього та інформаційного забезпечення осіб з особливими освітніми потребами, впровадження відкритої освіти та відкритих освітніх ресурсів, сприяння інтеграції осіб з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі [4].

Таким чином, можемо зазначити, що турбота про ментальне здоров'я у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського – це турбота про людину, про освітян. І закономірно, турбота



про якість знань, які надають освітяни, про майбутнє, яке ми формуємо разом. В реалізації основних принципів ментального здоров'я формується ментальний простір для всіх учасників освітнього процесу. Заходи, які здійснюються в університеті, дозволяють покращити емоційний та психологічний стан усіх учасників освітнього процесу, подолати виклики й труднощі, позитивно впливають на моральний стан, підтримують ментальне здоров'я викладачів та студентів. Гіпотеза даного дослідження полягає у тому, що інтеграція ефективних стратегій щодо формування ментального простору учасників навчально-освітнього процесу, адаптованих до умов ризиків сьогодення, значно покращує якість освіти та забезпечує рівний доступ до навчання та наукової діяльності.

## Література

1. Бібліотеки на захисті ментального здоров'я громади : методичні рекомендації для бібліотечних фахівців / Комун. закл. культури «Донецька обласна бібліотека для дітей» ; уклад. Л. В. Козінченко. Б.м , 2024. 25 с.
2. Білоус В. С. Бібліотека – різновекторний навігатор у соціально-комунікаційному просторі закладу вищої освіти. *Наукова еволюція досліджень бібліо-інформаційної ноосфери* : Міжнародна науково-практична конференція, Одеса, 19–21 червня 2019 р. НБ ОНУ імені І. І. Мечникова. *Бібліотечний Меркурій*. 2019. Вип. 2 (22). С. 111–129.
3. Білоус В. С. Електронна бібліотека вищого навчального закладу як середовище швидкого доступу до інформації. *Електронні інформаційні ресурси: створення використання, доступ* : зб. матер. Республіканської наук.-практ. Інтернет-конф., м. Вінниця, 12–18 квітня 2010 р. Київ : Кондор, 2010. С. 29-39.
4. Білоус В. С., Бровчак Л. С., Старовойт Л. В. Інтеграція осіб з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі: досвід Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. *University Library at a New Stage of Social Communications Development. Тема 2024 «На шляху посилення справедливості, різноманітності, доступності, інклюзії* : IX-а Міжнародна конференція УДУНТ, Дніпро 3-4 жовтня 2024 р. Дніпро, 2024. URL: [https://confliib.ust.edu.ua/Conf\\_univ\\_Library\\_2024/paper/view/31436/18380](https://confliib.ust.edu.ua/Conf_univ_Library_2024/paper/view/31436/18380)
5. День ментального здоров'я: українці, ви як? URL: <https://moz.gov.ua/uk/den-mentalno-go-zdorov%CA%BCja-ukrainci-vi-jak>
6. Колесникова Т. Відкриті освітні ресурси та відкриті підручники в контексті укріплення потенціалу лідерства бібліотек ЗВО в доступності знань. *Вісник Книжкової палати*. 2023. №7. С. 3–15. DOI: 10.36273/2076-9555.2023.7(324).3-15.
7. Коломієць А. М., Жовнич О. В., Коломієць Д. І., Івашкевич Є. М. Актуалізація навичок педагога, що необхідні для організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2022. Вип. 65. С. 147-155
8. Коломієць А., Жовнич О., Литвин А., Тертична Т. Формування навичок емоційної стійкості учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних

ситуацій. *Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 76. С.79-85.

9. Коломієць Л. І., Шульга Г. Б. Специфіка переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери. *Габітус: науковий журнал з соціології та психології*. 2023. Вип. 46. С. 166-170.

10. Лазаренко Н.І., Білоус В.С. Безбар'єрні знання та інформаційно-бібліотечні ресурси – вимога сьогодення. *Бібліотеки, архіви, музеї в умовах війни: XXVII Всеукраїнська онлайн науково-практична конференція «Короленківські читання»*, 24-25 жовтня 2024 р. / ХДНБ ім. В. Г. Короленка. Харків, 2024.

11. Психоемоційний стан викладачів і студентів: як себе почувають учасники освітнього процесу в ЗВО?. URL: <https://mon.gov.ua/news/psykhoemotsiyniyi-stan-vykladachiv-i-studentiv-iak-sebe-pochuvaiut-uchasnyky-osvitnoho-protsesu-v-zvo>.

12. Освіторія. 87% українських учителів потребують більше часу на відновлення: результати опитування. URL: <https://osvitoria.media/experience/87-ukrayinskyh-uchyteliv-potrebuyut-bilshe-chasu-na-vidnovlennya-rezultaty-opytuvannya/13>.

Шахов В., Шахов В., Машенко А. Соціальні мережі як чинник ризику для ментального здоров'я у ранньому дорослому віці. *Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*. 2025. Вип. 82. С. 101–107.

14. Bilous V. S., Brovchak L. S. The role of the library in the formation of inclusive competence of future teachers: relevance, directions, experience. *University Library at a New Stage of Social Communications Development : Conference Proceedings*. 2020. №5. P. 77–85. DOI: 10.15802/unilib/2020\_220655.

## **FORMING A SUPPORTIVE ENVIRONMENT FOR MENTAL HEALTH AT THE M. KOTSIUBYNSKY VDPU: CHALLENGES AND OPPORTUNITIES**

**Valentyna Bilous**

Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University  
Director of the Library

**Liudmyla Brovchak**

Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University  
Vice-Rector for Scientific and Pedagogical Work  
and Social Issues  
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor