

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБІНСЬКОГО

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ТЕРТИЧНА ТАЇСІЯ ДМИТРІВНА

УДК 378.015.31:[159.942:316.7]:614(043.5)

ДИСЕРТАЦІЯ
ТЕХНОЛОГІЇ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ
МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ
В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

011 Освітні, педагогічні науки

01 Освіта/Педагогіка

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ Т. Д. Тертична

Науковий керівник: Коломієць Алла Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор

Вінниця – 2025

АНОТАЦІЯ

Тертична Т. Д. **Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 011 Освітні, педагогічні науки. – Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Вінниця, 2025.

На основі аналізу світового й вітчизняного досвіду, враховуючи екстремальні українські реалії, в дисертації доведено необхідність виховання в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури, яка виступає одним із найважливіших чинників їх успішної професійної діяльності та сприяє більш ефективному здійсненню освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру (техногенного, природного, соціального, воєнного). Автором визначено освітні технології, які в умовах надзвичайних ситуацій є дієвим інструментом у вихованні зазначеної якості.

У першому розділі дисертації – «Теоретичні засади проблеми виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» – здійснено дефінітивний аналіз ключових понять дослідження: «емоційна культура», «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій», «емоційний інтелект учителя». Охарактеризовано види й основні характеристики надзвичайних ситуацій, що найбільш поширені наразі на території України, та визначено їх вплив на емоційний стан учасників освітнього процесу й функціонування системи освіти загалом. Запропоновано авторське визначення емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій: це інтегративна якість, яка має складну структуру, поєднуючи в собі: розвинену емоційну сферу педагога; ціннісне ставлення до емоційних проявів (власних і учнів); когнітивний комплекс, що включає знання вчителя про емоційні аспекти педагогічного процесу, особливості емоційного розвитку

школяра, способи поведінки в складних ситуаціях; діяльнісно-практичний комплекс, що включає здатність учителя здійснювати регуляцію і саморегуляцію емоцій, вміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, оптимально насичувати емоціями педагогічний процес, концентрувати ресурси, що мобілізують інтелектуальні, емоційні й вольові зусилля на подолання труднощів у досягненні поставленої мети в умовах надзвичайних ситуацій.

На основі аналізу наукової літератури в структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено емоційно-психологічний, професійно-педагогічний і соціально-культурологічний компоненти; для з'ясування рівня її сформованості визначено мотиваційно-ціннісний, пізнавально-когнітивний, рефлексивно-діяльнісний критерії та їх показники, а також дано якісні характеристики кожного з рівнів. Зроблено висновок, що визначені компоненти, критерії та показники сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів дозволяють виявити рівень здатності здобувачів вищої освіти педагогічних університетів здійснювати ефективну професійну діяльність в умовах надзвичайних ситуацій, забезпечувати психоемоційну й безпекову спрямованість освітнього процесу.

У другому розділі дисертації – «Реалізація педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» – представлено структурно-функціональну модель виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС засобами освітніх технологій, що складається з трьох блоків (цільового, методологічно-змістового, оцінювально-результативного) та включає всі ключові компоненти виховної системи: мету, завдання, методологічні підходи, етапи, педагогічні умови, форми, технології, компоненти, критерії та рівні сформованості емоційної культури.

Необхідність організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру спричинила потребу в пошуку та впровадженні ефективних, найбільш відповідних екстремальним українським реаліям,

освітніх технологій, а також у визначенні та реалізації в закладах вищої освіти спеціальних педагогічних умов виховання емоційної культури в майбутніх учителів початкових класів.

Педагогічна умова 1: Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти. Розкрито зміст психодіагностичного, консультативного, корекційно-розвиткового, просвітницького, профілактичного напрямів діяльності практичних психологів ЗВО, визначено основні способи їхньої реалізації. Доведено, що забезпеченню в ЗВО психологічно комфортного середовища, в умовах якого створюються можливості для розвитку емоційно-психологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів, сприяє імплементація в освітній процес дієвих технологій, таких як: психолого-педагогічні тренінги; рефлексивні технології; коучинг і менторинг; ігрові технології, кейс-технології тощо.

Педагогічна умова 2: Розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. З метою розвитку професійно-педагогічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів модернізовано зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» та «Психологія індивідуальності». Важливого доповнення набула просвітницька робота – донесення й роз'яснення необхідної інформації про НС різного характеру, про особливості емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах НС, специфіку реагування на стрес і способи допомоги у проживанні НС тощо. Впровадження в освітній процес ЗВО технології соціально-емоційного та етичного навчання дозволило поглибити емоційні та професійні компетентності майбутніх учителів початкових класів, підвищити рівень їх емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій.

Педагогічна умова 3: Залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях. Доведено, що систематична участь майбутніх учителів початкових класів у заходах різного спрямування, розробка й проведення ними низки соціально-гуманітарних, профілактичних, розвивальних заходів сприяють підвищенню рівня власної емоційної культури, формуванню емоційної готовності до виконання професійних функцій в умовах НС, усвідомленню необхідності розвитку емоційної культури майбутніх вихованців. Упровадження в освітній процес ЗВО кейс-технології, технології волонтерської діяльності, технології «рівний – рівному» стало ефективним інструментом розвитку соціально-культурологічного компонента емоційної культури майбутніх учителів у складних умовах сучасності.

Продемонстровано, що освітній процес має бути ретельно підготовленим і враховувати потенційні ризики й небезпеки, що виникають в умовах надзвичайних ситуацій. Автором визначено, що основним завданням учителя в умовах НС є забезпечення фізичного й емоційного благополуччя учасників освітнього процесу.

У третьому розділі дисертації – «Експериментальна перевірка ефективності педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» – описано етапи та результати проведення експерименту.

Проведений педагогічний експеримент дозволив підтвердити гіпотезу про те, що обґрунтовані педагогічні умови й запропоновані технології посприяли позитивній динаміці в рівнях сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Якісні зміни констатовано також у рівнях сформованості всіх компонентів, відповідних їм критеріїв і показників емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Більшою мірою позитивна динаміка виявлена в учасників ЕГ у рівнях

сформованості мотиваційно-ціннісного й рефлексивно-діяльного критеріїв, а також емоційно-психологічного та професійно-педагогічного компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. В учасників КГ, в порівнянні з ЕГ, досягнуті зміни виявилися незначущими.

Математично-статистична обробка одержаних даних дозволила підтвердити експериментальну гіпотезу про те, що виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС буде ефективним за умови впровадження обґрунтованих педагогічних умов і запропонованих технологій в освітній процес ЗВО.

Новизна дослідження полягає в тому, що:

– *вперше*, на основі аналізу наукової літератури й досвіду країн, яким довелось організувати освітній процес в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру, визначено компоненти емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, критерії, показники та рівні її сформованості; обґрунтовано та перевірено на ефективність педагогічні умови (забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти; розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій; залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях) і технології (психолого-педагогічний тренінг, технологія соціально-емоційного та етичного навчання, кейс-технології, технологія волонтерської діяльності, технологія «рівний – рівному», рефлексивні технології, коучинг і менторинг, ігрові технології тощо) виховання в майбутніх педагогів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій;

– *уточнено*: зміст понять «емоційна культура», «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій», «емоційний інтелект учителя»; види й характеристики НС, що найбільш поширені на території України й можуть впливати на освітній процес; правила емоційної взаємодії учасників освітнього процесу в умовах НС;

– *подальшого розвитку набули* освітні технології виховання емоційної культури майбутніх педагогів в умовах НС.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що оновлено зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» та «Психологія індивідуальності» з урахуванням НС різного характеру; розширено зміст просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій, зокрема спричинених війною; розроблено матеріали для семінарів, вебінарів, просвітницьких зустрічей і психолого-педагогічних тренінгів щодо формування в учасників освітнього процесу емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій, що можуть бути корисними під час професійної підготовки педагогів.

Розроблений автором методичний посібник «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій» містить ігри, вправи й техніки для допомоги/самодопомоги в стані стресу, зняття емоційного напруження та стабілізації емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій і методичні рекомендації до їх проведення. Матеріали посібника будуть корисними для викладачів і здобувачів вищої освіти педагогічних ЗВО, вчителів початкових класів.

Ключові слова: вчителі початкових класів, емоційна культура, емоційний інтелект, інноваційні технології, майбутні учителі, надзвичайні ситуації, освітній процес в умовах НС, професійна підготовка, психоемоційний стан, психологічна підтримка, учасники освітнього процесу.

ABSTRACT

Tertichyna T. D. **Technologies for the education of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations.** – Qualifying scientific work on manuscript rights.

Dissertation for obtaining the scientific degree of Doctor of Philosophy (PhD) on the specialty 011 Educational, pedagogical sciences. – Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, Vinnytsia, 2025.

Based on the analysis of world and domestic experience, taking into account extreme Ukrainian realities, the thesis proves the need to educate future primary school teachers in emotional culture, which is one of the most important factors in their successful professional activity and contributes to a more effective implementation of the educational process in emergency situations of various nature (technogenic, natural, social, military). The author identifies educational technologies that are an effective tool in the education of this quality in emergency situations.

In the first section of the dissertation – «Theoretical principles of the problem of educating the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations» – a definitive analysis of the key concepts of the study is carried out: «emotional culture», «emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations», «emotional intelligence of the teacher». The types and main characteristics of emergencies that are currently most common in Ukraine are characterized, and their impact on the emotional state of participants in the educational process and the functioning of the education system as a whole is determined. The author's definition of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations is proposed: it is a holistic integrative quality that has a complex structure, combining: a developed emotional sphere of the teacher; a value attitude towards emotional manifestations (one's own and those of students); a cognitive complex that includes the teacher's knowledge of the emotional aspects of the pedagogical process, the features of the emotional development of the student, ways of behaving in difficult situations; an activity-practical complex that includes the teacher's ability to optimally regulate and self-regulate emotions, the ability to

establish emotional contact with children, optimally saturate the pedagogical process with emotions, and concentrate resources that mobilize intellectual, emotional and volitional efforts to overcome difficulties in achieving the set goal in emergency situations.

Based on the analysis of scientific literature, the structure of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations has identified emotional-psychological, professional-pedagogical and socio-cultural components; to clarify the level of its formation, motivational-value, cognitive-cognitive, reflective-activity criteria and their indicators have been identified, and a characteristic of each of the levels has been given. It has been concluded that the identified components, criteria and indicators of the formation of the emotional culture of a future primary school teacher allow us to identify the level of ability of higher education students of pedagogical universities to carry out effective professional activities in emergency situations, to ensure the psycho-emotional and safety orientation of the educational process.

The second section of the dissertation – «Implementation of pedagogical conditions and technologies for the education of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations» – presents a structural and functional model of the education of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations using educational technologies, which consists of three blocks (targeted, methodological-content, evaluation-resultative) and includes all key components of the educational system: goal, objectives, methodological approaches, stages, pedagogical conditions, forms, technologies, components, criteria and levels of formation of emotional culture.

The need to organize the educational process in emergency situations of various nature has led to the need to search for and implement effective, most appropriate to extreme Ukrainian realities, educational technologies, as well as to define and implement in higher education institutions special pedagogical conditions for the education of emotional culture in future primary school teachers.

Pedagogical condition 1: Ensuring psychological comfort and creating a favorable emotional climate in the educational environment by activating the activities of the socio-psychological service of a higher education institution. The content of the psychodiagnostic, consultative, correctional and developmental, educational, and preventive areas of activity of practical psychologists of higher education institutions is disclosed, and the main methods of their implementation are determined. It is proven that the implementation of effective technologies in the educational process, such as: psychological and pedagogical trainings; reflective technologies; coaching and mentoring; game technologies, case technologies, etc., contributes to the provision of a psychologically comfortable environment in higher education institutions, in which opportunities are created for the development of the emotional and psychological component of the emotional culture of a future primary school teacher.

Pedagogical condition 2: Expanding the content of academic disciplines and educational activities with knowledge about emotional culture and its role in relations with participants in the educational process in emergency situations. In order to develop the professional and pedagogical component of the emotional culture of a future primary school teacher, the content of the academic disciplines «General Psychology» and «Psychology of Individuality» has been modernized. An important addition has been made to educational work - reporting and explaining the necessary information about emergencies of various kinds, about the peculiarities of the emotional state of participants in the educational process in conditions of emergencies, the specifics of responding to stress and ways of helping in experiencing emergencies, etc. The introduction of socio-emotional and ethical learning technologies into the educational process of higher education institutions has allowed to deepen the emotional and professional competencies of future primary school teachers, to increase the level of their emotional culture in conditions of emergencies.

Pedagogical condition 3: Involving future teachers in practical, educational and volunteer work in order to cultivate emotional culture in today's difficult

conditions and to form, using appropriate educational technologies, practical skills and abilities to understand and show emotions in crisis situations. It has been proven that the systematic participation of future primary school teachers in activities of various directions, the development and implementation of a number of socio-humanitarian, preventive, developmental activities by them contribute to increasing the level of their own emotional culture, the formation of emotional readiness to perform professional functions in emergency situations, and the awareness of the need to develop the emotional culture of future students. The introduction of case technology, volunteering technology, and «peer-to-peer» technology into the educational process of higher education institutions has become an effective tool for developing the socio-cultural component of the emotional culture of future teachers in the difficult conditions of today.

It is demonstrated that the educational process must be carefully prepared and take into account potential risks and dangers that arise in emergency situations. The author determined that the main task of a teacher in emergency situations is to ensure the physical and emotional well-being of participants in the educational process.

The third section of the dissertation – «Experimental verification of the effectiveness of pedagogical conditions and technologies for educating the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations» – describes the stages and results of the experiment.

The conducted pedagogical experiment allowed us to confirm the hypothesis that justified pedagogical conditions and proposed technologies contributed to positive dynamics in the levels of formation of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations. Qualitative changes were also noted in the levels of formation of all components, their corresponding criteria and indicators of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations. To a greater extent, positive dynamics were found in the participants of the EG in the levels of formation of motivational-value and reflective-active criteria, as well as emotional-psychological and professional-pedagogical components of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency conditions. In the

participants of the CG, compared to the EG, the achieved changes were not significant.

Mathematical and statistical processing of the obtained data allowed us to confirm the experimental hypothesis that the education of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency conditions will be effective provided that reasonable pedagogical conditions and proposed technologies are introduced into the educational process of higher education institutions.

The novelty of the study is that:

– *for the first time*, based on the analysis of scientific literature and the experience of countries that had to organize the educational process in emergency situations of various nature, the components of the emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations, criteria, indicators and levels of its formation were determined; pedagogical conditions (ensuring psychological comfort and creating a favorable emotional climate in the educational environment by activating the activities of the socio-psychological service of the higher education institution; expanding the content of academic disciplines and educational activities with knowledge about emotional culture and its role in relations with participants in the educational process in emergency situations; involving future teachers in practical, educational and volunteer work in order to cultivate emotional culture in today's difficult conditions and to form, using appropriate educational technologies, practical skills and abilities to understand and express emotions in crisis situations) and technologies (psychological and pedagogical training, technology of socio-emotional and ethical learning, case technologies, technology of volunteer activity, technology of «peer-to-peer», reflective technologies, coaching and mentoring, game technologies, etc.) of educating future teachers of emotional culture in emergency situations have been substantiated and tested for effectiveness;

– *clarified*: the content of the concepts of «emotional culture», «emotional culture of a future primary school teacher in emergency situations», «emotional intelligence of a teacher»; types and characteristics of emergencies that are most

common in Ukraine and can affect the educational process; rules of emotional interaction of participants in the educational process in emergency situations;

– educational technologies for educating the emotional culture of future teachers in emergency situations *have been further developed*.

The practical significance of the study is that the content of the academic disciplines «General Psychology» and «Psychology of Individuality» has been updated, taking into account emergencies of various nature; the content of educational activities has been expanded with knowledge about emotional culture and its role in relations with participants in the educational process in emergency situations, in particular those caused by war; materials have been developed for seminars, webinars, educational meetings and psychological and pedagogical trainings on the formation of emotional culture in emergency situations among participants in the educational process, which can be useful during the professional training of teachers. The methodical manual «Preparation of a future primary school teacher to provide emotional support to participants in the educational process in emergency situations» developed by the author contains games, exercises and techniques for assistance/self-help in a state of stress, relief of emotional tension and stabilization of the emotional state of participants in the educational process in emergency situations and methodological recommendations for their implementation. The materials of the manual will be useful for teachers and students of higher education of pedagogical higher educational institutions, primary school teachers.

Keywords: primary school teachers, emotional culture, emotional intelligence, innovative technologies, future teachers, emergencies, educational process in emergency conditions, professional training, psycho-emotional state, psychological support, participants of the educational process.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Основні результати дослідження відображено в публікаціях:

1. **Тертична Т. Д.**, Бровчак Л. С., Громов Є. В., Бабчук Ю. М. Освіта як засіб покращення емоційного стану внутрішньо переміщених українських дітей в умовах війни. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2023. № 69. С. 91–99. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2023-69-91-99>

2. **Тертична Т. Д.**, Коломієць А. М., Литвин А. В. Емоційна культура вчителя: дефінітивний аналіз і феноменологія явища в контексті надзвичайних ситуацій. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2024. № 71. С. 54–67. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2024-71-54-66>

3. Коломієць А., Жовнич О., Литвин А., **Тертична Т.** Формування навичок емоційної стійкості учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 76. С. 79–85. URL: <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2023-76-79-85>

4. **Тертична Т.** Структура емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2024. Вип. 78. С. 33–41. URL: <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2024-78-33-41>

5. **Тертична Т. Д.** Педагогічні умови й освітні технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій. *Вісник науки та освіти*. 2024. № 7(25). С. 1085–1092. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-7\(25\)-1085-1092](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-7(25)-1085-1092)

Статті у міжнародних наукових періодичних виданнях:

6. Kolomiets A. M., Gromov I. V., Brovchak L. S., Babchuk Y. M., **Tertychna T. D.** Approbation of Emergency Education Strategies for Internally

Displaced Ukrainian Children under the Martial Law Conditions. *The New Educational Review*. 2023. Vol. 72. P. 49–65. (Scopus) URL: <https://czasopisma.marszalek.com.pl/en/10-15804/tner/1268-tner2023/1294-tner72/11179-tner2023204>

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:

7. Коломієць А. М., **Тертична Т. Д.** Емоційна культура у професійній діяльності вчителя під час воєнного стану. *Сучасна наука та освіта: стан, проблеми, перспективи* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (м. Полтава, 20-21 березня 2023 р.). Полтава : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2023. С. 75–78.

8. Коломієць Д., Івашкевич Є., **Тертична Т.** Розвиток емоційної культури педагогів під час воєнного стану. *Виклики сучасної освіти, зумовлені екстремальними умовами функціонування* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (м. Берегове, 30–31 березня 2023 р.). Берегове : ЗУІ ім. Ф. Ракоці ІІ, 2023. С. 413–417.

9. **Тертична Т. Д.** Актуальність виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах воєнного стану в Україні. *Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх професійно-педагогічних фахівців* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції (м. Кривий Ріг, Криворізький державний педагогічний університет, 21 квітня 2023 р.). Кривий Ріг : КДПУ, 2023. С. 189–192.

10. Коломієць Т. Д., **Тертична Т. Д.**, Івашкевич Є. М. Емоційна культура майбутнього вчителя в умовах дистанційного навчання. *Стратегії наукового пошуку в соціальній роботі, соціальній педагогіці та соціальній освіті: поліфункціональність ідей [Електронне видання]* : збірник тез доповідей І Всеукраїнської науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти та молодих учених (м. Тернопіль, 4-5 травня 2023 р.). Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2023. С. 245–249.

11. Засєкін А., **Тертична Т.** Роль психологічної освіти у формуванні емоційної стійкості педагога в умовах викликів сучасності. *Стійкість освіти і*

науки в умовах трансформації : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції до 30-річчя створення Закладу вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая» (м. Київ, 23-24 травня 2023 р.). Київ : ЗВО «МНТУ», 2023. С. 58–61.

12. **Тертична Т. Д.** Відповідальність учителя за емоційний стан учнів початкової школи в умовах надзвичайних ситуацій. *Соціальна відповідальність людства в контексті аксіологічних трансформацій* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, Комунальний заклад вищої освіти «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради», 20 вересня 2023 р.). Одеса : ОАНО, 2023. С. 73–75.

13. **Тертична Т.** Формування резильєнтності майбутнього вчителя в умовах воєнного стану. *Наукова молодь–2023* : матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених (м. Київ, 21 листопада 2023 р.). / упоряд.: А. Яцишин. К.: ЦП «КОМПРИНТ», 2023. С. 274–278.

14. **Тертична Т. Д.** Вплив надзвичайних ситуацій на емоційний стан учасників освітнього процесу. *Наукові підсумки 2023 року* : збірка наукових праць XII Наукової конференції (м. Харків, 20 грудня 2023 р.). Харків : Технологічний центр, 2023. С. 74.

15. **Тертична Т. Д., Коломієць А. М., Бровчак Л. С.** Волонтерство як форма виховання емоційної культури майбутнього вчителя (практичний досвід). *Духовні витoki Поділля: волонтери в історії краю* : збірник матеріалів XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 22 березня 2024 р.). Хмельницький : Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія, 2024. С. 88–95.

16. **Тертична Т.** Емоційна саморегуляція майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій. *Актуальні проблеми професійної педагогіки та освіти: досвід, новації, перспективи* : збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 25 квітня 2024 р.). Львів : Національний університет «Львівська політехніка», 2024. С. 604–605.

17. **Тертична Т., Коломієць А.** Життєстійкість як структурна складова емоційної культури майбутнього вчителя в екстремальних умовах сучасності. *Особистість в екстремальних умовах* : матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Львів, 24 травня 2024 р.). Львів : Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, 2024. С. 53–57.

Праці, які додатково відображають наукові результати дослідження:

18. **Тертична Т. Д.** Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій : методичний посібник. Вінниця : ТОВ «Фірма «Планер», 2024. 56 с.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	20
ВСТУП.....	21
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	31
1.1 Емоційна культура вчителя: дефінітивний аналіз і феноменологія явища в контексті викликів сучасності.....	31
1.2 Надзвичайні ситуації та їх вплив на емоційний стан учасників освітнього процесу.....	50
1.3 Структура емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій; критерії, показники та рівні її сформованості.....	73
Висновки до першого розділу.....	95
РОЗДІЛ 2. РЕАЛІЗАЦІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ І ТЕХНОЛОГІЙ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	97
2.1 Обґрунтування педагогічних умов і освітніх технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах викликів сучасності.....	97
2.2 Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти.....	117
2.3 Розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу.....	139

2.4 Залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення.....	164
Висновки до другого розділу.....	182
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ І ТЕХНОЛОГІЙ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	184
3.1 Організація та етапи проведення педагогічного експерименту.....	184
3.2 Результати експериментального впровадження педагогічних умов і технологій.....	203
Висновки до третього розділу.....	214
ВИСНОВКИ.....	216
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	221
ДОДАТКИ.....	251

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ВПО – внутрішньо переміщені особи;

ДСНС – Державна служба з надзвичайних ситуацій;

ЗВО – заклад вищої освіти;

МОН України – Міністерство освіти і науки України;

НС – надзвичайна ситуація;

ООН – Організація Об'єднаних Націй;

ПЗПСП – психічне здоров'я та психосоціальна підтримка;

СЕЕН – соціально-емоційне та етичне навчання;

ЦЗ – цивільний захист;

ЮНІСЕФ (англ. United Nations Children's Fund, UNICEF) – спеціалізована структура ООН, яка є світовим лідером із захисту прав та інтересів дітей.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Докорінні інтеграційні зміни національної системи освіти потребують оновлення вимог до особистісно-професійних якостей педагогів, які покликані забезпечувати морально-духовне та психоемоційне здоров'я учнів, розпізнавати й попереджати деструктивні емоційні стани учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій (НС), таких як пандемії, природні катаклізми, соціальні заворушення, бойові дії, що стали реальністю сучасного світу. Україна вже кілька років перебуває в умовах правового режиму воєнного стану. В умовах глобальних викликів, спричинених надзвичайними ситуаціями, набувають актуальності впровадження й реалізація таких нормативно-правових документів: Постанова КМ України від 26.06.2013 р. № 444 «Про затвердження порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях», Наказ МОН України від 21.11.2016 р. № 1400 «Про затвердження Положення про функціональну підсистему навчання дітей дошкільного віку, учнів та студентів діям у надзвичайних ситуаціях (з питань безпеки життєдіяльності) єдиної державної системи цивільного захисту», лист МОН України від 22.04.2022 р. № 1/4408-22 «Рекомендації щодо проведення бесід зі здобувачами фахової передвищої, вищої освіти з питань уникнення враження мінами і вибухонебезпечними предметами та поведінки у надзвичайній ситуації», лист МОН України від 12.01.2024 р. № 1/548-24 «Про затвердження Організаційно-методичних вказівок з підготовки населення до дій у надзвичайних ситуаціях на 2024-2025 роки» тощо. Особливої гостроти набуло питання формування в закладах освіти безпечного та психологічно комфортного середовища, створити яке покликані вчителі, зокрема й вчителі початкових класів.

Професійна діяльність учителя початкової школи вирізняється з-поміж інших педагогічних професій особливою значущістю періоду молодшого шкільного віку для всього подальшого розвитку та становлення учня, формування його життєвих цінностей і світогляду. З одного боку, перший

учитель є керівником і організатором основоположного етапу шкільного життя дитини, з іншого – він є носієм зразкової моделі поведінки для наслідування учнями, які виявляють високу емоційність, уразливість, чутливість.

В умовах значного емоційного й навчального навантаження, перенасиченості робочого часу, недостатності матеріальних ресурсів, високої відповідальності за результати професійної діяльності, життя та здоров'я здобувачів освіти у складних умовах сучасності, необхідності прояву особливої уваги до кожного учня, вчитель повинен уміти регулювати власний емоційний стан. Він має забезпечувати оптимальну емоційність педагогічного процесу, дбати про загальний позитивний настрій класу, запобігати негативним переживанням молодших школярів, вміти правильно й адекватно реагувати на складні й непередбачувані обставини сучасного світу.

Важливим і актуальним завданням учителя є підготовка здобувачів освіти до життя й навчання в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру (воєнного, техногенного, природного, соціального). З огляду на затяжний характер деяких НС (пандемії, соціальні заворушення, техногенні аварії та руйнування, зумовлені воєнними діями тощо), що наразі поширені на території України, учителі мають навчити учасників освітнього процесу, як діяти в тих чи інших надзвичайних ситуаціях; сформувати готовність до адекватного реагування на них, розуміння потенційних і реальних загроз життю та здоров'ю.

Отже, актуалізується потреба в учителях, які вміють відчувати внутрішній світ дитини, виявляти емоційну виразність і забезпечувати емоційно-комфортне середовище початкової школи в складних умовах сьогодення. Тому в процесі професійної підготовки особливого значення набуває проблема виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів, яка передбачає адекватне вираження власних емоцій і відповідне реагування на емоції інших учасників педагогічного процесу в умовах надзвичайних ситуацій. Тобто емоційна культура нині стала обов'язковим компонентом професійної культури вчителя.

Теоретичні й методичні засади формування загальнолюдської та професійно-педагогічної культури вчителя ґрунтовно висвітлено в наукових дослідженнях О. Акімової, А. Алексюка, І. Беха, С. Вітвицької, С. Гончаренка, В. Гриньової, І. Зязюна, В. Каплінського, І. Пальшкової, О. Федій, Л. Хомич, О. Цюняк, О. Шевнюк та ін.

Окремі аспекти формування емоційного компонента готовності до професійної діяльності фахівців різних галузей з'ясовано такими науковцями як І. Анненкова, Н. Бахмат, В. Галузьяк, О. Лобач, С. Максименко, О. Паламарчук, О. Чебикін, Г. Шульга та ін.

В останні десятиріччя увагу вчених все більше привертає проблема емоційної культури особистості (М. Бикова, Н. Казьмірчук, І. Карпенко, А. Коломієць, Л. Кондрашова, І. Сілютіна, Т. Стас, Т. Сущенко та ін.). Проте лише незначна кількість робіт присвячена проблемі виховання емоційної культури вчителя. Так, питання формування емоційно-вольової культури майбутніх учителів початкових класів у процесі психолого-педагогічної підготовки розкрито в дисертаційному дослідженні Т. Роман; формування емоційної культури майбутніх учителів музики досліджувала І. Могилей; проблема формування емоційності педагогічної діяльності майбутніх учителів стала об'єктом наукових пошуків Л. Страхової.

Аналіз психологічної й педагогічної літератури засвідчив, що сучасні реалії змусили науковців і практиків звернути підвищену увагу на організацію безпечного освітнього процесу в надзвичайних ситуаціях. Тематика формування психологічно комфортного й безпечного освітнього середовища в умовах НС усе частіше присутня на науково-практичних конференціях, що проводяться під егідою МОН України та ДСНС України. Однак питання виховання емоційної культури як професійно значущої якості особистості вчителя в умовах надзвичайних ситуацій досі не вивчалось. У наукових доробках учених здійснено визначення змісту і складників емоційної культури вчителя, проте недостатньо з'ясовано особливості формування цієї якості в майбутніх учителів початкових класів із позицій сучасних освітніх концепцій,

не вивчалися технології розвитку цього феномену під час професійної підготовки фахівців у складних умовах сьогодення.

Оскільки безпека освітнього процесу й формування емоційно комфортного освітнього середовища значною мірою залежать від учителя, саме педагогічні заклади вищої освіти мають реалізовувати спеціальні педагогічні умови для формування емоційної культури майбутніх учителів, що стане запорукою їх професійної поведінки в екстремальних умовах. Проте в Україні проблема виховання емоційної культури педагога в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру ще не стала предметом глибокого науково-педагогічного дослідження.

Тому наразі в системі освіти спостерігаємо суперечності між:

- зростанням в Україні кількості НС різного характеру й невмінням учасників освітнього процесу адекватно на них реагувати;

- необхідністю організовувати освітній процес в умовах НС і відсутністю в його учасників системи знань про специфіку освітньої діяльності в таких умовах;

- між потребою виховання в учасників освітнього процесу емоційної культури в умовах НС та нерозробленістю науково-методичного інструментарію організації відповідної виховної роботи.

Актуальність визначених проблем та об'єктивна потреба в розробленні теоретичних і практичних основ виховання емоційної культури педагогів в умовах НС зумовили вибір теми дослідження: «Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження було виконане в межах науково-дослідної теми кафедри педагогіки і освітнього менеджменту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського «Теоретико-методичні засади формування загальнопедагогічної компетентності сучасного вчителя в контексті становлення європейського простору вищої освіти» (№ 0115U002571)

та «Розвиток професійно важливих якостей майбутніх педагогів» (№ 0123Г101566) з урахуванням основних положень міжнародної програми соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН), Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», Національного стандарту України ДСТУ 5058:2008 Безпека у надзвичайних ситуаціях. Навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях.

Об'єкт дослідження – процес емоційного розвитку майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Предмет дослідження – педагогічні умови і технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів у складних умовах сьогодення.

Мета дослідження – визначити, теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність реалізації педагогічних умов і технологій, що сприяють вихованню емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Гіпотеза дослідження базувалась на припущенні, що ефективність виховання в майбутнього вчителя початкових класів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій може бути забезпечено дотриманням таких педагогічних умов:

- забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти;

- розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій;

- залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях.

Для досягнення мети дослідження та підтвердження гіпотези необхідно було виконати такі **завдання**:

1. На основі аналізу педагогічної та психологічної літератури з'ясувати сутність і зміст емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

2. Визначити структурні компоненти емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій; критерії, показники та рівні її сформованості.

3. Обґрунтувати й реалізувати на практиці педагогічні умови виховання емоційної культури майбутніх педагогів початкової школи в складних реаліях сучасності.

4. Визначити найбільш доцільні технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій і перевірити їх ефективність у процесі реалізації запропонованих педагогічних умов.

5. Розробити методичні матеріали щодо виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Для виконання поставлених завдань і досягнення мети було застосовано такі **методи дослідження**:

- *теоретичні* – аналіз світового й вітчизняного досвіду та нормативних документів МОН України, ДСНС України щодо організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій; порівняння, класифікація й узагальнення для визначення видів НС, найбільш поширених на території України, і їх можливих загроз емоційному стану учасників освітнього процесу; аналіз і синтез для визначення компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, критеріїв, показників і рівнів її сформованості;

- *емпіричні* – анкетування, тестування, бесіди для з'ясування рівнів сформованості емоційної культури в майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій; педагогічний експеримент для реалізації

запропонованих педагогічних умов і впровадження технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій;

- *статистичні* – кваліметрія, методи математично-статистичної обробки даних для визначення ефективності експериментальної методики та підтвердження достовірності одержаних результатів.

Експериментальною базою здійсненого дослідження були: Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія, Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького.

Новизна дослідження полягає в тому, що:

– *вперше*, на основі аналізу наукової літератури й досвіду країн, яким довелось організувати освітній процес в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру, визначено компоненти емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, критерії, показники та рівні її сформованості; обґрунтовано та перевірено на ефективність педагогічні умови (забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти; розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій; залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях) і технології (психолого-педагогічний тренінг, технологія соціально-емоційного та етичного навчання, кейс-технології, технологія волонтерської діяльності, технологія «рівний – рівному», рефлексивні

технології, коучинг і менторинг, ігрові технології тощо) виховання в майбутніх педагогів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій;

– *уточнено*: зміст понять «емоційна культура», «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій», «емоційний інтелект учителя»; види й характеристики НС, що найбільш поширені на території України й можуть впливати на освітній процес; правила емоційної взаємодії учасників освітнього процесу в умовах НС;

– *подальшого розвитку набули* освітні технології виховання емоційної культури майбутніх педагогів в умовах НС.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що оновлено зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» та «Психологія індивідуальності» з урахуванням НС різного характеру; розширено зміст просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій, зокрема спричинених війною; розроблено матеріали для семінарів, вебінарів, просвітницьких зустрічей і психолого-педагогічних тренінгів щодо формування в учасників освітнього процесу емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій, що можуть бути корисними під час професійної підготовки педагогів.

Розроблений автором методичний посібник «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій» містить ігри, вправи й техніки для допомоги/самодопомоги в стані стресу, зняття емоційного напруження та стабілізації емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій і методичні рекомендації до їх проведення. Матеріали посібника будуть корисними для викладачів і здобувачів вищої освіти педагогічних ЗВО, вчителів початкових класів.

Результати дослідження **впроваджено** в освітній процес Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (довідка № 06/34 від 02.10.2024 р.), Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (довідка № 01-12/609 від

30.09.2024 р.), Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії (довідка № 479 від 27.09.2024 р.), Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького (довідка № 229/04 від 03.10.2024 р.).

Особистий внесок здобувача в працях, написаних у співавторстві, полягає у визначенні освіти як засобу поліпшення емоційного стану учнів в умовах війни [267; 358]; у здійсненні аналізу світової й вітчизняної літератури щодо проблеми виховання емоційної культури педагога в умовах надзвичайних ситуацій [133; 135; 139; 273]; у визначенні системи навичок, що необхідні вчителям для організації освітнього процесу в умовах НС [130; 272]; у плануванні засобів виховання емоційної культури вчителя в умовах НС [271]; у розробці практичних матеріалів для виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах НС [98]. Результати досліджень співавторів у дисертації не використовувались.

Апробацію результатів дослідження здійснено на конференціях різних рівнів:

- *міжнародних* – «Сучасна наука та освіта: стан, проблеми, перспективи» (Полтава, 2023), «Виклики сучасної освіти, зумовлені екстремальними умовами функціонування» (Берегове, 2023), «Стійкість освіти і науки в умовах трансформації» (Київ, 2023), «Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми» (Вінниця, 2023), «Актуальні проблеми професійної педагогіки та освіти: досвід, новації, перспективи» (Львів, 2024);

- *всеукраїнських* – «Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх професійно-педагогічних фахівців» (Кривий Ріг, 2023), «Стратегії наукового пошуку в соціальній роботі, соціальній педагогіці та соціальній освіті: поліфункціональність ідей» (Тернопіль, 2023), «Соціальна відповідальність людства в контексті аксіологічних трансформацій» (Одеса, 2023), «Наукова молодь–2023» (Київ, 2023), «Наукові підсумки 2023 року» (Харків, 2023), «Духовні витоки Поділля: волонтери в історії краю» (Хмельницький, 2024), «Особистість в екстремальних умовах» (Львів, 2024).

Взято участь у Всеукраїнському круглому столі «Роль психологічної служби ЗВО у збереженні психологічної стійкості й розвитку особистісного потенціалу учасників освітнього процесу вищої школи України в реаліях війни та повоєнний період» (2023 р.) та освітніх онлайн-курсах: «Базова психологічна допомога в умовах війни» (2023 р.), «Знати, як допомогти» (2023 р.), «Дивись, слухай, спрямовуй: як вихователям підтримувати себе та дітей у надзвичайних ситуаціях» (2023 р.), «Сміливі навчати» (2023 р.), «Діалоги без тривоги» (2023 р.), «Дивись під ноги! Дивись, куди ідеш!» (2023 р.), «СЕЕН: навчання серця та розуму» (2024 р.).

Публікації. Основні результати дослідження опубліковано в 18 працях автора, з них: 5 статей у фахових журналах України; 1 стаття у міжнародному науковому періодичному виданні, що індексується в базі Scopus; 11 наукових праць, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації, 1 методичний посібник, що додатково відображає наукові результати дослідження.

Структура й обсяг дисертації. Робота складається з анотацій українською та англійською мовами, переліку умовних скорочень, вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Загальний обсяг дисертації – 302 сторінки друкованого тексту, з яких 200 сторінок становить основний текст. Робота містить 9 таблиць на 14 сторінках, 13 рисунків на 13 сторінках. Список використаних джерел містить 398 найменувань, із них 82 – іноземними мовами.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

1.1 Емоційна культура вчителя: дефінітивний аналіз і феноменологія явища в контексті викликів сучасності

Глобальні події, що відбуваються в Україні впродовж останніх років (епідемії, війни, природні катаклізми, соціальні заворушення, техногенні катастрофи), негативно впливають на якість життя дорослих і дітей. У поведінці багатьох людей спостерігається домінування негативного емоційного фону, підвищення рівня агресивності, тривожності, зниження здатності регулювати власні почуття та вчинки тощо. Тому в останні роки питання емоційної саморегуляції та культури почуттів актуалізувалося, набуло гостроти й особливого сенсу.

У сучасних умовах вищої школи набула актуальності проблема формування в майбутніх учителів емоційної культури, психічної стійкості в надзвичайних ситуаціях, бо цього вимагає сьогодення. Професійна діяльність педагога потребує значних психоемоційних затрат, вирішення непростих педагогічних ситуацій, складної емоційної й інтелектуальної праці. Серед актуальних професійно важливих якостей учителя в умовах надзвичайних ситуацій є стресостійкість, емоційна рівновага, педагогічна рефлексія, вміння ефективно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, запобігати й розв'язувати конфліктні ситуації, толерантність, навички ефективної командної роботи, здатність ставитися до психоемоційного здоров'я учнів як до цінності тощо [202; 266].

В умовах надзвичайних ситуацій учитель має бути ментально стійким. Для цього йому потрібно знати свої сильні сторони; володіти адекватною самооцінкою; розуміти власні емоції й наслідки, до яких вони призводять; бути

впевненим у власних силах. Емоційно врівноважений, емоційно компетентний учитель здатний розуміти власний емоційний світ і емоції тих, хто поруч; вдумливо підходити до розв'язання життєвих труднощів; для нього характерна відкритість до навколишнього світу. Від емоційного стану педагога під час надзвичайних ситуацій залежить ефективність організації освітнього процесу. В екстремальних умовах підтримку й допомогу учням може надати, насамперед, емоційно стійкий учитель [291].

Проблему виховання емоційної культури педагога в останні роки активно досліджують вітчизняні й зарубіжні науковці. Уже аксіоматичним стало твердження, що належний рівень сформованості емоційної культури сприяє як подоланню труднощів, так і успішній самореалізації особистості в різних сферах діяльності. Так, у Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, одним із ключових завдань визначено розвиток у здобувачів освіти здатності «застосовувати емоційний інтелект, конструктивно керувати емоціями, вирішувати проблему, оцінювати ризики та приймати рішення, співпрацювати з іншими тощо»[143].

Тому перед закладами вищої освіти постає важливе завдання – створювати умови для виховання педагога з високим рівнем емоційної культури, який в умовах Нової української школи і складних реалій сучасності матиме значний виховний і психосоціальний вплив на особистість учня [299, с. 63].

Дослідження процесу виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій пов'язане з науковим осмисленням дефініції «емоційна культура», що ґрунтується на з'ясуванні специфіки його тлумачення в різних галузях науки.

Здійснений нами аналіз наукової літератури засвідчив значний інтерес до феномена «емоційна культура» вітчизняних і зарубіжних філософів, психологів, педагогів. Проблематика досліджень емоційної культури ґрунтується на вивченні емоційної сфери й емоційного розвитку особистості.

Засади формування емоційної культури особистості знайшли своє теоретичне обґрунтування в роботах культурологів і філософів – Аристотеля, І. Канта, Платона, Б. Спінози, Л. Фейєрбаха [7; 36; 70; 102]. В основу нашого дослідження покладено висновки про «різносторонність» особистості, пізнання її раціонального початку й емоційної глибини (В. Андрущенко, А. Бергсон, М. Бойченко, Г. Васянович, Л. Губерський, Г.-Г. Гадамер, В. Дільтей, І. Зязюн, С. К'єркегор, Ф. Ніцше, П. Рікер [7; 16; 61; 132; 152] та ін.).

Найбільш ґрунтовно проблема емоційної культури особистості розкрита у психології. Розробляючи методологічні основи дослідження, ми опиралися на положення світової та вітчизняної психології щодо необхідності синтезу емоційного й раціонального для забезпечення гармонійного розвитку особистості (А. Аврелій, А. Адлер, Г. Айзенк, Г. Балл, Е. Берн, П. Зінченко, Г. Костюк, К. Левін, З. Фрейд, Е. Фромм та ін.).

У наукових джерелах висвітлено результати фундаментальних педагогічних і психологічних досліджень закономірностей становлення емоційної сфери (І. Візнюк [42], Л. Коломієць [136], М. Кузнецов [155], С. Максименко [180], А. Маслоу, О. Паламарчук [211], К. Роджерс, П. Фрес, В. Шахов [301], Г. Шульга [306] та ін.), емоційної зрілості й емоційного інтелекту (Д. Гоулман (D. Goleman) [75], О. Лящ [176; 177], Дж. Мейер (J. Mayer), П. Селовей (P. Salovey) [365], О. Чебикін [293] та ін.).

Відзначимо експериментальні пошуки науковців (О. Демченко, С. Драбинюк [79], Т. Дорошенко [83], Ю. Москвічова, М. Родрігес [195], І. Огаренко [67]), присвячені особливостям підготовки педагогів до виховання емоційної культури молодших школярів, розробці теоретико-методичних основ такого напрямку професійної діяльності. Інтерес також становлять праці зарубіжних (Дж. Деспелер, Т. Лорман, Д. Харві [103]) і вітчизняних (А. Андрєєва, А. Колупаєва, Ю. Богінська [67], І. Кравцова, А. Кравцова [150]) учених, які вивчали питання емоційної культури в контексті особистісного розвитку дітей з особливими освітніми потребами.

На проблему виховання емоційної культури особистості вперше звернули увагу педагоги-класики [10; 37; 88; 179; 246; 253; 262; 282]. Вивчаючи в історичній ретроспективі проблеми формування й розвитку емоційної культури вчителя, вважаємо за необхідне звернутися до українських і європейських педагогів, праці яких, на нашу думку, підкреслюють значення емоційної культури в житті людини.

Так, К. Ушинський стверджував, що «суспільство, яке турбується про навчання тільки розуму, робить велику помилку, оскільки людина більше людина в тому, як вона відчуває, ніж як вона думає»[282, с. 87]. Український педагог був переконаний, що оволодіння загальнолюдськими цінностями й засвоєння знань неможливі лише на рівні усвідомлення, тому «...виховання має бачити за напрямом почуттів дитини свою головну мету»[282, с. 123].

Багато важливих думок знаходимо у працях видатного українського філософа Г. Сковороди, який першоосновою емоційної культури вважав такі духовні блага як внутрішня свобода, сердечний спокій, мудрість. Він писав: «А я бажав би мати в моїй душі таку міцну твердиню, щоб ніщо не могло її сколихнути, ні перекинути. Ось мир! – у спокої думок»[253, с. 235]. На наш погляд, ці слова набувають особливого значення у процесі виховання емоційної культури особистості в складних реаліях сучасності.

До питання емоційної культури неодноразово звертався чеський педагог Я. А. Коменський, один із засновників дидактики. Видатний педагог-мислитель у своїх поглядах на проблему виховання підкреслює необхідність розвитку емоцій і почуттів, визначаючи такі особистісні якості як «справедливість», «помірність» і «мужність». Зазначена тріада є підґрунтям емоційної культури, що виявляється «в приборкуванні нетерплячості та гніву». Я. А. Коменський наполягав на важливості формування вмінь долати самих себе, щоб особистість була володарем своїх дій; розвитку мужності й самовладання [10]. Для сучасних педагогів такі настанови є актуальними орієнтирами у процесі виховання емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій.

Важливими для нашого дослідження є праці Дж. Дьюї, у яких розкрито проблему регуляції власної поведінки. «В основі всякої поведінки лежать природні нахили та пориви. Кожен володіє вродженим набором схильностей, покликаних протидіяти обставинам, – наполегливістю. Сила характеру мусить бути керованою та формуватися на основі суспільних засад і прямувати до конкретних цінностей»[88, с. 25].

На думку С. Русової, основним чинником, який допомагає контролювати емоції, є тверда воля. Вона зазначала, що розвивати волю й почуття треба постійно, щодня потроху, використовуючи психологічне підґрунтя виховного процесу. «Коли особистість навчається опановувати свої емоції, координувати свої рухи й володіти ними, починається емоційний розвиток»[246, с. 35].

Виховання такого елемента емоційної культури як самодисципліна вважав необхідністю видатний педагог А. Макаренко: «Дисциплінованою людиною ми можемо вважати лише таку, яка за всяких умов зуміє вибрати правильну поведінку, найбільш корисну для суспільства, і знайде у собі твердість продовжувати таку поведінку, не дивлячись ні на які труднощі й неприємності»[179, с. 89]. Думки А. Макаренка про те, що необхідними для педагога в професійній діяльності є здатність орієнтування в складній ситуації та морально-психічна рівновага, не втратили своєї актуальності й сьогодні.

Для нашого дослідження важливим є твердження українського педагога Г. Ващенка про те, що емоційні й інтелектуальні процеси взаємопов'язані між собою, а отже, «даючи дітям знання, ми так або інакше впливаємо на їх волю і почуття»[37, с. 173]. На його думку, «одна з важливих рис вольової людини – це стриманість, уміння володіти собою, не піддаватися випадковим емоціям і афектам. Тому емоційну культуру варто визначати як взаємозв'язок виховання характеру людини й волі, які є важливими передумовами її гармонійності»[37, с. 189].

Багато важливих ідей щодо емоційної культури педагога ми знаходимо у працях класика української педагогіки В. Сухомлинського. Зокрема, він підкреслював, що «визначальним для емоційного стану є бачення самого себе в

складному, багатогранному навколишньому світі, ставлення до самого себе»[262, с. 261]. В. Сухомлинський визначає емоційну культуру як єдність таких емоцій, думок, відчуттів, що дозволяють людині правильно виявляти емоції, постійно вдосконалювати свій емоційний досвід, формувати поважне ставлення до інших. З метою розв'язання та запобігання конфліктів В. Сухомлинський розглядає синдромом емоційного вигорання педагогів і радить розвивати «мистецтво володіння емоціями, яке має запобігати виснаженню нервових сил»[262, с. 92-97].

Отже, на основі аналізу праць видатних класиків української і зарубіжної педагогіки можна зробити висновок, що феномен емоційної культури завжди відігравав провідну роль у процесі розвитку особистості й мав значний вплив на ефективність її професійної діяльності. Для нашого дослідження важливою є думка педагогів-класиків, що пробуджувати і розвивати почуття може тільки той учитель, який сам має ці духовні блага, тобто володіє високим рівнем емоційної культури.

Подальший аналіз педагогічної літератури, поглядів науковців на різні аспекти емоційної сфери педагога дозволять систематизувати загальні уявлення про зміст поняття «емоційна культура вчителя».

Важливі ідеї щодо розв'язання проблеми виховання емоційної культури особистості педагога ми отримали, проаналізувавши сучасні вітчизняні наукові праці. Аналіз літератури показав, що спеціальних досліджень проблеми виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій ще не проводилося. Однак, важливими для нашого дослідження є праці О. Войтович [46], В. Денисенко [80], А. Дудолодової [86], О. Лобач [173], Т. Роман [241], Т. Стас [257], О. Чебикіна [294], А. Четверик-Бурчак [295], Т. Шульги [307] та ін., в яких розкрито ті чи інші аспекти проблеми виховання емоційної культури педагога, акцентовано увагу на значущості та складності цього процесу.

Проблему професійної підготовки педагогічних кадрів, формування готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності, зокрема в умовах

викликів сучасності, досліджували відомі науковці О. Акімова, А. Алексюк, Я. Болюбаш, В. Бондар, В. Галузьяк, С. Гончаренко, Р. Гуревич, М. Євтух, І. Зязюн, А. Коломієць, Д. Коломієць, Н. Лазаренко, Л. Лук'яненко, О. Міщенко, Н. Ничкало, В. Щербина [2; 61; 72; 102; 128; 132; 135; 159; 160; 200; 215] та ін.

Шляхи виховання емоційної культури майбутніх учителів під час професійної підготовки розглянуто в наукових дослідженнях І. Анненкової [9], Н. Казьмірчук [109], І. Могілей [193], Л. Сбітневої [249], О. Цюняк [292], О. Якубовської [313] та ін. Праці цих науковців є близькими до нашого дисертаційного дослідження, у них проаналізовано й узагальнено стан вивчення проблеми виховання емоційної культури майбутніх учителів, зміст, форми і методи, що впроваджуються в освітній процес під час їх професійної підготовки.

Дефінітивний аналіз поняття «емоційна культура» засвідчує, що вона є інтегративною якістю особистості. У словникових ресурсах знаходимо визначення емоційної культури як «вихованості емоцій, рівня розвитку емоцій, що передбачає емоційну чуйність і відповідальність за свої переживання перед собою й іншими»[121]. У педагогічному словнику зазначено, що «емоційна культура характеризується розвиненістю почуттів, вихованістю емоцій (чуйність і відповідальність за свої переживання) та здатністю особистості здійснювати самоконтроль за ними»[62, с. 108].

Нам імпонує думка багатьох сучасних науковців (Л. Груша, А. Чумакова [299], В. Денисенко [80], Т. Стас [257]), які доводять, що емоційна культура є частиною загальної культури. На наш погляд, емоційна культура вчителя також є невід'ємною складовою його педагогічної культури.

Деякі зарубіжні дослідники [342, с. 322] трактують емоційну культуру як особистісну характеристику, що ґрунтується на здатності оцінювати й виражати свої емоції, на сукупності регулятивних норм, емоційній грамотності.

Низка вчених, обґрунтовуючи значення емоційної культури в житті людини, підкреслюють її поліфункціональний характер, що дозволяє

«забезпечити цілісність психічного життя»[27, с. 115]. Ознаками емоційної культури вони вважають: «уміння розпізнавати й регулювати емоції, виявляти співчуття й турботу в стосунках з оточуючими; налагоджувати й підтримувати позитивні відносини; приймати відповідальні рішення; ефективно поводитися в ситуаціях міжособистісної взаємодії»[103, с. 221].

Дослідниця М. Бикова вважає, що емоційна культура проявляється в комунікативних уміннях і міжособистісних відносинах. Людині з високим рівнем емоційної культури властиві емоційна стабільність, емоційна автономія. Емоційна культура впорядковує емоційне життя людини та є однією з провідних умов успішного самовизначення особистості, самоактуалізації, самовиховання й самопізнання [23, с. 136].

Цікавими, на наш погляд, є думки Ю. Москвічової та М. Родрігес, які визначають емоційну культуру як «рівень психічного розвитку, що забезпечує здатність особистості регулювати процеси витрат нервової енергії»[195, с. 930]. Науковці вважають емоційну культуру близькою до поняття «емоційний інтелект», оскільки складові емоційного інтелекту, які виокремив Д. Гоулман (самосвідомість, самоконтроль, соціальна чуйність, управління відносинами), у структурі емоційної культури також представлені.

Зміст феномену емоційного інтелекту, близького до змісту емоційної культури, розкрито й у дослідженнях А. Четверик-Бурчак. Авторка розглянула емоційний інтелект як сукупність певних компетентностей, здібностей, емоційних досягнень і системи диспозицій. Важливою для нас є конкретизація механізмів впливу емоційного інтелекту на ефективність розв'язання провідних життєвих завдань, таких як: підтримування доброзичливих стосунків з іншими, емоційна саморегуляція, зниження кількості конфліктних ситуацій у міжособистісному спілкуванні, розуміння та керування власними емоціями й емоціями інших тощо [133; 295].

Проте, у зазначених дослідженнях проаналізовано емоційну культуру особистості у більш широкому контексті, емоційну культуру вчителя не виокремлено.

У процесі дослідження проблеми виховання емоційної культури в майбутніх учителів початкових класів важливими для нас є провідні положення теорії та практики їх професійної підготовки, тому вважаємо за необхідне розглянути наукові дослідження, що стосуються цієї тематики. Проте, у сучасній науковій літературі небагато дослідників спрямували свій пошук на розв'язання проблеми виховання емоційної культури майбутнього вчителя в закладах вищої освіти.

Заслуговує на увагу думка Н. Білик, яка підкреслює необхідність формування емоційної культури в учителя як професійно значущої якості, що дозволяє відчувати більшу задоволеність самоактуалізацією, підтримувати доброзичливі стосунки з іншими, краще регулювати власні емоції, мінімізує вплив стресу на робочому місці [26, с. 55].

Ціннісними у питаннях виховання емоційної культури майбутнього вчителя є праці О. Лобач. Як вважає науковиця, головним завданням педагога під час освітнього процесу є підтримка учня, особливо в скрутній ситуації, стимулювання позитивних емоцій, віри у краще. Авторка підкреслює, що такі складники емоційної культури педагога як життєрадісність і оптимізм – це «результат копіткої внутрішньої роботи над собою, над своїм світосприйняттям, світовідчуттям, емоційним образом світу, строем власної душі»[173, с. 137].

Важливими для нашого дослідження є висновки І. Анненкової, викладені у праці «Формування емоційної культури майбутніх учителів у процесі вивчення педагогічних дисциплін». Емоційна культура вчителя, як зазначає науковиця, є «інтегративною якістю, що набула ціннісної спрямованості, системності, цілісності, здатності до самоуправління й саморегуляції; дозволяє адекватно усвідомлювати власні переживання й переживання вихованців і тим самим забезпечує розвиток особистості вчителя, відповідність його поведінки особистісним і професійним потребам, ефективність педагогічної діяльності»[9, с. 43].

Аксіологічний підхід для розуміння сутності феномену «емоційна культура вчителя» обрала В. Денисенко. З цієї позиції, емоційна культура педагога є частиною його загальної культури; характеризує здатність сприймати, виражати, розуміти й регулювати емоції; передбачає професійно-педагогічні ціннісні орієнтації; відображає рівень професійної майстерності, емоційну зрілість вчителя. Ознаками сформованості емоційної культури В. Денисенко називає емпатійні якості педагога, педагогічний такт, самоконтроль зовнішньої експресії й емоційного стану [80].

Емоційну культуру, як одну зі складових загальної культури вчителя, розглядає також і Т. Стас, об'єктом наукових пошуків якої є емоційна культура вчителя початкових класів. Дослідниця вважає, що «емоційна культура – це складний процес поступового формування емоційних умінь і професійно значущих якостей особистості. Емоційна культура вчителя початкових класів дозволяє прогнозувати результати педагогічного впливу, якісно вирішувати проблемні ситуації, забезпечує рефлексивне розуміння, готовність і здатність надавати дитині психологічну підтримку, актуалізувати резерви особистісного зростання, уможлиблює подолання конфліктних ситуацій, що виникають у процесі професійної діяльності»[257]. Це найбільш повне та змістовне, на наш погляд, визначення поняття емоційної культури педагога в контексті викликів сучасності.

Під час наукових пошуків визначення феномену «емоційна культура вчителя» ми звернули увагу на дослідження А. Дудолодової, яка це поняття трактує як: складне інтегративно-динамічне утворення особистості; частину базової культури; фундамент розвитку особистості майбутнього фахівця; форму ціннісного ставлення; емоційну грамотність і вихованість; здатність до емпатії, саморегуляції та самоуправління. Науковиця вважає, що емоційна культура є особливим різновидом культури, що характеризує рівень емоційного розвитку педагога. Доречною, на наш погляд, є думка дослідниці, що емоційна культура сприяє духовному здоров'ю й гармонійному розвитку, здатності до

співпереживання, чутливості до душевного стану іншої людини й адекватній реакції на цей стан, відображає емоційну зрілість особистості вчителя [86].

Важливою для нашого наукового пошуку є дисертаційна робота Т. Роман «Формування емоційно-вольової культури майбутніх учителів початкових класів у процесі психолого-педагогічної підготовки». Дослідниця одним із важливих завдань фахової підготовки майбутніх педагогів вважає процес формування їх емоційної культури, яка сприятиме успішній реалізації професійних функцій. На думку Т. Роман, вчитель початкової школи є зразком наслідування для учнів, тому особливо важливими для майбутнього педагога є сформованість дисциплінованості, емоційної стриманості, саморегуляції, стійкості, педагогічної емпатії, емоційної виразності й інших професійно-педагогічних та індивідуально-особистісних рис. Як зазначає дослідниця, «позитивне й комфортне освітнє середовище початкової школи можуть забезпечити вчителі, які володіють високим рівнем емоційно-вольової культури, а отже, здатні забезпечити оптимальну емоційність навчання, підтримати загальний позитивний настрій освітнього середовища»[241, с. 39].

Дослідниця Т. Шульга визначає емоційну культуру майбутнього педагога як інтегративну якість, що включає системність, ціннісну спрямованість, уміння до саморегуляції й самоконтролю, емоційну стійкість. На думку Т. Шульги, емоційна культура допомагає усвідомлено розуміти свої емоції й емоції учнів, а також забезпечує відповідність поведінки вчителя його професійним та особистим потребами, беручи до уваги емоційні стани дітей [307].

Як зазначають Н. Казьмірчук і М. Яковишина, «Емоційна культура – це усвідомлення особистістю своїх емоцій і почуттів як цінності, що забезпечує кращий розвиток загальнолюдських якостей, розуміння свого «Я», засвоєння особистісних вмінь і навичок і як результат – розвиток особистості на якісно новому рівні»[109, с. 43]. Основними компонентами емоційної культури вчителя науковиці називають самоконтроль емоційного стану й зовнішньої експресії, педагогічний такт, емпатичні якості.

Окрему, важливу для нас, групу наукових розвідок становлять дослідження педагогічної майстерності вчителя, проведені вченими Полтавського педагогічного інституту під керівництвом І. Зязюна (Н. Базилевич, Л. Крамущенко, І. Кривонос, В. Моргун, О. Самещенко, В. Семіченко, Н. Тарасевич, А. Ткаченко та ін.). Науковці доводять, що «для виховання емоційної культури, як складової педагогічної майстерності вчителя, має особливе значення розвиток педагогічної техніки – вміння використовувати власний психофізіологічний апарат як інструмент виховного впливу, володіння комплексом прийомів створення внутрішнього переживання особистості через вплив на розум, волю і почуття та його втілення й вираження в тілесній природі: міміці, голосі, мовленні, рухах, пластиці»[215, с. 112]. Ученими детально розроблена педагогічна технологія розвитку здатності володіти своїми емоціями, почуттями, увагою, настроєм, уявою, вербальними й невербальними засобами взаємодії педагога з учнями.

Отже, аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати, що вивченням питання емоційної культури займалась ціла плеяда дослідників. Однак зовсім мало опублікованих праць щодо проблем виховання емоційної культури педагога в умовах надзвичайних ситуацій. Зокрема, залишається дискусійним визначення механізмів виховання емоційної культури майбутнього вчителя в складних умовах сучасності.

З-поміж сучасних наукових досліджень, перші ґрунтовні висновки про важливість емоційної культури педагога початкової школи в умовах викликів сучасності, зокрема, в умовах війни, знаходимо у працях О. Цюняк. Вона визначає емоційну культуру вчителя як «цілісне динамічне особистісне утворення, що має власну структуру й представлене системою знань про емоції, їхній розвиток, формування вмінь і способів аналізу емоцій, управління ними, що сприяє вербалізації емоцій людини, її емоційній відкритості, емпатії та наданню емоційної підтримки оточуючим за необхідності»[291, с. 50].

На думку О. Цюняк, емоційна культура педагога включає емоційну грамотність і емоційну компетентність. Показниками емоційної грамотності є

високий рівень емоційної стійкості, емпатія та гнучкість, що сприяють запобіганню емоційного вигорання, збереженню ресурсів психологічного й фізичного здоров'я вчителя й відіграють значну роль у побудові ефективного освітнього процесу. Емоційну компетентність О. Цюняк трактує як інтелектуальну й особистісну готовність педагога до вирішення складних професійних завдань. Також важливу роль, на думку дослідниці, відіграє емпатія, що проявляється у здатності педагога розрізняти й усвідомлювати емоції й почуття учнів, ставитися до них із розумінням і чуйністю, співпереживати [290; 291]. Усі ці елементи емоційної культури педагога є надзвичайно важливими в професійній діяльності вчителя в складних умовах сучасності.

На нагальній потребі у вихованні в майбутніх педагогів культури безпечної поведінки в умовах надзвичайних ситуацій і формуванні екстремальної компетентності наголошують науковці Є. Громов, О. Жовнич, Є. Івашкевич, А. Коломієць, Д. Коломієць. Вони зазначають, що в умовах надзвичайних ситуацій учасники освітнього процесу стикаються з високим психоемоційним навантаженням. Проте учитель повинен бути готовим до непередбачуваності ситуацій, до реакцій учнів на екстремальні події. Він має вміти впевнено та швидко зреагувати на надзвичайні обставини та прийняти правильні рішення. Тому до ключових навичок, необхідних учителю для ефективної організації освітнього процесу в таких умовах, науковці включають: лідерські навички, навички критичного мислення, психологічної саморегуляції, оцінювання ризиків і загроз екстремальних ситуацій, емпатію, здатність впливати на учнів, контроль за їх поведінкою в екстремальних умовах, навички безконфліктної комунікації та надання першої психологічної й екстреної домедичної допомоги [128, с. 150].

Як зазначають дослідники, підвищити емоційну готовність до надзвичайних ситуацій, можна, зокрема, через розвиток емоційного інтелекту, який входить до ТОП-10 основних гнучких навичок (soft skills), необхідних для сучасного життя. Для вчителя особливо важливим є високий рівень емоційного

інтелекту, що, на думку науковців, включає здатність усвідомлювати й контролювати власні емоції, думки й поведінку. Це також уміння ефективно керувати емоціями учнів, розпізнавати їхні потреби, співчувати та сприяти розвитку їхніх сильних сторін [128, с. 150].

У науковій праці зазначених дослідників [128] розглядається нове для сучасної педагогіки поняття «екстремальна компетентність», яке набуває актуальності в змісті професійної підготовки педагогів і охоплює особистісні (професійно важливі) якості, знання, навички й уміння, необхідні вчителю в надзвичайних ситуаціях. Зокрема, це навички надання, за потреби, психологічної й домедичної допомоги [385, с. 20]. Вважаємо, що зазначені навички є компонентами емоційної культури вчителя, оскільки формують його готовність і здатність ефективно виконувати професійні обов'язки в умовах надзвичайних ситуацій, тому ми будемо розглядати їх у нашому дисертаційному дослідженні.

На думку О. Демченко та С. Драбинюк, в умовах війни проблема розвитку емоційної сфери особистості та здатності регулювати власні переживання й почуття набула особливої актуальності. Обґрунтовуючи важливість стабільної емоційної сфери в особистому житті людини задля успішності у різних напрямках діяльності й подолання складних ситуацій, дослідниці акцентують увагу на необхідності формування емоційної культури молодших школярів у контексті інклюзивного й компетентнісного підходів, зокрема засобами театрального мистецтва. Науковці проаналізували різні підходи до визначення поняття «емоційна культура» і трактують його як систему якостей і знань, що дозволяє особистості усвідомлювати, оцінювати й відчувати весь спектр власних емоцій і думок, а також емоцій інших людей, аналізувати їх і коригувати відповідно до загальноприйнятих норм їх прояву [79, с. 67].

Окрім того, дослідники О. Демченко й С. Драбинюк вважають, що значну роль у формуванні емоційної культури молодших школярів відіграють учителі початкової школи й визначають два аспекти. По-перше, особливе значення для

створення психологічно комфортного середовища мають особистісно-емоційні й комунікативні ресурси вчителя, адже від рівня сформованості його емоційної культури залежить успішність виховання такої якості в учнів. По-друге, важливим є розуміння вчителем значення емоційної культури в особистісному зростанні учнів в умовах надзвичайних ситуацій [79, с. 67-68].

Варто зазначити, що напружені умови діяльності стають стресовими й емоціогенними тоді, коли вони сприймаються педагогом як складні й небезпечні. Ключову роль у цьому відіграють властивості нервової системи, індивідуальні особливості вчителя, мотиви його поведінки, знання, досвід, навички тощо. Будь-які обставини можуть викликати напругу, якщо фізіологічні, психічні чи інші особливості вчителя не відповідають вимогам середовища та його професійної діяльності, особливо в умовах надзвичайних ситуацій [190]. Таким чином, виховання емоційної культури як професійно необхідної якості педагога вітчизняні й закордонні науковці вважають одним із найбільш актуальних завдань педагогічного й психологічного супроводу професійної підготовки.

Значний інтерес для нашого дослідження представляє практика й теорія стресології в Німеччині [335]. Педагогічна спільнота цієї країни відзначає, що під час підготовки фахівців до роботи в закладах освіти у майбутніх учителів не формуються такі важливі професійні вміння, як здатність до емпатії, вміння конструктивно сприймати критику. Водночас учителі працюють не тільки з навчальним матеріалом, а й із особистостями: дітьми, батьками, колегами, адміністрацією закладу освіти. В міжособистісних відносинах постійно виникають специфічні ситуації. Німецькі дослідники вважають, що вчителі, стикаючись із конфліктними ситуаціями, часто діють відповідно до власних інтуїтивних відчуттів щодо правильності рішень. Це призводить до виникнення конфліктів, які негативно впливають на їх емоційний стан. Серед основних чинників, які викликають стрес у педагогів і сприяють психологічній нарузі, німецькі науковці відзначають недостатньо розвинену емоційну культуру, деструктивні відносини в колективі та психологічне перевантаження.

На думку французьких стресологів [328], варто впроваджувати такі підходи до навчання майбутніх учителів, які б формували готовність виходити зі складних психічних станів, пов'язаних з надзвичайними ситуаціями, з менш болючими наслідками. Професійну підготовку слід будувати не на загальних описах майбутніх дій, не на характеристиках нормативних приписів, а на прикладах діяльності високопрофесійних учителів. Навчання професії на початковому етапі буде ефективнішим, якщо брати приклад з учителів, які демонструють високий рівень майстерності. Саме у їх діяльності можна побачити ефективні рішення щодо запобігання й подолання стресових станів. На їх зразках поведінки можна навчитися орієнтуватися в надзвичайних умовах і передбачати можливі труднощі. Французькі дослідники вважають, що в зміст професійної підготовки необхідно включати спеціальні дисципліни та тренінги, які допомагають розвивати навички вирішення психологічних і педагогічних проблем, пов'язаних із надзвичайними ситуаціями, формувати здатність зниження рівня чутливості до стресу й напруження. Водночас, майбутній педагог не буде готовий до подібних ситуацій, якщо не засвоїть різноманітні й складні варіанти міжособистісної комунікації з колегами.

Важливі аспекти надання вчителем психоемоційної й соціальної допомоги здобувачам освіти під час надзвичайних ситуаціях воєнного характеру розкрито в дослідженнях закордонних науковців, зокрема таких як П. Агілар, Д. Легран, Б. Найлунд, А. Пірісі, Г. Ретамал, Р. Сойчук, К. Тріплхорн, П. Хольцберг [318; 371; 378; 385; 389] та інших.

У дослідженні С. Ельхаліфа, А. Брейдлід, Р. Дібдал, У. Хелтне [347] науковці підкреслюють ключову роль педагога в наданні психосоціальної підтримки та забезпеченні добробуту учнів у контексті Судану й Південного Судану. Вони провели якісні дослідження серед учителів щодо забезпечення освіти й емоційної підтримки дітей, які проживають у складних умовах надзвичайних ситуацій. Педагоги й заклади освіти загалом були визнані ключовими надавачами інтегрованої психосоціальної підтримки, задоволення емоційних потреб дітей. Автори дійшли висновку, що впровадження вчителями

в школах ефективних стратегій допомоги має базуватися на актуальних ідеях і практиках, зокрема інтеграції психосоціальних підходів для роботи педагогів. Така підтримка є особливо важливою в надзвичайних ситуаціях. Автори статті акцентують увагу на цінності емоційної культури вчителя у забезпеченні гармонізації освітнього процесу, особливо під час війни чи воєнного конфлікту [347].

Дослідниця А. Пірісі вважає, що з метою швидшого відновлення травмованої дитини педагогу необхідно якомога раніше втручатися в її життя й надавати емоційну підтримку. У своїх дослідженнях науковиця підкреслює, що психосоціальні інтервенції в закладах освіти можуть значно покращити життя й освітні можливості дітей, які постраждали від війни. Швидкому відновленню учнів після пережитих травм сприяє поєднання в шкільній програмі освітніх та емоційних потреб дітей [374].

У зарубіжній літературі описано психосоціальні інтервенції, які може здійснювати емоційно стійкий учитель в умовах закладу освіти. Зокрема, науковці Д. Легран, Б. Найлунд і П. Хольцберг описують структуровані заходи, спрямовані на підтримку емоційного, психологічного й соціального розвитку учнів, а також на зміцнення захисних механізмів, які допомагають зменшити вплив негативних обставин. Такі види діяльності як танці, малювання, театральні заняття, музика є формами взаємодії й комунікації, через які діти можуть виразити свою історію. Через участь у таких заходах під керівництвом емоційно грамотного вчителя відбувається соціальна реінтеграція та психологічне відновлення учнів [371].

Важливість екстреної освіти підкреслюють швейцарські дослідники П. Агілар і Г. Ретамал, стверджуючи, що прояв емоцій і почуттів під час грамотної організації педагогом освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій є визначальним для розвитку в учнів стресостійкості. Науковці вважають, що діти мають значні ресурси для подолання травматичних і стресових ситуацій, що з ними відбуваються, і в подоланні цих негативних явищ велику роль відіграє емоційна культура вчителя [318, с. 13]. Тому

дослідники пропонують паралельно організовувати підготовку вчителів до реалізації освітнього процесу в надзвичайних ситуаціях.

Заслужують на увагу праці закордонних науковців [321; 341; 348; 355; 356; 359; 361; 367; 372; 375; 376; 390], які визначили емоційну культуру вчителя як одну зі стратегій подолання негативних освітніх явищ, що виникали під час екстреного дистанційного навчання, зумовленого пандемією COVID-19 в Англії, Великобританії, Ірані, Китаї, США та інших країнах. Перехід з традиційного навчання в класі на дистанційне (онлайн) вчені назвали «дистанційним навчанням у надзвичайних ситуаціях» [367]. Безпрецедентна зміна спричинила у педагогів труднощі у стратегіях навчання і, відповідно, реконструювала їх ідентичність. Учителям у всьому світі потрібно було швидко адаптуватися, щоб продовжувати навчання та піклуватися про добробут учнів, незважаючи на пандемію. У зазначених дослідженнях науковці доводять, що вчителі, які мали позитивне емоційне ставлення та розвинену емоційну культуру, були більш готові адаптуватися до мінливого контексту викладання, щоб забезпечити ефективне навчання під час пандемії. Вони швидше подолали психологічні труднощі (тривогу, занепокоєння, невпевненість), щоб отримати технічні навички викладання. На думку дослідників, у процесі екстреного дистанційного навчання вчителі повинні бути прикладом і джерелом наслідування, мають володіти навичками надання своєчасної допомоги для задоволення емоційних і психологічних потреб учнів, зменшення їх тривоги, стресу та покращення самопочуття.

Дослідник Е. Харгрівс [346] визначає необхідність вивчення емоційного досвіду вчителів, оскільки викладання – це діяльність, яка нерозривно пов'язана з особистим життям вчителів. Науковець зауважує, що вчителі повністю віддають себе своїй роботі, тому вони тісно поєднують відчуття особистої та професійної ідентичності. Учні стають основними джерелами їхньої самоповаги та самореалізації, а також їхньої вразливості. Е. Харгрівс закликає до створення емоційної географії шкільного навчання, наголошуючи на просторових та емпіричних моделях близькості та/або дистанції у людських

взаємодіях або стосунках у школі, особливо в контексті екстремальних умов. Науковець використовує термін підвищена емоційність для опису емоційних аспектів викладання в звичайному та кризовому контекстах.

Проведений аналіз філософських, педагогічних і психологічних праць дозволяє стверджувати, що феномен «емоційна культура вчителя» є предметом численних дискусій і досліджень науковців. Дослідники вивчають різні аспекти, зокрема: емоційну культуру як педагогічну проблему [23; 46; 79; 273; 299; 304]; генезис становлення поняття «емоційна культура вчителя» [80; 307]; організацію психолого-педагогічної взаємодії [9; 27; 313], педагогічні умови й методи виховання емоційної культури вчителя [86; 109; 173; 193; 257], чинники, які перешкоджають формуванню емоційної культури [195; 241; 291].

За результатами аналізу вітчизняних і закордонних науково-педагогічних праць нами сформульовані та взяті за орієнтир такі положення:

- емоційна культура вчителя – багатокomпонентна інтегративна якість;
- про сформованість емоційної культури вчителя засвідчують його чіткі знання про емоційну сферу життя людини, володіння навичками емоційної саморегуляції, усвідомлення важливості адекватного емоційного реагування;
- емоційна культура формується впродовж усього життя;
- на процес виховання емоційної культури вчителя впливають зовнішні і внутрішні чинники.

Незважаючи на значну кількість визначень емоційної культури педагога, які представлені в сучасній науковій літературі, більшість дослідників дотримуються думки, що емоційна культура вчителя включає в себе вміння відчувати внутрішній світ дитини та співчувати їй; здатність до оптимальної емоційної регуляції та самоконтролю, саморегуляції різноманітних психічних станів; емоційну стійкість, стабільність, урівноваженість у надзвичайних ситуаціях; емоційну виразність, чутливість, емоційність натури. Проведений аналіз дозволяє зробити висновок, що зміст феномена «емоційна культура вчителя» охоплює діапазон від емоційної саморегуляції психічних станів до духовної культури педагога.

Аналіз наукових джерел засвідчив про широкий спектр визначень емоційної культури вчителя. Результати цих пошуків є основою для формулювання власного робочого визначення поняття «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій».

Отже, *емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій* – інтегративна якість, яка має складну структуру, поєднуючи в собі:

- розвинену емоційну сферу педагога;
- ціннісне ставлення до емоційних проявів (власних і учнів);
- когнітивний комплекс, що включає знання вчителя про емоційні аспекти педагогічного процесу, особливості емоційного розвитку школяра, способи поведінки в складних ситуаціях;
- діяльнісно-практичний комплекс, що включає здатність учителя здійснювати регуляцію і саморегуляцію емоцій, вміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, оптимально насичувати емоціями педагогічний процес, концентрувати ресурси, що мобілізують інтелектуальні, емоційні й вольові зусилля на подолання труднощів у досягненні поставленої мети в умовах надзвичайних ситуацій.

Отже, емоційна культура майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій виступає і як умова успішної самореалізації майбутніх педагогів, і як результат їх професійної підготовки. Робоче визначення сутності емоційної культури вчителя дозволяє нам виокремити структурні компоненти даного феномену в умовах надзвичайних ситуацій. Ці теоретичні засади виступлять підґрунтям планування констатувального етапу педагогічного експерименту нашого дослідження.

1.2 Надзвичайні ситуації та їх вплив на емоційний стан учасників освітнього процесу

Емоційний стан учасників освітнього процесу завжди був важливою складовою в освітній сфері. Рівень успішності здобувачів освіти у навчанні, а

також результативність роботи педагогів значною мірою залежать від їх психологічного самопочуття та внутрішньої гармонії. Однак, глобальні події, що відбуваються як у світі, так і в Україні (техногенні аварії, природні катастрофи, епідемії, війни тощо), негативно впливають на якість освіти та створюють нові виклики. Для того, щоб їх ефективно долати, необхідно вивчати питання емоційного благополуччя учасників освітнього процесу й розробляти заходи щодо його забезпечення.

У ст. 3 Конституції України визначено, що «людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека є найвищою соціальною цінністю в Україні. Права і свободи громадянина, їх гарантії визначають суть і спрямованість діяльності держави. Держава є відповідальною перед громадянином за свою діяльність. Утвердження та гарантування прав і свобод людини – основний обов'язок держави»[140]. Таким чином, кожен громадянин України має гарантоване Конституцією право на свободу, на життя в безпечних умовах, особисту недоторканність, освіту, а також на захист своїх матеріальних і моральних інтересів. Однак, простого декларування цих прав і свобод недостатньо – важливо, щоб вони практично реалізовувалися в реальному житті.

На жаль, на цьому шляху трапляються масштабні техногенні та природні катастрофи, що призводять до значних людських втрат і матеріальних збитків, до соціальної напруги в суспільстві та психологічних травм. Надзвичайні ситуації, такі як катастрофи, війни, стихійні лиха, аварії тощо, спричиняються під впливом антропогенних, природних і техногенних факторів.

Як зазначає Н. Вороніна: «...у надзвичайних ситуаціях навіть найелементарніші можливості, надані суб'єктам нормами права, не можуть бути гарантовані... Кожного року при надзвичайних ситуаціях гинуть чи отримують травми багато людей, пошкоджується майно. За таких обставин, гарантування безпеки людей та організацій стає одним із найбільш пріоритетних завдань держави не лише для України, а й для решти країн»[51, с. 10].

Нам імпонує думка В. Струтинської, яка зазначає, що: «сьогоднішні реалії відзначаються соціально-економічною й політичною нестабільністю, світовими викликами, до котрих відносяться: інтенсивне зростання наслідків екологічної кризи, тероризм, небезпека для здоров'я, криза культури й загроза духовної безпеки людства тощо. Визначені виклики спричиняють потребу розробки заходів для їх подолання й запобігання, та, що найважливіше, – забезпечення захисту людей і мінімізація негативних наслідків НС»[261, с. 1].

Наразі в Україні постійно зростає ризик виникнення НС, що фактично впливають на всі сфери суспільного життя, зокрема й освітню.

Теоретичні засади управління процесами запобігання НС розкриті в дослідженнях таких науковців як: О. Барило, С. Белай, О. Бойко, П. Волянський, В. Малей, Д. Полковниченко, А. Ромін, Ю. Шматова та інших [17; 21; 29; 50; 185; 222; 243].

Теоретичним і практичним аспектам функціонування системи захисту населення від надзвичайних ситуацій в Україні присвячені наукові праці: В. Андропова, С. Артем'єва, О. Вівчар, Н. Григоренко, О. Євдіна, Л. Калиненко, Є. Кобко, А. Любінського, С. Майстро, П. Полянського та інших науковців [6; 11; 41; 66; 91; 120; 174; 223].

Особливості організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій досліджували: О. Акімова, Ю. Бабчук, А. Грицак, Є. Громов, В. Добринський, О. Жовнич, А. Коломієць, Д. Коломієць, О. Онопрієнко, О. Хомік та інші [1; 128; 131; 134; 205].

Питання виховання культури безпечної поведінки розкрито в дослідженнях Д. Журбинського, Є. Івашкевича, С. Ісаєва, А. Пашкова, А. Тарасенка. Закордонний досвід виховання культури безпеки діяльності та можливість упровадження його в Україні проаналізовані А. Гавазою, А. Терентьєвою, О. Твердохліб та іншими. Виховання культури безпеки життєдіяльності визначено педагогічною проблемою сучасної української освіти дослідниками М. Бутиріною, В. Бабенко, Д. Бірюковим, М. Зоріною,

Л. Кравченко, О. Мартюшевою, Ю. Скалецьким, Л. Яценко [33; 54; 95; 101; 104; 106; 151; 251; 264; 265].

Однак, не зважаючи на ґрунтовні дослідження проблеми управління процесами запобігання НС і мінімізації їх наслідків, залишаються недостатньо розробленими питання концептуального характеру щодо впливу НС на освітній процес, зокрема, на психоемоційний стан учасників освітнього процесу, вдосконалення організаційного і матеріально-технічного забезпечення системи мінімізації наслідків НС.

У контексті нашого дослідження важливо розглянути визначення поняття «надзвичайної ситуації» в офіційних нормативно-правових джерелах. Зокрема, у Кодексі цивільного захисту України представлено таке тлумачення терміну: «надзвичайною ситуацією є обстановка на окремій території чи суб'єкті господарювання на ній або водному об'єкті, яка характеризується порушенням нормальних умов життєдіяльності населення, спричинена катастрофою, аварією, пожежею, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвела (може призвести) до виникнення загрози життю або здоров'ю населення, великої кількості загиблих і постраждалих, завдання значних матеріальних збитків, а також до неможливості проживання населення на такій території чи об'єкті, провадження на ній господарської діяльності»[124].

Важливим для нашого дослідження є те, що в цьому визначенні після переліку обставин, що можуть спричинити виникнення таких ситуацій, наводиться перелік можливих наслідків, на основі яких можна кваліфікувати ситуацію як надзвичайну. По-перше, до можливих наслідків віднесено загрозу життю або здоров'ю населення. По-друге, до таких наслідків включено також велику кількість постраждалих і загиблих та/або значних матеріальних збитків [124]. Для більш чіткого визначення надзвичайних ситуацій розроблено їх класифікацію, передбачену чинним законодавством.

Проблема класифікації надзвичайних ситуацій стала предметом вивчення багатьох дослідників [35; 66; 181]. У наукових працях, діючих нормативних

документах застосовуються різні тлумачення поняття НС. Однак, ці визначення, незважаючи на їх розгорнуту форму, на сьогоднішній день не розкривають усієї розмаїтості труднощів і наслідків реальних надзвичайних ситуацій.

Дослідники, які вивчали різні аспекти цього явища, вважають, що надзвичайна ситуація – це, насамперед, виняткова обставина, а по-друге, вона має непередбачуваний характер. Аналіз літератури показав, що в наукових працях і нормативно-правових актах, присвячених цій темі, надзвичайну ситуацію визначено як певну обстановку, що становить загрозу або вже завдала шкоди природному середовищу, суспільству чи державі в цілому. Проте досліджені визначення розкривають надзвичайні ситуації тільки як тимчасове негативне явище, наслідки якого вже виникли або можуть виникнути, і фокусуються лише на тих аспектах, які держава здатна швидко й ефективно усунути. Зовсім не враховуються довготривалі наслідки, які можуть бути спричинені надзвичайними ситуаціями в майбутньому, а також те, як НС вплинуть на суспільство, на здоров'я громадян, на систему освіти в перспективі.

До прикладу, епідемія коронавірусної хвороби COVID-19 спровокувала кардинальні зміни в житті багатьох країн, однак назвати цю НС лише обставиною, що стала причиною негативних змін у життєдіяльності людини, не можна. Як зауважують науковці З.-М. Задорожний, Я. Крупка й І. Назарова: «епідемія коронавірусу значно вплинула на вітчизняну та світову економіку. Згортання виробничо-торговельної діяльності, суцільне переведення населення на карантинний режим, скорочення комунікаційних зв'язків як усередині країни, так і на міждержавному рівні негативно позначилися на усіх сферах суспільства»[96, с. 139].

З урахуванням наведеного, В. Маслей пропонує таке визначення: «Надзвичайна ситуація – це обстановка, що виникла на визначеній території під впливом техногенних, природних, економічних або соціально-політичних чинників, ускладнила життя населення на певний проміжок часу, створила

загрозу для громадян даної території або держави загалом і тягне за собою суттєві зміни в суспільному житті: зміну державного устрою, конституційних засад, велику кількість жертв, нанесення шкоди навколишньому середовищу, ліквідація яких вимагає здійснення специфічних економічних, правових і організаційних заходів»[185, с. 57].

На думку О. Дядюшенка, проблема ідентифікації НС, що виникли в результаті катастроф і аварій природного, техногенного, політичного, соціального, військового характеру, для швидкого й ефективного реагування на них обумовлює розробку відповідних класифікаторів [89, с. 220].

Класифікація НС в Україні здійснюється згідно з Класифікатором надзвичайних ситуацій ДК 019:2010, затвердженим Наказом Держспоживстандарту України від 11.10.2010 р. № 457 [198]. У ньому визначено назви сучасних надзвичайних ситуацій та їхні коди; сформовано перелік НС, визначених у відповідних нормативно-правових актах і згрупованих за ознаками належності до певних типів НС, які можуть виникнути на території України чи об'єкті в різних галузях країни. НС класифікують: за галузевою приналежністю; характером походження; ступенем поширення (табл. 1.1).

Вагомою ознакою, за якою класифікуються НС, є сфера їх виникнення. Розкриємо їх зміст більш детально. Отже, залежно від характеру походження подій, які можуть спричинити виникнення НС на території України, визначають такі види надзвичайних ситуацій: 1) техногенного характеру; 2) природного характеру; 3) соціального характеру; 4) воєнного характеру [198].

НС техногенного характеру – це пожежі, транспортні аварії (катастрофи), аварії з викидом небезпечних радіоактивних, хімічних, біологічних речовин, неспровоковані вибухи чи їх загроза, руйнування будівель і споруд, аварії на інженерних мережах і спорудах життєзабезпечення, гідродинамічні аварії на греблях, дамбах тощо [24, с. 145]. Такі ж визначення викладено в підручнику М. Стеблюк «Цивільна оборона та цивільний захист» [258, с. 29] та в підручнику В. Васійчук «Основи цивільного захисту» [35, с. 72].

Таблиця 1.1

Класифікація надзвичайних ситуацій

НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ			
За характером походження			
Техногенні	Природні	Соціальні	Воєнні
Транспортні аварії (катастрофи), пожежі, неспровоковані вибухи чи їх загроза, аварії з викидом (загрозою викиду) небезпечних хімічних, радіоактивних, біологічних речовин, раптове руйнування споруд і будівель, аварії на інженерних мережах і спорудах життєзабезпечення, гідродинамічні аварії на греблях, дамбах, відсутність зв'язку тощо	Небезпечні геологічні, метеорологічні, гідрологічні, морські та прісноводні явища, деградація ґрунтів чи надр, природні пожежі, зміна стану повітряного басейну, інфекційна захворюваність людей, сільськогосподарських тварин, масове ураження сільськогосподарських рослин хворобами чи шкідниками, зміна стану водних ресурсів і біосфери тощо	Протиправні дії терористичного й антиконституційного спрямування, викрадення людей, захоплення заручників, викрадення зброї, обстріли, встановлення вибухових пристроїв у громадських місцях, торгівля органами, переслідування, вимушене переміщення людей, кібератаки, псевдозамінування закладів тощо	Застосування звичайної зброї або зброї масового ураження, ураження населення внаслідок зруйнування атомних і гідроелектростанцій, складів і сховищ радіоактивних і токсичних відходів, нафтопродуктів, вибухових речовин, пошкодження транспортної інфраструктури, ракетні обстріли, атаки безпілотних апаратів, замінування й захоплення територій тощо.
За ступенем поширення		За галузевою приналежністю	
Об'єктні	Місцеві	Регіональні	Загальнодержавні
Лісогосподарські	Житлово-комунальні	Побутові	Виробничі
Будівельні	Сільськогосподарські	Транспортні	

Джерело: упорядковано автором

Ще одним типом надзвичайних ситуацій є НС природного характеру. Деякі дослідники ототожнюють їх із поняттями стихійного лиха, підкреслюючи, що стихійні лиха – це природні явища, які спричиняють порушення звичного життя населення, а також призводять до руйнування та

втрати матеріальних цінностей. Разом із тим, Ю. Битяк визначає НС природного характеру як небезпечні метеорологічні, геологічні, гідрологічні, прісноводні й морські явища, деградація надр чи ґрунтів, зміна стану повітряного басейну, природні пожежі, інфекційна захворюваність людей, сільськогосподарських тварин, масове ураження сільськогосподарських рослин шкідниками чи хворобами, зміна стану біосфери й водних ресурсів тощо [24, с. 112].

На думку М. Стеблюк, в Україні найбільш поширеними є такі НС природного походження: 1) небезпечні геологічні явища: обвали, зсуви, просадки земної поверхні; 2) небезпечні метеорологічні явища: урагани, зливи, сильний град, сильні снігопади, ожеледь; 3) небезпечні гідрологічні явища: паводки, повені, підвищення рівня ґрунтових вод; 4) природні пожежі лісових і торф'яних масивів; 5) масові хвороби й інфекції людей, тварин, рослин [258, с. 34].

Офіційне трактування представлено в Класифікаторі надзвичайних ситуацій, де НС природного характеру визначено як «порушення нормальних умов життєдіяльності людей на окремій території чи об'єкті на ній або на водному об'єкті, пов'язане з небезпечним геологічним, геофізичним, гідрологічним або метеорологічним явищем, деградацією надр чи ґрунтів, зміною стану повітряного басейну, пожежею у природних екологічних системах, інфекційною захворюваністю чи отруєнням людей, інфекційним захворюванням свійських тварин, масовою загибеллю диких тварин, ураженням сільськогосподарських рослин шкідниками чи хворобами тощо»[198].

Наступним різновидом надзвичайних ситуацій є НС соціального характеру. Деякі дослідники, зокрема Ю. Битяк [24, с. 121], пропонують класифікувати цей тип НС не як соціальні, а як соціально-політичні. Такий підхід обґрунтовується тим, що надзвичайні ситуації соціального характеру часто мають політичний характер. На нормативно-правовому рівні визначено, що НС соціального характеру – це порушення нормальних умов життєдіяльності людей на певній території або об'єкті, включно з водними

об'єктами. Вони спричинені протиправними діями терористичного чи антиконституційного характеру або пов'язані зі знищенням (викраденням) зброї та небезпечних речовин, нещасними випадками з людьми тощо [198].

Надзвичайні ситуації воєнного характеру є останнім видом НС, які класифікують залежно від характеру подій, що можуть зумовити їх виникнення. З нормативно-правової точки зору НС воєнного характеру – це «порушення умов життєдіяльності людей на певній території або об'єкті чи на водному об'єкті, зумовлене застосуванням звичайної зброї чи зброї масового ураження, яке викликає вторинні чинники ураження населення»[198]. Як зазначає В. Васійчук, НС воєнного характеру пов'язані з наслідками застосування звичайних засобів ураження або зброї масового ураження. У таких ситуаціях виникають вторинні фактори ураження населення, спричинені руйнуванням атомних і гідроелектростанцій, сховищ і складів токсичних і радіоактивних відходів, вибухівок, нафтопродуктів тощо [35, с. 72].

Надзвичайні ситуації мають негативні наслідки: втрата громадянами працездатності, здоров'я; втрата здоров'я чи загибель членів їх родини; часткове чи повне пошкодження житла; втрата майна, роботи, можливості здобувати освіту тощо. Негативні соціальні наслідки НС несуть значну загрозу безпеки не лише соціуму загалом, а й деяким суспільним категоріям. Тому проблема організації й реалізації результативної державної політики щодо запобігання НС, ефективного усунення їхніх негативних наслідків, забезпечення захисту громадян, котрі постраждали, є нагальною й актуальною.

Науковці С. Гур'єв, С. Миронець, Г. Роцін визначають такі наслідки надзвичайних ситуацій:

- порушення суспільних традицій і стандартів;
- втрата здоров'я, матеріальних цінностей, особистого життєвого потенціалу;
- потреба швидкої адаптації до нових обставин, що виникли, зміна моделі життєдіяльності;

- швидка мобілізація ресурсів і можливостей для збереження здоров'я й життя [207].

Окремим особливо важливим питанням постають освітні втрати українських здобувачів освіти, що спричинені надзвичайними ситуаціями.

Більшість подій надзвичайного характеру в окремих регіонах нашої країни були досить рідкісними й епізодичними. Проте пандемія коронавірусної інфекції COVID-19 у 2019 році вплинула на весь світ, спричинивши надзвичайну ситуацію. В умовах загрози здоров'ю й життю, педагогам довелось перебудовувати освітній процес відповідно до нових викликів. Кількість НС в Україні стала безпрецедентною після повномасштабного вторгнення РФ у 2022 році, що призвело до великих масштабів людських поранень і смертей, значних руйнувань і пожеж [130]. Тому вважаємо за необхідне більш ґрунтовно розглянути в нашому дослідженні вплив на освітній процес зазначених надзвичайних ситуацій.

Зокрема, безпрецедентний вплив на освіту мав спалах пандемії COVID-19. Раптовий перехід до онлайн-занять разом із суворими заходами фізичного дистанціювання вимагав від освітян переглянути всі аспекти викладання та навчання в той час, коли не було попереднього керівництва, розуміння чи конкретної моделі належної практики діяльності в таких умовах. Дистанційне навчання з використанням різних Інтернет-ресурсів створило багато проблем для учасників освітнього процесу в усьому світі [341].

У статті закордонних науковців С. Хатуні та М. Нежадмехр висвітлено проблеми іранських освітян в інтеграції технологій для онлайн-занять під час пандемії COVID-19. Результати цього дослідження показали, що вчителі Ірану, незважаючи на використання ефективних онлайн-додатків і платформ, стикалися з такими проблемами, як відсутність відповідних матеріалів, зниження концентрації уваги й демотивація до онлайн-занять, відсутність фінансування та підтримки закладів освіти [354].

В оглядовому дослідженні Д. Тюрнбалла розкрито досвід синхронного/асинхронного навчання освітніх закладів Китаю та визначено

п'ять основних викликів онлайн-освіти: інтеграція інструментів, доступ до технологій, онлайн-компетентність викладачів і студентів, академічна нечесність, приватність і конфіденційність [391].

З початком повномасштабного вторгнення Російської Федерації в Україну в нашій державі до тривалого прояву такої НС природного характеру, як пандемія COVID-19, додалися численні проблеми від прояву НС техногенного (знеструмлення електромереж, відсутність зв'язку, аварії на станціях тепlopостачання, пожежі), соціального (кібератаки, евакуація населення, псевдозамінування закладів) та воєнного характеру (ракетні обстріли, атаки безпілотних апаратів, замінування територій тощо).

У таких умовах інтегрованого прояву кількох видів НС різного характеру система освіти України продовжила своє функціонування. Це вимагає від учасників освітнього процесу неабияких фізичних, а головне – психологічних зусиль, оскільки всі вони працюють в умовах постійного стресу [129].

Під час війни відбуваються міграційні процеси населення. В умовах переселення внутрішньо переміщених осіб (що можна вважати надзвичайною ситуацією соціального характеру) у дітей виникають проблеми з доступом до освіти. Учні, які живуть у звільнених районах, або ті, які залишилися проживати на тимчасово окупованих територіях, мають різний ступінь готовності до освітнього процесу. Все це додалось до двох років епідемії коронавірусної хвороби та навчання онлайн. Ці діти не знають, що таке дисципліна під час уроку й соціалізація, адже зовсім мало часу провели у школі; частина учнів має психологічні проблеми. Постає виклик, як задовольнити освітні потреби таких категорій учнів в умовах надзвичайних ситуацій [269].

Упродовж грудня 2022 р. – січня 2023 р. Державною службою якості освіти України за підтримки ініціативи «Збереження доступу до шкільної освіти», що реалізується проектом «Супровід урядових реформ в Україні» (SURGe), було проведено дослідження якості організації освітнього процесу в умовах воєнного стану. Результати засвідчили, що освітній процес в умовах

надзвичайної ситуації, викликаній бойовими діями, має низку викликів. Найбільше респондентів вказали на труднощі, що стосуються умов навчання: про нестабільне електроживлення зазначили 88 % педагогів, відсутність технічних засобів навчання в учнів – 34 %, відсутність доступу до мережі Інтернет – 58 %. Значна частина вчителів до основних викликів включають особливості організації навчально-пізнавальної діяльності учнів: відсутність живого спілкування між учасниками освітнього процесу до найбільших труднощів віднесли 71 % учителів; невміння школярів самостійно організувати навчання – 39 %. Деякі менше педагогів до негативних особливостей освітнього процесу в умовах війни включають психологічні фактори: про зниження мотивації учнів до здобуття знань вказали 50 % учителів, відсутність підтримки оточуючих – 18 %, складний психоемоційний стан учителів та учнів – 16 % та 35 % відповідно [84, с. 55]. Зважаючи на характер проблем, організація освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій потребує гнучкості й адаптивності, коригування методів викладання. Результати дослідження вказують на недостатнє розуміння учасниками освітнього процесу того, як реагувати на виклики та потреби.

Восени 2023 року Освітньою фундацією GoGlobal проведено дослідження щодо вивчення психоемоційного стану учасників освітнього процесу в реаліях війни [238]. Було опитано 4460 освітян із шести прифронтових і прикордонних регіонів. Вони оцінювали свій емоційний стан і стан учнів у надзвичайних умовах, спричинених бойовими діями на території України. Результати дослідження показали, що війна негативно вплинула на психоемоційний стан учителів. Заклади освіти в прифронтових і прикордонних громадах працюють переважно в режимі онлайн, що значно збільшує навантаження на педагогів. Вони потребують більше часу на підготовку до навчальних занять. Внаслідок цього, від 59 до 85% респондентів зазначили, що після початку повномасштабного вторгнення значно збільшилася кількість часу, необхідного для підготовки до уроку. 87% педагогів зазначили, що їм потрібно значно більше часу на відновлення власних сил. 78% респондентів останнім часом

відчувають постійну втому та спустошення, а 82% – стали більш тривожними. Учителям стало важче регулювати свої емоції. Лише 40% респондентів зазначили про емоційну стабільність, а 51% фіксують зниження здатності адекватно реагувати на події. Освітняни спостерігають також зміни в інтелектуальному й емоційному стані учнів: 57% респондентів відповіли, що школярі стали байдужими до навчання; 55% опитаних зазначили, що в дітей погіршились концентрація уваги й пам'ять; 53% учителів вказують на швидку втомлюваність учнів під час уроків [238].

Варто зауважити, що 58% освітян зазначили, що потребують психоемоційної підтримки. До повномасштабного вторгнення педагоги зазначали про методичну, технічну, матеріальну допомогу, проте з початком війни на перше місце постала потреба психологічної підтримки. Учасники освітнього процесу потребують знань про те, як розпізнати психологічну травму чи стрес, як надати психологічну й першу медичну допомогу в екстрених ситуаціях тощо.

Дослідження, проведене GoGlobal, розкриває нагальні проблеми психоемоційного стану учасників освітнього процесу під час війни і спонукає для їх вирішення розробляти та впроваджувати ефективні інструменти. Здобувачі освіти потребують підтримки у формуванні здоров'язберігаючих навичок, щоб в умовах НС знаходити мотивацію й ресурси до навчання. Результатом перебування учня й учителя в надзвичайній ситуації є такі негативні явища як психоемоційна виснаженість, невпевненість у власних силах і тривожність, усвідомлення загроз для здоров'я, невизначеність пошуку оптимальних рішень і дій, що негативно впливають на якість життя. Емоційне навантаження в екстремальних умовах може спровокувати ряд реакцій: паніку, страх, плач, ступор, істерику, апатію, агресію, нервові тремтіння, рухове збудження тощо.

Як зазначає М. Чорна, жертвами НС є не тільки учасники освітнього процесу, які постраждали, а й ті, хто став свідком цієї події. Набуло поширення таке поняття як «віртуальна» жертва, яке ґрунтується на тому, що людина стала

свідком надзвичайної ситуації через висвітлення її засобами мас-медіа [297]. Ця тема є важливою, оскільки заклади освіти в умовах виникнення надзвичайних ситуацій повинні враховувати емоційний стан учасників освітнього процесу, наслідки їх травматизації, негативний вплив на психологічний клімат колективу, що може призвести до неякісного виконання поставлених завдань, погіршення здоров'я тощо.

Під час надзвичайних ситуацій освіта є важливим фактором фізичного та психологічного захисту здобувачів освіти. У кризовий період освітній процес має забезпечити для учнів стабільне й безпечне середовище, допомогти сформувати відчуття нормальності, зберегти безперервність навчання, надати соціально-емоційну підтримку. У складних реаліях сучасності виникла необхідність підготувати вчителів до роботи з дітьми, які отримали травматичний досвід. Педагоги повинні вміти розпізнавати симптоми стресу й травми, надавати здобувачам освіти емоційну підтримку, допомагати засвоювати практики саморегуляції й запобігання негативних емоцій, таких як злість, гнів, смуток тощо. Щоб допомогти учням подолати емоційний стрес, зумовлений жахіттями надзвичайної ситуації, важливо організувати сприятливу й комфортну міжособистісну взаємодію між учасниками освітнього процесу [127, с. 13].

Здобувачі освіти можуть навіть не усвідомлювати, що в умовах надзвичайної ситуації перебувають у важкому психоемоційному стані. Щоб розпізнати це, педагогам варто звертати увагу на певні симптоми. Розглянемо, зокрема, симптоми стресу в учнів молодшого шкільного віку (з 6-7 до 10-11 років):

- Когнітивні: порушення сприйняття; зниження психічних функцій, зокрема, концентрації уваги; погіршення когнітивних навичок; переважання у спілкуванні простих відповідей. Молодші школярі не розуміють суті травматичних подій, вдаються до вигаданих пояснень причинно-наслідкових зв'язків.

- Емоційні: погіршення настрою; негативне ставлення до оточуючих; страх і тривога; плач через несподівані подразники, підвищена реакція на гучні звуки; емоційне заціпеніння; поява нових страхів. Нагадування про травматичну подію спричиняє підвищення відчуття тривоги в учнів; з'являється почуття провини, що не притаманне дітям цього віку; виникає втрата інтересу до діяльності, яка раніше приносила задоволення; спостерігається підвищення рівня упертості, агресії, немотивованих спалахів гніву й ворожості.

- Поведінкові: відмова відвідувати заняття, зниження пізнавальної активності; бажання усамітнитися; незвична поведінка; схильність до відтворення травматичної ситуації; порушення сну, нічні кошмари; регресія: втрата навичок самообслуговування й охайності, поява звички кусати нігті чи смоктати пальці.

- Фізичні: заїкання, енурез, періодичні скарги на біль, наприклад, у шлунку; фізичні симптоми, не пов'язані з хворобами [127, с. 14].

Розуміння психоемоційного стану учнів і впливу надзвичайної ситуації на психіку дитини є важливим завданням професійної підготовки майбутнього вчителя, адже місія підготовки й налаштування здобувачів освіти до життєдіяльності в умовах надзвичайної ситуації значною мірою покладена на педагогів. Саме вони покликані навчити учнів, як діяти в окремих НС.

Організація освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій у більшості вітчизняних і закордонних досліджень визнана як провідний чинник соціальної та психологічної допомоги дітям, адже освіта формує відчуття колективної підтримки, згладжує страхи перед невідомим майбутнім, об'єднує педагогів і учнів навколо питання розбудови мирного середовища [338].

Однак, незважаючи на значне збільшення кількості стихійних лих, техногенних катастроф, соціальних і воєнних конфліктів у світі, проблеми організації освіти в надзвичайних ситуаціях не стали пріоритетними в українських наукових дослідженнях. Винятком є поодинокі статті. Зокрема, українська дослідниця О. Онопрієнко, на основі результатів вивчення стану

організації освітнього процесу в початковій школі під час НС воєнного характеру, робить висновок, що в такий складний період педагоги, насамперед, потребували відповідного методичного й психологічного супроводу для реалізації професійних завдань [205, с. 51]. У статті О. Іванченко розкрито досвід навчання здобувачів вищої освіти в умовах повномасштабного вторгнення РФ на територію України, напрацьований зусиллями викладацького колективу медичного університету [350].

Зважаючи на довготривалий період окремих НС, науковці А. Грицак, В. Добринський, Є. Івашкевич, Д. Коломієць, О. Хомік акцентують увагу на потребі виховання в учасників освітнього процесу культури безпечної поведінки в умовах НС, що включає: розуміння реальних і потенційних загроз (психологічних, техногенних, воєнних, соціальних, екологічних) здоров'ю та життю; формування готовності до адекватної реакції на такі загрози [134].

Науковці-педагоги наголошують на необхідності здійснювати психолого-педагогічні дослідження, які допоможуть визначити зв'язки між освітнім процесом і захистом учнів у НС для їх подальшої імплементації в закладах освіти [370].

Погоджуємось з науковцями, що важливо впроваджувати світовий досвід організації освітнього процесу в умовах НС. Актуальними є дослідження механізмів надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу, які опинились в умовах НС воєнного характеру. Вчителі повинні володіти методиками організації психологічно комфортного й безпечного освітнього середовища, чітко розуміти цілі навчання й виховання під час війни [235]. Актуальним і необхідним є вивчення та реалізація досвіду європейських країн, які організовували освітній процес в умовах війни або конфронтації на спірних територіях, зокрема й у період післявоєнного відновлення. Важливим для нашого дослідження є досвід таких країн як Албанія, Боснія і Герцеговина, Македонія, Сербія, Словенія, Хорватія; частково визнаних держав, таких як Республіка Косово й Турецька Республіка Південного Кіпру.

Зокрема, дослідження хорватських науковців підтверджують, що війна негативно вплинула на психоемоційний стан і фізичне здоров'я хорватських дітей [351, с. 575], на результати навчання тих, хто безпосередньо проживав на території ведення активних бойових дій [353, с. 994].

У дослідженнях щодо впливу на організацію освітнього процесу постійних конфліктів і проблем безпеки в Косово освіта визнана основним рушієм розбудови сприятливого й безпечного життя. Корисними для українських освітян можуть бути результати досліджень [360, с. 98; 380, с. 103; 396, с. 15], у яких розкрито негативний вплив війни на освітню сферу, підтверджено ефективність заходів, проведених з метою відновлення освіти албанців у Косово.

Чіткий алгоритм дій у разі надзвичайних ситуацій різного характеру знаходимо в дослідженні радниці з питань освіти та зменшення ризику стихійних лих Міжнародного ресурсного центру з прав дитини «Save the Children» М. Петал [373]. Знання таких алгоритмів дадуть можливість освітянам адекватно оцінити ситуацію й визначити необхідний порядок дій, від чого може залежати здоров'я й життя учнів і педагогів. Матеріали таких досліджень, проведених в європейських країнах, слід було б адаптувати до українських умов і включити до програм професійної підготовки майбутніх учителів із метою виховання їх емоційної культури й формування навичок ефективних дій в умовах надзвичайних ситуацій.

Готовність до правильного реагування на надзвичайні ситуації у світовій літературі визначено як всеосяжні знання, здібності, навички й дії, важливі для швидкого реагування на можливі або фактичні біологічні, хімічні, ядерні, радіологічні, техногенні інциденти, стихійні лиха або інші загрозливі події [383, с. 426].

Важливим є дослідження фахівців з питань освіти в надзвичайних ситуаціях Альянсу «Врятуйте дітей», що базується у Великій Британії, С. Ніколаї та К. Тріплекорна, у якому досить ґрунтовно розкрито питання про те, як війна впливає на освіту та які наслідки спричиняє для когнітивного й

соціального розвитку дитини; як освітні програми можуть зміцнити психосоціальний і фізичний захист дітей; які небезпеки для дітей можуть виникати під час організації навчання в умовах НС [370]. У дослідженнях [319; 320; 322] з'ясовано, що в дітей спостерігається виникнення посттравматичного синдрому впродовж довгого періоду після виїзду із зони ведення бойових дій.

Зарубіжні науковці [336; 349; 351; 368] визначають основні навички, необхідні учасникам освітнього процесу в умовах НС: здатність адаптуватися до змін, вміння не зациклюватися на невдачах; володіння власними емоціями та їх розумні прояви; повага до себе й до інших; вміння концентрувати свої здібності на те, що можна змінити на краще; здатність уникати провокацій і конфліктів. Як показала практика організації освіти в умовах воєнного стану, більш цінними є навички подолання тривожності, страху, депресії, паніки, апатії, прояви яких серед освітян стають усе частішими.

Ознайомлення майбутніх учителів із досягненнями зарубіжних дослідників і впровадження їх методичних розробок сприятимуть удосконаленню їхньої особистісно-професійної підготовки, розвитку спроможності до посттравматичного зростання, тобто підвищення попереднього рівня функціонування після пережитого стресу [55, с. 112].

В умовах глобальних викликів, спричинених надзвичайними ситуаціями, набувають особливої актуальності впровадження й реалізація таких нормативно-правових документів України: Постанова КМ України від 26.06.2013 р. № 444 «Про затвердження порядку здійснення навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях», Наказ МВС України від 21.10.2014 р. № 1112 «Про затвердження Положення про організацію навчального процесу з функціонального навчання», Наказ МОН України від 21.11.2016 р. № 1400 «Про затвердження Положення про функціональну підсистему навчання дітей дошкільного віку, учнів та студентів діям у надзвичайних ситуаціях (з питань безпеки життєдіяльності) єдиної державної системи цивільного захисту», лист МОН України від 22.04.2022 р. № 1/4408-22 «Рекомендації щодо проведення бесід зі здобувачами фахової передвищої,

вищої освіти з питань уникнення враження мінами і вибухонебезпечними предметами та поведінки у надзвичайній ситуації», лист МОН України від 12.01.2024 р. № 1/548-24 «Про затвердження Організаційно-методичних вказівок з підготовки населення до дій у надзвичайних ситуаціях на 2024-2025 роки» тощо. У зазначених документах чітко розкрито мету, завдання, перелік сил і засобів, порядок діяльності функціональної підсистеми навчання дій у надзвичайних ситуаціях. Завдання цієї функціональної підсистеми полягають: в організації та реалізації заходів цивільного захисту, спрямованих на реагування й запобігання надзвичайних ситуацій природного, техногенного, воєнного й соціального характеру, на захист учасників освітнього процесу від небезпечних факторів впливу; в забезпеченні організаційно-методичного керівництва щодо проведення в закладах освіти днів цивільного захисту, об'єктових тренувань, тижнів безпеки життєдіяльності; в організації заходів, спрямованих на навчання здобувачів освіти діям у НС, формування знань і вмінь із питань особистісної безпеки в умовах виникнення НС, вивчення основ цивільного захисту, правил пожежної безпеки; оцінювання якості проведених заходів із питань навчання дій у НС тощо [134, с. 164].

Міністерство освіти і науки України в умовах війни постійно працює над тим, щоб створити у закладах освіти різних рівнів умови для формування безпечного психосоціального простору, надати можливість учасникам освітнього процесу набути навички саморегуляції і психологічної стійкості, тому важливим напрямом діяльності Міністерства є сфера ментального здоров'я.

У сфері психічного здоров'я МОН України зосереджується на двох ключових завданнях: зміна змісту освіти та вдосконалення психологічної служби в освітній системі. Перше завдання передбачає внесення змін в освітній процес для підтримки психічного здоров'я всіх його учасників. Вносяться зміни: до Державного стандарту початкової освіти, що стосуються знань і навичок збереження та покращення психічного здоров'я; до Положення про акредитацію освітніх програм для врахування компонента психічного здоров'я;

до інших нормативно-правових актів. Крім того, педагогічні працівники проходять спеціальне навчання у сфері підтримки психічного здоров'я, опановують навички психологічної підтримки. Розробляються матеріали науково-методичного забезпечення.

Упроваджуються також зміни у психологічній службі системи освіти. З метою успішної трансформації сфери ментального здоров'я розроблено й реалізовано Концепцію реформування психологічної служби у системі освіти України на період до 2030 року, проводиться оновлення навчальних програм відповідного спрямування. З метою підвищення психологічної компетентності педагогічних працівників у 2023 році затверджено типові програми підвищення їх кваліфікації:

- «Психолого-педагогічна підтримка дітей, батьків і педагогів в умовах надзвичайної ситуації»;
- «Плекання резильєнтності в закладі освіти»;
- «Організація безпечного освітнього простору в закладах дошкільної освіти»;
- «Психолого-педагогічні методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом» [219].

Упродовж 2022-2023 навчального року з метою підтримки освітнього процесу Міністерство освіти і науки України у співпраці з Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ) в Україні та Першою леді України О. Зеленською започаткували ініціативу «Спільно до навчання», яка спрямована на захист прав дітей і забезпечення можливостей їх безперервного навчання під час НС воєнного характеру. У межах цієї ініціативи зусилля МОН України у співпраці з ЮНІСЕФ спрямовані на підтримку дітей в адаптації до освітнього процесу, а також на покращення їх психічного й фізичного здоров'я. Найважливішим компонентом цієї ініціативи є всебічна підтримка освітян, шкіл, дітей і їх батьків, а саме: інформаційні матеріали з питань психосоціальної підтримки, мінної безпеки, здорового способу життя й харчування тощо; ресурси для онлайн-навчання; матеріали й інструкції з безпеки; матеріали щодо

активностей, що можна проводити в укриттях; вебінари й інструменти для психосоціальної підтримки вчителів, дітей і батьків [256]. Освітня ініціатива «Спільно до навчання» стала прикладом ефективної підтримки учнів і освітян у подоланні бар'єрів, що виникають під час здійснення освітнього процесу в умовах надзвичайної ситуації воєнного характеру.

У травні 2022 року в Україні стартувала Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?», ініційована першою леді України О. Зеленською з метою допомогти українцям подолати стрес і наслідки пережитих травматичних подій, пов'язаних із війною; сформувати в суспільстві культуру піклування про психічне здоров'я; надати інструменти, які допоможуть подбати про свій внутрішній світ. Всеукраїнська програма ментального здоров'я реалізується за підтримки та координації МОЗ України, Всесвітньої організації охорони здоров'я, громадської організації «Безбар'єрність», Агентства США з міжнародного розвитку (USAID).

На Інтернет-сторінці програми <http://howareu.com> (howareu_program) запропоновано контакти, покликання, поради, методики й техніки, які допоможуть подбати про своє ментальне здоров'я. На офіційній сторінці програми розміщено актуальні матеріали:

- Розділ «Етика взаємодії у період стресу» у «Довіднику Безбар'єрності» – вчить як підтримати й допомогти в кризових ситуаціях.
- «Базові навички турботи про себе та інших». Довідник, розроблений на матеріалах ВООЗ, який пропонує техніки допомоги собі й іншим.
- Відеоролики про боротьбу зі стресом.
- Техніки підтримки від українських зірок.
- Вебінари від ізраїльських фахівців в рамках співпраці з Ізраїльським центром травми та стійкості NATAL. Серія практичних занять і онлайн-лекцій, під час яких експерти розповідають про те, як надати першу психологічну допомогу в екстрених ситуаціях, як відновитися після пережитих травматичних подій, як працювати з ПТСР тощо.

- У додатку BetterMe: Mental Health доступний курс на тему: «Важливі навички у періоди стресу», розроблений за експертної підтримки ВООЗ.
- Проєкт Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) «ПОРУЧ» – очні й онлайн, індивідуальні та групові консультації для учнів, учителів і батьків, які пережили травматичні події.
- ГО «Безбар'єрність» на офіційній сторінці у Facebook організовує прямі трансляції спілкування з фахівцями у сфері психічного здоров'я на актуальні теми.
- Мультижанровий спецпроєкт «Жити далі» – надихаючі відеоролики про приклади стійкості й сили українців під час війни.
- Аудит ресурсів системи надання послуг у сфері психоемоційного здоров'я.
- Аудит потреб громадян щодо отримання послуг з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки.
- Міжнародний досвід. Інтеграція матеріалів щодо основних принципів побудови систем психічного здоров'я у розвинених країнах світу. Аналіз успішного й негативного досвіду.
- Кризові номери телефонів.
- Вивчення психоемоційного стану українців тощо [52].

Матеріали всеукраїнської програми можуть використовувати всі учасники освітнього процесу задля покращення свого ментального здоров'я. Важко навчати, коли потрібно не лише ділитися знаннями, а й слідкувати за безпекою дітей під час ракетних обстрілів, водночас залишаючись спокійним. Вчитися надзвичайно складно, коли замість шкільного дзвінка лунає сигнал повітряної тривоги. У таких умовах важливими є знання про те, як стабілізувати емоційний стан і зберегти психічне здоров'я, щоб мати можливість продовжувати здобувати освіту й навчати інших.

До старту 2023-2024 навчального року МОН України спільно з Всеукраїнською програмою ментального здоров'я «Ти як?», Координаційним центром з психічного здоров'я при КМ України, медіасервісом «MEGOGO

Освіта» і Представництвом Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, Асоціацією інноваційної та цифрової освіти розробили перший урок щодо важливості підтримки емоційного здоров'я на тему: «Ти як? Повертаємось до школи!». У перші тижні нового навчального року навантаження на дітей зростає. До вже наявного стресу від війни додаються виклики у спілкуванні з однолітками та вчителями, адаптації до нових форматів і умов навчання, пошук взаєморозуміння з батьками. Це вимагає від учнів додаткових зусиль і може стати джерелом нових страхів, переживань і невпевненості. Навантаження, які через надзвичайну ситуацію воєнного характеру повинна витримувати дитина, вимагають змістовної розмови і з батьками, і з дітьми. Розроблений фахівцями урок «Ти як? Повертаємось до школи!» навчає дітей методам саморегуляції, що допомагають впоратися з тривогою чи страхом, заспокоїтися та підтримати себе як під час навчального процесу, так і в повсякденному житті. Матеріали уроку включають відеозвернення психологів, які пояснюють учням, як функціонують емоції, демонструють прості вправи, що забезпечують емоційну стабільність у складних ситуаціях [53].

Такі програми, проєкти, інформаційні кампанії допомагають в умовах надзвичайних ситуацій покращити освітній процес, спрямовують зусилля педагогів на підтримку ментального здоров'я свого й здобувачів освіти, яке є такою ж базовою необхідністю кожної особистості, як і турбота про фізичне здоров'я.

Підсумовуючи, зазначимо, що надзвичайні ситуації несуть велику загрозу психологічному здоров'ю й емоційному стану учасників освітнього процесу. Для здійснення професійної діяльності в умовах НС учителі потребують не тільки спеціальних знань і практичних навичок, а й розвитку певних особистісних якостей. Важливим постає питання комплексної підготовки педагога, яка включатиме виховання його емоційної культури, що визначає емоційну спрямованість його професійної поведінки, проявляється у вмінні керувати своїми емоційними станами й емоційними реакціями дітей. Емоційна культура вчителя не формується самостійно, тому необхідно створювати умови

для її розвитку в процесі професійної підготовки. Важливими інструментами для цього є розробка й упровадження ефективних методик і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій.

Негативний вплив НС на психоемоційний стан учасників освітнього процесу є важливим чинником для створення умов, що сприятимуть вихованню їх емоційної культури. Це допоможе легше переживати травмуючі події, адаптуватися до них і продуктивно продовжувати освітню діяльність. Здійснення заходів щодо підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу необхідно реалізовувати на всіх рівнях, адже це сприятиме формуванню стійкого та здорового суспільства. Безпека освітнього процесу й формування емоційної культури здобувачів освіти під час НС значно залежать від учителів, тому необхідно осучаснити методологічні підходи в педагогічних закладах вищої освіти, оновити зміст навчальних програм, впровадити спеціальні педагогічні умови для виховання емоційної культури у майбутніх учителів з метою їх ефективної професійної діяльності в надзвичайних ситуаціях.

Для з'ясування рівня готовності здобувачів вищої освіти педагогічних університетів до такої діяльності та володіння ними актуальними компетентностями, необхідно визначити відповідні компоненти, критерії, показники, рівні сформованості емоційної культури майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій і розробити діагностичний інструментарій їх вимірювання.

1.3 Структура емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій; критерії, показники та рівні її сформованості

Практичне вирішення проблеми виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій

значно залежить від розуміння її суті, змісту; від того, які компоненти входять до її структури, від їх змістових характеристик.

Аналіз наукової літератури дозволяє зробити висновок, що дослідники по-різному підходять до визначення змісту та структури емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів. Сучасні науковці визначають емоційну культуру як: інтегративну якість особистості, яка має емотивну, когнітивну, діяльнісну складові та включає здатність до саморегуляції й самоуправління (І. Анненкова [9], І. Гапійчук, О. Якубовська [313]); різноманітність переживань (І. Могілей [193]); сукупність якостей (О. Демченко [79]; О. Турська [279]); яскраве вираження та розвиток почуттів (Т. Стас [257]); певний рівень культури емоцій (Л. Сбітнєва [249], О. Чебикін [294]); цілісну систему емоційно-вольової культури особистості (Н. Шевченко [302]).

У нашому дослідженні ми дотримуємося позиції, відповідно до якої емоційна культура є інтегративною якістю майбутнього вчителя, оскільки не лише входить до всіх зазначених сукупностей ключових компетентностей, а й виступає в них змістоутворювальним компонентом. Це дозволяє визначити характерні ознаки емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій (рис. 1.1).

У розумінні О. Чуби, емоційна культура вчителя – це відкрита багатофункціональна система, що має свою особливу організацію, складається з кількох структурних компонентів, взаємодіє з навколишнім середовищем і характеризується інтеграційними властивостями цілого [298].

Трирівневу структуру емоційної культури запропонувала О. Турська й включила до неї: 1) знання про зміст, значення й роль емоцій у житті особистості; 2) якості особистості (емпатію, толерантність, емоційну пам'ять, емоційне відчуття); 3) уміння (емоційну регуляцію, творчі здібності) [279].

Ключовими елементами емоційної культури О. Чебикін визначає: емоційно-пізнавальну активність; гуманістичну, емоційну спрямованість особистості, що виявляється в емпатії; здатність до регулювання емоцій, що вимагає адекватних реакцій [294].



Рис. 1.1. Характерні ознаки емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій

Нам імпонує твердження дослідників Ю. Москвічової та М. Родрігес, які наголошують на тому, що емоційна культура – це синтез безпосередньо культури, інтелекту й емоцій [195].

Важливими для нас також є результати дослідження емоційної сфери майбутнього вчителя О. Лобач. Вона визначає такі складники емоційної культури педагога, які вважає одночасно й показниками та ознаками її сформованості: емоційно-педагогічна спрямованість учителя, багатство переживань, емоційна чутливість, емоційна гнучкість, адекватна емоційно-експресивна виразність, емоційна регуляція й самоконтроль афективних станів, емоційна стійкість, любов до дитини [173]. Науковиця створила модель структури емоційної культури майбутнього вчителя, що дає змогу наочно показати внутрішні зв'язки між її складовими, зрозуміти їх взаємовпливи та

взаємодію, а також представити емоційну культуру педагога як інтегративну якість (рис. 1.2).

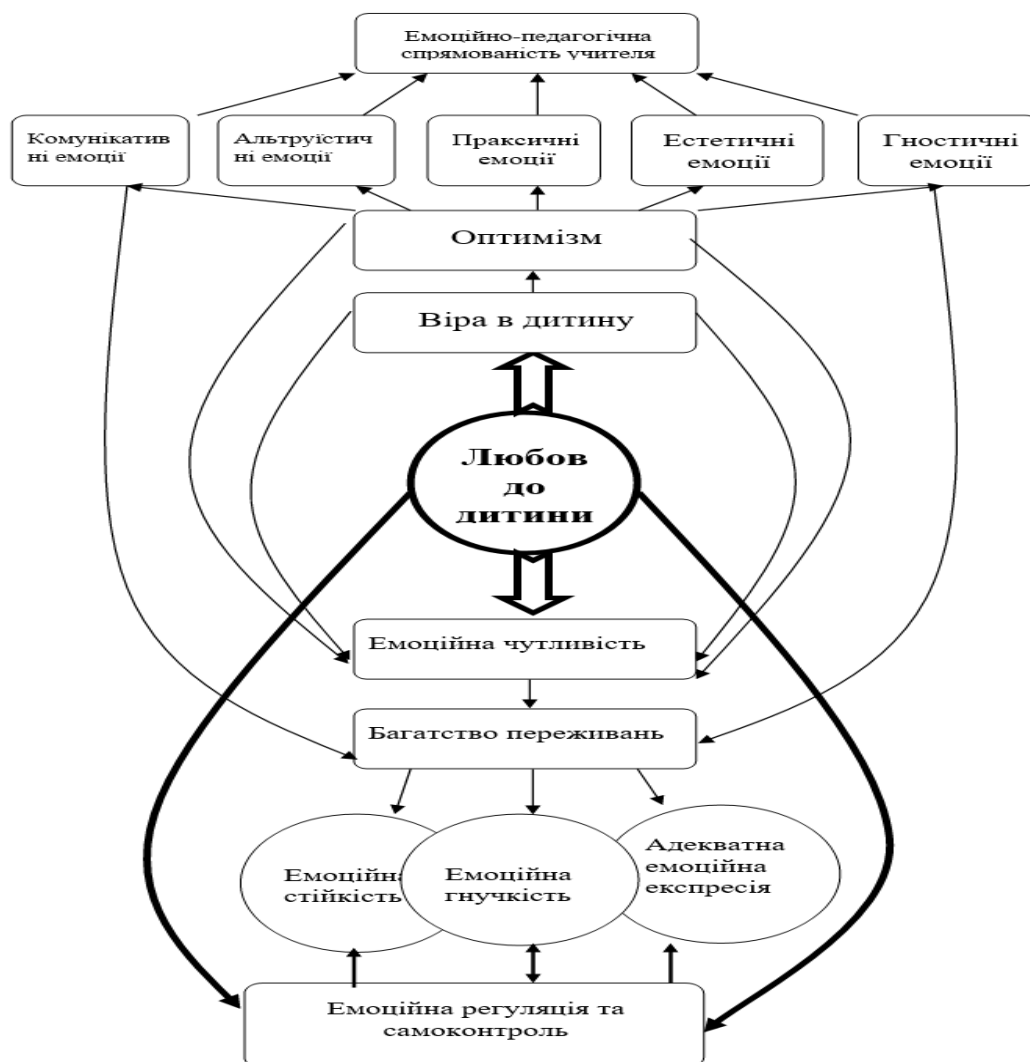


Рис.1.2. Модель структури емоційної культури майбутнього вчителя за О. Лобач [173]

Любов до дитини, яку О. Лобач вважає центром, системоутворювальною основою емоційної культури майбутнього вчителя, формує віру в неї, наповнює чутливістю, оптимізмом, глибиною переживань. Різноманітність почуттів та емоцій за їхньою інтенсивністю й модальністю сприяють емоційній виразності, розвитку емоційної стійкості й емоційної гнучкості. Емоційна стійкість досягається шляхом гармонійного поєднання різних емоцій у любові, яка є

складним світоглядним почуттям. Емоційна регуляція та самоконтроль необхідні вчителю під час здійснення професійної діяльності в умовах емоціогенних надзвичайних ситуацій, яких ще не було в його педагогічному досвіді [173, с. 137].

Нам імпонує модель емоційної культури майбутнього вчителя, яку запропонувала О. Лобач. Проте, на нашу думку, емоційна культура в умовах надзвичайних ситуацій є інтегративною якістю, що включає в себе ще й такі важливі складники як життєстійкість, резильєнтність, емоційний інтелект, екстремальна компетентність тощо.

Досліджуючи емоційну культуру майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, вважаємо, що її важливим показником є життєстійкість (від англ. – *hardiness*). Це риса характеру, що пов'язана зі здатністю справлятися зі стресовими ситуаціями, використовуючи конструктивні копінг-стратегії, які перетворюють травматичні умови на можливість отримання нового досвіду.

Як зазначають В. Предко й О. Сомова, «життєстійкість забезпечує людину навичками результативної життєдіяльності всупереч життєвим труднощам і перешкодам, допомагає зберігати рівновагу в процесі адаптації до нових складних умов та прагнення жити гармонійним і стабільним життям»[227, с. 89].

Відповідно до теорії С. Мадді, життєстійкість включає такі компоненти: 1) залученість (*commitment*) – активність, ініціативність, переконаність, що події, які відбуваються, дадуть можливість отримати щось цінне для саморозвитку; 2) контроль (*control*) – здатність оперативно усвідомлювати, ідентифікувати, контролювати й регулювати свої емоції; переконаність, що боротьба дає можливість коригувати результат подій; 3) готовність до ризику (*challenge*) – сприйняття негативних подій як виклику й випробування своїх можливостей; переконаність, що все, що відбувається, сприяє особистісному розвитку завдяки знанням, отриманим з позитивного чи негативного досвіду [362] (рис. 1.3).

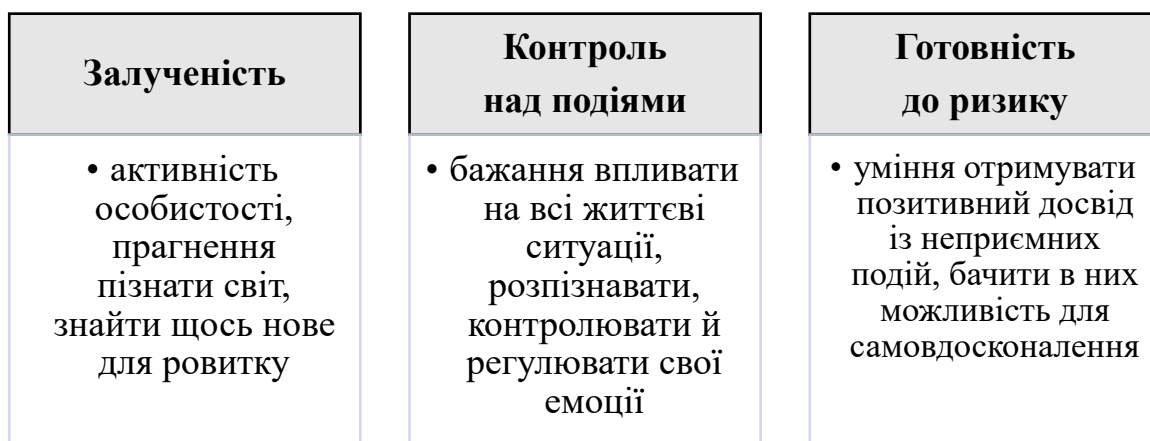


Рис. 1.3. Компоненти життєстійкості за С. Мадді [362]

Життєстійкість включає здатність учителя конструктивно адаптуватися до складних життєвих ситуацій і швидко відновлюватися. Вона є своєрідним джерелом сили, психічної енергії й ефективних копінг-стратегій, які допомагають долати стрес. Життєстійкість включає усвідомлення учителем того, що професійний шлях сповнений проблем і труднощів і їх не завжди можна попередити. Однак потрібно залишатися гнучким до мінливих ситуацій, відкритим до будь-яких змін, готовим адаптуватися до складних умов. Педагоги з високим рівнем життєстійкості, як і інші, відчувають тривогу й страх, проте вони здатні застосовувати конструктивні стратегії й навички вирішення складних ситуацій, які допомагають відновленню сил, дають можливість отримувати новий досвід і розвиватися [225].

Науковцями [225; 363] визначено три рівня життєстійкості педагога (рис. 1.4).

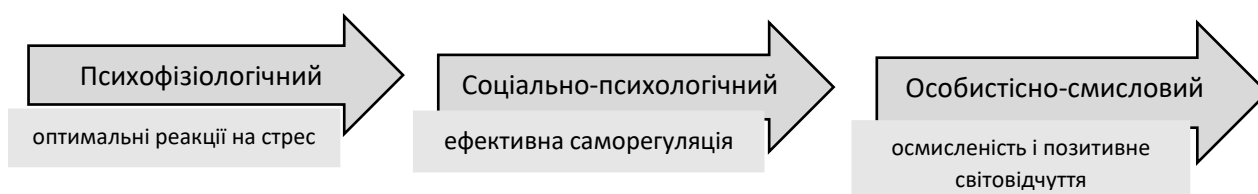


Рис. 1.4. Рівні життєстійкості

Життєстійкість педагога сприяє ефективному протистоянню стресу, усвідомленості та відповідальності, можливості швидко відновлюватися в складній ситуації, формуванню фрустраційної толерантності. Все це допомагає

учителів уміло долати напруження й тривогу, адекватно реагувати та знаходити конструктивні способи вирішення екстремальних подій [225; 226; 272; 334].

Ураховуючи те, що надзвичайні ситуації спричиняють широкий спектр проблем, містять велику кількість негативних факторів і деструктивно впливають на особистісний розвиток майбутнього вчителя, зауважимо, що переоцінка власного досвіду може стати дієвим інструментом у подоланні труднощів і реалізації внутрішнього потенціалу педагога.

Науковиця Л. Степаненко визначає кілька стилів життєстійкості, що можуть бути притаманні, зокрема, майбутньому вчителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій: емоційно-стійкий стиль включає яскраво виражені характеристики емоційної стійкості; проблемо-розв'язальний і чуйний (стресостійкий) стиль передбачає прояви емоційної чутливості й філософського переосмислення негативної ситуації; контрольо-захисний стиль представлений вираженням характеристик емоційного реагування й захисних реакцій особистості, спрямованістю на отримання позитивного досвіду боротьби зі стресом. До структури кожного із зазначених стилів життєстійкості входить різне поєднання копінг-захисних механізмів і емоційних властивостей майбутнього вчителя [259, с. 28].

Близьким до поняття життєстійкості є феномен резильєнтності – як здатність чи якість, як процес і як адаптаційний чи захисний механізм особистості. Резильєнтність – це здатність людини, яка пережила стрес або потенційно руйнівну подію (втрату рідної людини чи ситуацію, що загрожує життю), зберігати стабільний рівень фізичного та психологічного стану, відчувати позитивні емоції та отримувати уроки зі свого досвіду.

Резильєнтність важлива для педагога загалом і в умовах надзвичайних ситуацій зокрема, адже вчителі у своїй щоденній професійній діяльності в умовах НС стикаються з численними викликами, такими як: організація освітнього процесу в умовах непередбачуваності й невизначеності; попередження й усунення загрозових для здоров'я й життя ситуацій;

налагодження ефективної взаємодії з учасниками освітнього процесу з урахуванням особливостей переживання психотравматизації й гострого стресу; налаштування освітнього середовища на новий рівень небезпеки тощо [14; 296; 323; 329; 330; 344; 364; 379; 392; 394 та ін.]. Тому важливим складником емоційної культури вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій є резильєнтність, яка допомагає їм бути більш витривалими та стійкими у непростих професійних і життєвих обставинах.

На нашу думку, учитель повинен мати необхідний рівень готовності до діяльності у складних і небезпечних умовах, дотримуватись вимог безпеки праці, володіти знаннями й навичками психологічного впливу на учня. Тому вважаємо, що з метою виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій необхідно сформувати у нього навички екстремальної компетентності. Аналіз психологічної та педагогічної літератури показав, що дослідники поняття «екстремальна компетентність» трактують як: уміння оперативно реагувати на надзвичайні ситуації та швидко приймати відповідальні, правильні рішення; готовність до різноманітних реакцій здобувачів освіти на екстремальні події, до непередбачуваності ситуацій; навички оцінювання ризиків і загроз [128; 289; 318; 346; 378 та ін.].

Науковиця О. Цільмак визначає екстремальну компетентність як здатність педагога професійно й ефективно діяти в екстремальних, конфліктних, складних умовах завдяки набутому досвіду, знанням, практичним умінням і навичкам. Основою екстремальної компетентності вона вважає: індивідуально-психологічні та психофізіологічні (витривалість, швидкість реагування на небезпеку, здатність до тривалого напруження) властивості, професійно значущі якості (наполегливість, цілеспрямованість, самовладання, витримка, здатність до виправданого ризику) та мотивацію. Дослідниця поділяє екстремальну компетентність за формою прояву на свідому (розуміння особливостей виконання професійної діяльності у складних, конфліктних та

екстремальних ситуаціях) і несвідому (коли навички повністю інтегровані у поведінку фахівця) [289].

Екстремальна компетентність включає ряд складників, що можна об'єднати в три групи ключових компетенцій учителя: компетенції регуляції; компетенції саморегуляції; компетенції, пов'язані з самовизначенням педагога в екстремальних ситуаціях.

У контексті нашого дослідження екстремальну компетентність учителя ми визначаємо як складник його емоційної культури, що інтегрує в собі особливі психологічні якості педагога, вміння, навички та здібності, що визначають ефективність його дій в умовах надзвичайних ситуацій і готовність до надання учням первинної (екстреної) психолого-педагогічної допомоги.

Багато науковців [79; 173; 193; 257; 291; 306; 307 та ін.] важливими складниками емоційної культури вчителя вважають: уміння контролювати себе в емоціогенних ситуаціях, здатність до емоційної регуляції й саморегуляції різноманітних психологічних станів, емоційну стійкість, стабільність, урівноваженість, любов до дитини, вміння розуміти її внутрішній стан, чутливість, емпатію, емоційну виразність тощо.

Представимо узагальнений аналіз змісту ключових складників емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Складники емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій

Складники емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС	Зміст і характеристика поняття
Емоційний інтелект	Здатність усвідомлювати, розуміти й управляти емоціями, думками, поведінкою, мотивацією; регулювати власний емоційний стан; вміння управляти емоційними

	станами оточуючих, співпереживати, розуміти їхні актуальні потреби й розвивати сильні сторони [26; 30; 75; 178; 203; 287; 294; 295; 366 та ін.].
Емоційна компетентність	Комплекс знань, умінь, навичок, які дають можливість приймати адекватні рішення, діяти на основі результатів інтелектуальної обробки внутрішньої й зовнішньої емоційної інформації [75; 187; 325; 332 та ін.].
Емоційна зрілість	Вищий рівень емоційного розвитку особистості, що характеризується довільністю, усвідомленням, опосередкованістю емоційних реакцій і емоційної поведінки; формується в різних видах діяльності й культурно-історичних умовах [12; 146; 209; 293 та ін.].
Емоційна стійкість	Єдність емоційних характеристик, спрямованих на досягнення поставленої мети; головним критерієм емоційної стійкості є висока ефективність діяльності в неспецифічних для особистості обставинах [4; 145; 217; 218; 237; 303 та ін.].
Емоційна ідентифікація	Процес сприйняття й усвідомлення (впізнавання) емоцій та емоційних станів інших людей; здатність проникати в емоційний стан учнів через емоційне співпереживання [118; 302; 366 та ін.].
Емоційна чутливість	Готовність до емоційних реакцій, що проявляється у різноманітності почуттів, здатності до подиву, вразливості, піднесеності, захоплення; гостре сприйняття або реагування на щось, наприклад, на емоції іншого [102; 147; 315 та ін.].
Емоційна гнучкість	Уміння вчителя творчо змінювати модальність актуалізованої ситуативної емоції, гармонійна єдність емоційної стійкості й емоційної експресивності, усвідомлене регулювання діяльності [75; 249; 346 та ін.].

Емоційна саморегуляція та самоконтроль	Здатність керувати власними емоціями, емоційними збудженнями, здатність до ефективної педагогічної діяльності в емоціогенних ситуаціях [136; 211; 270; 292; 294; 306 та ін.].
Емоційна рефлексія	Здатність особистості рефлексивно визначати й регулювати емоції, робити висновки про їх ефективність, типовість, адекватність конкретній ситуації [40; 180; 191; 286; 366 та ін.].
Емоційна грамотність	Здатність і вміння розпізнати емоції, почути і зрозуміти іншого, емоційно співпереживати та виразно проявляти емоції [22; 110; 156; 184; 386 та ін.].
Емоційна стабільність	Здатність зберігати рівновагу та стійкість щодо зовнішніх впливів [231; 263; 308 та ін.].
Життестійкість	Особистісна риса, що характеризується здатністю долати стресові ситуації, реагувати на них за допомогою конструктивних копінг-стратегій, які перетворюють травмуючі обставини на додаткові можливості особистісного зростання й набуття досвіду [28; 154; 227; 259; 334; 363 та ін.].
Резильєнтність	Здатність знаходити ресурси для відновлення після стресової або травмуючої події, протистояти складним життєвим обставинам, утримувати стабільні рівні фізичного та психологічного функціонування, а також здатність учитись на власному досвіді, відчувати позитивні емоції [55; 126; 277; 296; 323; 364; 379; 392; 394 та ін.].
Екстремальна компетентність	Уміння адекватно реагувати на екстремальні ситуації та приймати відповідальні рішення; навички оцінювання ризиків і загроз; готовність до різноманітних реакцій учнів на екстремальні події, до непередбачуваності обставин [128; 289; 318; 346 та ін.].

Багатство емоційної сфери	Різноманітність діапазону емоцій за модальністю, змістом, динамікою: простих і амбівалентних; нейтральних, позитивних, негативних; різної інтенсивності; моральних, інтелектуальних, естетичних [102; 173; 180 та ін.].
Емпатія	Здатність усвідомлювати почуття інших; активна практична діяльність, орієнтована на налагодження ефективної комунікації з іншими, розуміння та врахування їх емоцій і почуттів у різних життєвих обставинах [34; 57; 180; 263 та ін.].
Адекватна емоційно-експресивна виразність	Невербальна комунікація, виразність що проявляється в жестах, рухах, ході, мовленні, міміці; залежить від індивідуальних особливостей емоційної сфери педагога, глибини й інтенсивності переживань, широти діапазону почуттів та емоцій [9; 116; 196; 292 та ін.].
Емоційно-педагогічна спрямованість особистості вчителя	Втілення людських цінностей та ідеалів, що знаходять своє вираження: у прагненні до гармонійного спілкування в системі учитель – учень (щирість, оптимізм, емпатія тощо); у бажанні до ефективності й доцільності педагогічної діяльності [44; 102; 123; 172 та ін.].
Емоційна готовність до професійної діяльності	Інтегративна якість особистості, що являє собою комплекс емоційних знань і досвід їх адекватної реалізації в професійній діяльності; особистісний ресурс, що забезпечує результативність міжособистісної взаємодії в професійній діяльності майбутнього фахівця [18; 32; 94 та ін.].
Оптимізм учителя	Безумовна віра в дитину та її можливості, емоційно-позитивний погляд на особистість учня [25; 45; 99; 173 та ін.].

Джерело: упорядковано й узагальнено автором

Визначені нами складники емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій стануть основою її структурної моделі.

Проаналізуємо підходи сучасних науковців до визначення структурних компонентів, критеріїв і показників сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів з метою формування її структури в умовах надзвичайних ситуацій.

У структурі емоційної культури особистості Л. Майстренко виокремлює п'ять компонентів: «Емпатійний компонент включає здатність співпереживати, ідентифікувати й поважати почуття інших, розуміти причини їх виникнення. Когнітивний компонент – це знання про суть і психологічні закономірності емоцій людини, про чинники, які визначають ступінь їх вираження. Рефлексивний компонент передбачає здатність розуміти власні емоції та причини їх виникнення. Регулятивний компонент – це здатність контролювати емоції, розуміти особливості складних ситуацій і знаходити шляхи їх вирішення, стимулювання позитивних емоцій, а також уміння визначати стратегію власної поведінки для підтримки адекватного емоційного стану. Мотиваційний компонент включає потребу в самоорганізації власних емоцій і бажання досягти стабільного й позитивно насиченого емоційного життя»[178, с. 26].

Досліджуючи виховання емоційної культури майбутнього вчителя музики, І. Могілей визначає такі складники його емоційної культури: здатність ідентифікувати емоційний стан і бажання зрозуміти почуття учнів; уміння долати власні негативні емоції й навчати цьому учнів; уміння орієнтуватися в емоційній обстановці, відповідно на неї реагувати, розуміти причини та шляхи усунення труднощів; уміння адекватно проявляти необхідні відчуття, настрій, емоції, знаходити ефективний стиль взаємодії; здатність до емпатії, співпереживання, співчуття; уміння долати внутрішнє роздратування тощо. Дослідниця акцентує увагу на важливості емоційного фактора в педагогічній діяльності вчителя і до структурної моделі емоційної культури педагога

включає інтелектуально-операційний, мотиваційний, комунікативний, оцінювальний, емоційно-вольовий компоненти [193].

У структурі емоційної культури майбутнього вихователя закладу дошкільної освіти Т. Шульга виокремлює такі її основні компоненти: пізнавально-інтелектуальний, мотиваційно-ціннісний, особистісно-рефлексивний і комунікативно-діяльнісний; визначає чотири критерії сформованості та відповідні показники зазначеної якості: когнітивний (знання ключових понять емоційної культури вихователя закладу дошкільної освіти; знання особливостей емоційної сфери особистості); мотиваційний (потреба в саморозвитку й самовдосконаленні емоційної культури; усвідомлення важливості її формування для професійного й особистісного розвитку); емоційно-рефлексивний (сформованість комплексу якостей і властивостей, таких як: емпатія, асертивність, толерантність, емоційна саморегуляція, адекватна оцінка емоційних реакцій і станів); поведінковий (здатність ефективно розв'язувати складні ситуації, проявляти емоції соціально прийнятими способами) [307, с. 5].

Важливим для нас є дослідження Т. Стас емоційної культури майбутніх учителів початкової школи, у структурі якої вона визначає емоційно-почуттєвий, мотиваційно-ціннісний, когнітивно-пізнавальний, рефлексивно-прогностичний і практико-поведінковий компоненти. Нам імпонують визначені науковицею критерії та показники сформованості емоційної культури: емоційний (емоційна спрямованість і емоційний стан педагога; емпатія); мотиваційний (розуміння значущості емоційної культури для ефективної професійної діяльності вчителя; інтерес до виховання емоційної культури учнів; прагнення до емоційного самовдосконалення); когнітивний (наявність психолого-педагогічних знань, знання особливостей емоційної сфери особистості); прогностичний (саморегуляція й адекватне самооцінювання власного емоційно-психологічного стану під час педагогічної діяльності); поведінковий (емоційна виразність; використання емоціогенних чинників

програмного матеріалу з метою впливу на емоційну сферу учнів; здатність створювати сприятливу емоційну атмосферу в освітньому середовищі) [257].

Досліджуючи емоційну культуру майбутніх учителів початкових класів, Н. Казьмірчук і М. Яковишина виокремлюють у її структурі когнітивний, мотиваційно-ціннісний, аналітико-рефлексивний і конативний компоненти [109, с. 43].

Провідними компонентами, що сприяють формуванню емоційної культури вчителя початкових класів у період війни, О. Цюняк вважає: мотиваційно-ціннісний, когнітивний, рефлексивно-емпатійний [291, с. 50].

Незважаючи на деякі відмінності у визначенні структурних компонентів, більшість науковців зазначають, що емоційна культура – це сукупність практичної й теоретичної готовності вчителя до здійснення ефективної професійної діяльності в умовах надзвичайних ситуацій. Таким чином, рівень емоційної культури визначається здатністю долати труднощі емоційного характеру на основі наявних цінностей, знань і вмінь. У нашому дослідженні емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначається як інтегративна якість, що сприяє реалізації емоційних компетентностей, необхідних для конструктивного вирішення професійних завдань у складних умовах сучасності.

Отже, аналіз досліджень науковців дозволяє нам стверджувати, що у найбільш загальному вигляді емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів, як інтегративна якість, включає: аксіологічний (наявність певних цінностей), когнітивний (знання) й операціональний (способи діяльності) аспекти. Емоційна культура вчителя в надзвичайній ситуації передбачає такі якості, що формують його здатність на основі власного досвіду мобілізувати важливі й необхідні знання, вміння, навички й цінності в їх органічній єдності.

Ґрунтуючись на існуючих концепціях, у структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій вважаємо за необхідне виокремити два ключових аспекти –

внутрішньоособистісний (розуміння власних емоцій та управління ними) та міжособистісний (розуміння емоцій інших учасників освітнього процесу й управління ними).

В умовах надзвичайних ситуацій учителю початкових класів мають бути притаманні: емоційна готовність до здійснення професійної діяльності в складних і небезпечних умовах, життєстійкість, резильєнтність, високий рівень емоційного інтелекту, розуміння важливості впровадження особистісно-орієнтованого освітнього процесу, розуміння й урахування у педагогічній взаємодії певних емоцій та емоційного стану здобувачів освіти, їх реакцій на травмуючі події, вміння нормалізувати психоемоційний стан власний та учнів, надати учням емоційну підтримку тощо. Тому в структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначаємо *емоційно-психологічний компонент*.

Професія вчителя – це складна не лише емоційна, а й інтелектуальна праця, яка вимагає вирішення непростих, неочікуваних педагогічних ситуацій; вміння запобігати конфліктам і конструктивно їх розв'язувати; здатності до продуктивної командної роботи, створення позитивного емоційного фону педагогічної взаємодії; розвинених комунікативних навичок, емпатії тощо. Основою емоційної культури вчителя є наявність знань щодо емоційних і безпекових аспектів освітнього процесу в умовах НС, побудови ефективного освітнього простору, збереження ресурсів фізичного та психологічного здоров'я власного й учнів, володіння технологіями й засобами попередження та подолання негативних емоційних станів. Життєво необхідним завданням учителя є формування в учнів знань про реальні небезпеки навколишнього середовища, правила поведінки під час надзвичайних ситуацій, адже безпека учнів в таких умовах залежить не тільки від професійної поведінки педагога, а й від готовності учнів до вирішення завдань у складних умовах сучасності. Тому другим необхідним компонентом емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначаємо *професійно-педагогічний компонент*.

Ураховуючи те, що на думку багатьох сучасних науковців (Л. Груша, А. Чумакова [299], В. Денисенко [80], Т. Стас [257] та ін.), емоційна культура є частиною загальної культури, а в контексті нашого дослідження ми розглядаємо емоційну культуру вчителя також як невід'ємну складову його педагогічної культури, вважаємо за необхідне третім структурним компонентом емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначити *соціально-культурологічний компонент*. Оскільки культура – це система цінностей та уявлень про світ, загальних для осіб, пов'язаних певним способом життя, вона є важливим механізмом, який регулює поведінку людей відповідно до правил проживання в певному соціумі.

Національна культура разом з інституціоналізованими цінностями, культурне середовище, в якому перебуває вчитель, впливають на: його уявлення про загальну безпеку й безпечну атмосферу в освітньому просторі, важливість створення атмосфери довіри у шкільному колективі та роль у цьому процесі вчителів і учнів; внутрішні потреби й мотиви до окремого виду діяльності (зокрема, в контексті нашого дослідження такою є професійна діяльність учителя в умовах надзвичайних ситуацій); визначення життєвих пріоритетів; прийняття цінності емоцій та емоційних станів (власних та інших учасників освітнього процесу) тощо.

Соціально-культурологічний компонент є вкрай важливим і необхідним у структурі емоційної культури майбутнього вчителя для формування нового світогляду, системи ідеалів, цінностей, позицій і зразків поведінки в процесі професійної підготовки в умовах надзвичайних ситуацій.

Отже, на основі теоретичного аналізу наукової літератури, у структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначаємо емоційно-психологічний, професійно-педагогічний і соціально-культурологічний компоненти.

Оскільки емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій включає сукупність відповідних цінностей, знань, умінь і мотивацію до ефективної професійної діяльності, тому визначати

рівень її сформованості пропонуємо за такими критеріями: мотиваційно-ціннісний, пізнавально-когнітивний, рефлексивно-діяльнісний.

Мотиваційно-ціннісний критерій відображає: емоційну готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС; усвідомлення важливості оцінки емоційних станів учасників освітнього процесу; мотивацію до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС; прагнення до попередження та подолання негативних емоційних станів, до психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі; мотивацію до виховання емоційної культури учнів в умовах НС. На наш погляд, саме мотиви, прагнення й цінності допомагають педагогу обирати кращий спосіб здійснення професійної діяльності в умовах надзвичайних ситуацій. Причому мотивація такої діяльності зумовлена не тільки зовнішніми, а й внутрішніми чинниками.

Пізнавально-когнітивний критерій представлений системою знань майбутнього вчителя початкових класів про види НС, їх потенційні ризики та загрози, емоційні й безпекові особливості освітнього процесу в умовах НС; передбачає екстремальну компетентність, емоційний інтелект, знання методик психоемоційної підтримки та правил ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС. Конструктивна взаємодія інтелектуальних та емоційних процесів сприяє зниженню інтенсивності негативних емоційних переживань в умовах надзвичайних ситуацій.

Рефлексивно-діяльнісний критерій емоційної культури майбутнього вчителя відображає: навички життєстійкості, резильєнтності, емоційної регуляції й емоційної саморегуляції, емпатії; здатність оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії; вміння приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях, встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття.

Визначені нами компоненти, критерії та показники сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій представлені в таблиці 1.3.

Таблиця 1.3

**Компоненти, критерії та показники емоційної культури майбутнього
вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій**

Компоненти	Критерії та показники		
	<i>Мотиваційно- ціннісний</i>	<i>Пізнавально- когнітивний</i>	<i>Рефлексивно- діяльнісний</i>
Емоційно-психологічний	<p>1. Емоційна готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС.</p> <p>2. Усвідомлення важливості оцінки емоційних станів учасників освітнього процесу.</p>	<p>7. Емоційний інтелект.</p> <p>8. Знання методик психоемоційної підтримки.</p>	<p>13. Навички життєстійкості, резильєнтності.</p> <p>14. Володіння навичками емоційної регуляції й емоційної саморегуляції.</p>
Професійно-педагогічний	<p>3. Мотивація до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС.</p> <p>4. Прагнення до попередження та подолання негативних емоційних станів.</p>	<p>9. Знання видів НС, їх потенційних ризиків і загроз.</p> <p>10. Знання емоційних і безпекових аспектів освітнього процесу в умовах НС.</p>	<p>15. Здатність до емпатії.</p> <p>16. Здатність оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії.</p>
Соціально-культурологічний	<p>5. Прагнення до психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі.</p> <p>6. Мотивація до виховання емоційної культури учнів в умовах НС.</p>	<p>11. Екстремальна компетентність.</p> <p>12. Знання правил ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС.</p>	<p>17. Уміння приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях.</p> <p>18. Уміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття.</p>

Джерело: розроблено автором

Представлені нами критерії й показники є взаємодоповнювальними та взаємозалежними, оскільки визначають рівень сформованості структурних компонентів єдиного феномена «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» [276].

Для оцінювання сформованості емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій нами були визначені такі рівні: високий, середній, низький.

Високий рівень емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій властивий здобувачам вищої освіти, які: мають сильну мотивацію й емоційну готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС; усвідомлюють важливість оцінювання емоційних станів учасників освітнього процесу; виявляють стійкий інтерес, бажання й потребу в самовдосконаленні в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС; прагнуть до попередження й подолання негативних емоційних станів, до встановлення психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі; мають високу мотивацію до виховання емоційної культури учнів в умовах НС. Майбутні педагоги, віднесені до означеного рівня, добре обізнані з видами НС, їх потенційними ризиками й загрозами; з емоційними й безпековими особливостями освітнього процесу в умовах НС; правилами ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС; володіють методиками психоемоційної підтримки; мають високий рівень емоційного інтелекту й екстремальної компетентності. Здобувачі вищої освіти цього рівня мають високі показники життестійкості, резильєнтності, емпатії, емоційної регуляції й емоційної саморегуляції; вміють оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії; здатні приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях, встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття.

Середній рівень сформованості емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій властивий здобувачам

вищої освіти, у яких не достатньо сформовані емоційна готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС та усвідомлення важливості оцінювання емоційних станів учасників освітнього процесу; простежується незначна зацікавленість до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС. Вони усвідомлюють потребу виховання емоційної культури учнів в умовах НС, але не завжди розуміють як попередити й подолати негативні емоційні стани, встановити гармонійні та здорові стосунки в освітньому середовищі. Майбутні педагоги, віднесені до означеного рівня, достатньо обізнані з видами НС, їх потенційними ризиками й загрозами, з емоційними та безпековими особливостями освітнього процесу в умовах НС, правилами ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС, але не демонструють повного контролю над своїм емоційним станом; мають середній рівень емоційного інтелекту й екстремальної компетентності; володіють методиками психоемоційної підтримки, але не завжди можуть вдало їх застосувати. Здобувачі вищої освіти цього рівня мають середні показники життєстійкості, резильєнтності, емпатії, емоційної регуляції й емоційної саморегуляції; не завжди можуть збагатити емоціями освітній процес, вплинути на емоційний фон педагогічної взаємодії; ситуативно володіють навичками встановлення емоційного контакту з дітьми, адекватного реагування на їх почуття. Необхідність приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях порушує їхню емоційну рівновагу.

Низький рівень сформованості емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій відображає: слабку емоційну готовність до здійснення професійної діяльності в складних і небезпечних умовах; відсутність інтересу й бажання до самовдосконалення в галузі емоційної культури; низьку мотивацію до виховання емоційної культури учнів в умовах НС. Майбутні педагоги, віднесені до означеного рівня, не усвідомлюють важливості оцінювання емоційних станів учасників освітнього процесу; не прагнуть до попередження та подолання негативних емоційних

станів, до встановлення психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі; володіють елементарними відомостями про види НС, їх потенційні ризики й загрози, емоційні та безпекові особливості освітнього процесу в умовах НС; частково обізнані з правилами ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС; мають низький рівень емоційного інтелекту й екстремальної компетентності; не знають методик психоемоційної підтримки. У здобувачів вищої освіти цього рівня майже не сформовані такі якості як життєстійкість, резильєнтність, емпатія; у їх поведінці переважають безконтрольні прояви емоцій, у складних ситуаціях вони стають безпорадними, не можуть адекватно оцінювати психоемоційний стан (власний та учнів) і тому не здатні регулювати й нормалізувати його; не вміють створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії; не здатні встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття; не готові до вирішення проблемних завдань і прийняття відповідальних рішень в емоціогенних ситуаціях.

Таким чином, можемо констатувати, що становлення емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій як складно структурованої, трикомпонентної якості передбачає взаємозумовленість і взаємозв'язок усіх її компонентів і детермінується соціально значущими цінностями, знаннями й уміннями здобувачів вищої освіти педагогічного ЗВО.

Представлені критерії й показники сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів дозволяють визначити рівень здатності здобувачів вищої освіти педагогічних університетів виконувати професійну діяльність в умовах надзвичайних ситуацій, забезпечувати психоемоційну й безпекову спрямованість освітнього процесу. Моніторинг сформованості емоційної культури майбутніх учителів початкових класів дасть можливість розробити й реалізувати ефективну методику формування зазначеної якості, що сприятиме конструктивному виконанню педагогами професійних обов'язків у складних умовах сучасності.

Висновки до першого розділу

У першому розділі дисертаційної роботи нами здійснено дефінітивний аналіз ключових понять дослідження: «емоційна культура», «емоційна культура майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій», «емоційний інтелект учителя».

Здійснений аналіз філософських, педагогічних і психологічних праць українських і зарубіжних науковців дозволяє зробити висновок, що зміст феномена «емоційна культура вчителя» охоплює діапазон від саморегуляції психічних станів до духовної культури педагога.

Емоційну культуру майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено як інтегративну якість, що має складну структуру, поєднуючи в собі: розвинену емоційну сферу педагога; ціннісне ставлення до емоційних проявів (власних і учнів); когнітивний комплекс, що включає знання вчителя про емоційні аспекти педагогічного процесу, особливості емоційного розвитку школяра, способи поведінки в складних ситуаціях; діяльнісно-практичний комплекс, що включає здатність учителя здійснювати регуляцію і саморегуляцію емоцій, вміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, оптимально насичувати емоціями педагогічний процес, концентрувати ресурси, що мобілізують інтелектуальні, емоційні й вольові зусилля на подолання труднощів у досягненні поставленої мети в умовах надзвичайних ситуацій.

У процесі дослідження розглянуто надзвичайні ситуації різного характеру (техногенного, природного, соціального, воєнного), що дедалі частіше виникають на території України, та їх вплив на емоційний стан учасників освітнього процесу. Формування розуміння психоемоційного стану учнів і впливу надзвичайної ситуації на психіку дитини є важливим завданням професійної підготовки майбутнього вчителя, адже місія налаштування здобувачів освіти до життєдіяльності й навчання в умовах надзвичайної ситуації значною мірою покладена на педагогів. Несприятливий вплив НС на психоемоційний стан учасників освітнього процесу є важливим чинником для

забезпечення умов щодо виховання їх емоційної культури, що дасть можливість ефективно здійснювати освітню діяльність, легше сприймати й адаптуватися до травмуючих ситуацій.

На основі теоретичного аналізу наукової літератури, у структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено емоційно-психологічний, професійно-педагогічний і соціально-культурологічний компоненти; для з'ясування рівня її сформованості визначено мотиваційно-ціннісний, пізнавально-когнітивний, рефлексивно-діяльнісний критерії та їх показники, а також дано якісні характеристики кожного з рівнів.

Представлені компоненти, критерії й показники сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів дозволяють визначити рівень здатності здобувачів вищої освіти педагогічних університетів виконувати ефективну професійну діяльність в умовах надзвичайних ситуацій, забезпечувати психоемоційну й безпекову спрямованість освітнього процесу.

У даному розділі обґрунтовано актуальність виховання емоційної культури в майбутніх учителів початкових класів, яка в умовах надзвичайних ситуацій виступає одним із найважливіших чинників їх успішної професійної діяльності.

Основні результати наукових пошуків автора, що представлені в першому розділі, висвітлені в працях [130; 133; 135; 266; 269; 270; 272; 273; 276; 277].

РОЗДІЛ 2

РЕАЛІЗАЦІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ І ТЕХНОЛОГІЙ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

2.1 Обґрунтування педагогічних умов і освітніх технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах викликів сучасності

На основі результатів українських і зарубіжних досліджень, процес виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій вважаємо за доцільне реалізовувати послідовно в таких три етапи:

1. Формування в майбутнього вчителя розуміння відповідальності за емоційний стан учнів в умовах НС та важливості розвитку власної емоційної культури з метою гармонізації освітнього процесу.

2. Ознайомлення з видами й небезпеками надзвичайних ситуацій, правилами поведінки та емоційної саморегуляції в різноманітних НС.

3. Оволодіння методами й технологіями нормалізації емоційного стану учасників освітнього процесу, подолання деструктивних емоційних реакцій під час надзвичайних ситуацій різного характеру.

Визначені етапи взаємопов'язані й орієнтовані на формування відповідних компонентів (емоційно-психологічного, професійно-педагогічного, соціально-культурологічного) і критеріїв (мотиваційно-ціннісного, пізнавально-когнітивного, рефлексивно-діяльнісного) емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Необхідність забезпечення організації освітнього процесу в умовах НС зумовила потребу в пошуку та впровадженні особливих освітніх технологій навчання й виховання, а також у визначенні та реалізації у педагогічних ЗВО спеціальних педагогічних умов виховання в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури [274, с. 1087].

Важливість визначення та дотримання педагогічних умов із метою досягнення заздалегідь спланованого результату підкреслюють багато науковців, адже вони «забезпечують цілісність освітнього процесу в інформаційно-освітньому середовищі навчального закладу відповідно до вимог суспільства, сприяють всебічному розвитку особистості та створюють сприятливі можливості для виявлення її задатків, врахування потреб і формування загальнолюдських і професійно важливих якостей, загальних і професійних компетенцій»[170, с. 56].

В українській педагогічній науці педагогічні умови визначено як чинники успішності досягнення поставленої дидактичної чи виховної мети; як необхідні обставини, що зумовлюють наперед заданий напрям педагогічного процесу [31; 93; 170; 171; 300].

У своєму дисертаційному дослідженні О. Верітова зводить поняття «педагогічні умови» до таких груп:

1. Сукупність об'єктивних можливостей вирішення освітніх завдань, або сукупність заходів педагогічного процесу (О. Бражнич, О. Єжова, О. Назарова та ін.).

2. Чинники, що впливають на внутрішні й зовнішні обставини освітнього процесу (Л. Карпенко, А. Литвин, О. Мацейко та ін.) [38, с. 87].

3. Педагогічні умови як ключові компоненти освітньої системи (В. Басараб, О. Пехота, Є. Хриков та ін.).

Зокрема, на думку О. Пехоти, педагогічні умови – це «система певних методів, форм, матеріальних умов, реальних ситуацій (які об'єктивно склалися чи суб'єктивно створені), необхідних для досягнення конкретної педагогічної мети»[216, с. 5].

Науковець В. Манько визначає педагогічні умови як взаємопов'язану сукупність зовнішніх характеристик і внутрішніх параметрів функціонування, що відповідає психологічним і педагогічним критеріям оптимальності та забезпечує високу результативність освітнього процесу [182, с. 159].

Педагогічні умови виховання емоційної культури І. Пальшкова визначає як комплекс методів, об'єктивних можливостей змісту навчання й організаційних засобів їх реалізації, що сприяють успішному виконанню завдань щодо виховання емоційної культури майбутніх педагогів [212, с. 151].

Керуючись цими міркуваннями, у контексті нашого дослідження процес виховання емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій ми визначаємо як науково обґрунтовану систему організації освітнього процесу ЗВО та забезпечення активної діяльності майбутніх учителів початкових класів, що базується на таких педагогічних умовах, які сприяють розвитку компонентів емоційної культури. Педагогічними умовами виховання емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій, на нашу думку, є реалізація комплексу технологій і спеціально спроектованих заходів впливу на організацію освітнього процесу й особистісні характеристики всіх його учасників, що сприятимуть належному вихованню зазначеної професійно важливої якості в майбутніх учителів під час їх фахової підготовки.

Погоджуємося з висновками І. Анненкової й О. Войтович, які вважають, що педагогічними умовами, які забезпечують результативність процесу виховання емоційної культури, є:

- оволодіння здобувачами освіти знаннями про особливості емоційної сфери особистості, навичками й уміннями емоційної регуляції діяльності;
- спрямованість професійної підготовки на формування потреби в розвитку емоційної культури;
- забезпечення індивідуального підходу в процесі виховання емоційної культури на основі діагностики розвитку її компонентів;
- включення здобувачів освіти до особистісно значущої й гуманістично орієнтованої діяльності шляхом застосування спеціально спроектованих ситуацій та особистісно орієнтованих технологій навчання, що сприяють розвитку емоційної культури;
- формування сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі;

- моделювання ситуацій спільної діяльності учасників освітнього процесу як активних суб'єктів особистісно та професійно орієнтованої взаємодії з урахуванням динаміки розвитку їх емоційної культури [9; 46].

Нам імponує думка М. Марусинець про те, що ефективними організаційно-педагогічними умовами виховання емоційної культури педагогів є: розширення змісту навчальної й позанавчальної діяльності концепціями розвитку й саморозвитку особистості; формування інноваційного освітнього середовища через проблематизацію змісту навчання та використання рефлексії як важливого методу професійної діяльності; включення педагогів до різноманітних напрямів науково-дослідної роботи; організація колективної діяльності учасників освітнього процесу [183, с. 196].

Як стверджує О. Цюняк, «ефективному формуванню емоційної культури вчителів початкових класів у період війни сприяють такі педагогічні умови, як створення сприятливого емоційного клімату, атмосфери емоційного комфорту, довіри, взаємоповаги під час онлайн-уроків; втілення ідей педагогіки партнерства в освітньому процесі; моделювання ситуацій толерантної взаємодії та спільної діяльності учасників освітнього процесу у період війни; вміння вчителя розпізнавати емоційні стани; впровадження інноваційних форм і методів навчання, що викликають позитивні емоції та переживання (ранкові зустрічі, ігри, свята, розваги тощо)»[291, с. 51].

На думку І. Войціх, успішність реалізації педагогічних умов залежить від: усвідомлення необхідності визначення комплексу педагогічних умов задля вдосконалення педагогічного процесу; чіткості формулювання мети й результату; врахування того, що педагогічні умови виступають на певних етапах дослідження як результат [47].

Детальний аналіз різноманітних педагогічних умов, важливих для вирішення визначених у нашому дослідженні завдань, а також урахування компонентів, критеріїв і показників сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, що описані у першому розділі, стали підставою для визначення найбільш

відповідних екстремальним українським реаліям педагогічних умов виховання в майбутніх педагогів емоційної культури.

Отже, вважаємо, що виховання в майбутнього вчителя початкових класів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій ефективно здійснюватиметься за таких педагогічних умов:

- забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти;

- розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій;

- залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях.

Очевидно, що функціонування освіти в Україні в умовах надзвичайних ситуацій потребує нових підходів до організації освітнього процесу та їх адаптації до вимог сучасних екстремальних реалій, особливо в умовах воєнного стану та подолання наслідків пандемії. Багато дослідників модернізацію професійної підготовки майбутніх учителів в умовах НС пов'язують, насамперед, з інноваційною діяльністю закладу освіти, що передбачає застосування ефективних освітніх технологій.

Тому одним із завдань нашого дослідження є обґрунтування доцільності та імплементація інноваційних особистісно орієнтованих технологій в освітній процес педагогічних ЗВО у процесі реалізації педагогічних умов виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Надзвичайно ефективним і актуальним є використання інноваційних освітніх технологій під час комбінованого аудиторно-дистанційного навчання, що стало вимушеною протидією на трагічні та складні виклики сьогодення.

Освітні технології досліджували багато науковців (О. Аніщенко [8], Т. Горохівська [64], Р. Гуревич [71; 72; 73], М. Давидюк [77], В. Зайчук, Н. Рудницька [244], Н. Яковець та інші). Зокрема, питання розробки й ефективності освітніх технологій аналізували: О. Барановська, М. Гриньова, І. Дичківська, І. Зязюн, О. Костащук, В. Павленко, В. Паламарчук, О. Пехота, С. Романюк, О. Янкович [81; 102; 208; 210; 216; 242; 314] та ін. Проблему застосування освітніх технологій у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців вивчали: О. Акімова, В. Галузьяк, С. Дубяга, М. Кадемія, С. Кожушко, В. Каплінський, А. Коломієць, Н. Кошечко, Х. Подковко, Т. Поясок, В. Стрельников, О. Федій [3; 56; 85; 108; 125; 111; 132; 148; 220; 260; 284] та ін.

Враховуючи наукові теоретичні та практичні дослідження видатних науковців, все ж, питання імплементації інноваційних освітніх технологій у підготовку майбутніх учителів з метою виховання їх емоційної культури залишається відкритим, а тому потребує подальших наукових вивчень. У контексті освітнього процесу в умовах НС комплексних праць щодо застосування інноваційних освітніх технологій з метою виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів нами не виявлено.

На думку сучасних науковців [71; 102; 314], педагогічна технологія – це, в широкому розумінні, програма або концепція конкретної педагогічної діяльності, яка систематично реалізується на практиці; послідовне втілення розробленого заздалегідь освітнього процесу. Використання сучасних інноваційно-педагогічних технологій допомагає освітянам чітко визначати шляхи втілення їх педагогічних і методичних знань; розвивати нові навички у процесі навчання й виховання; формувати ефективну систему, яка стимулює мотивацію до навчання та досягнення високих результатів; забезпечувати психологічний комфорт, індивідуалізацію навчального процесу, розвиток емоційної культури, креативного та критичного мислення тощо.

В умовах надзвичайних ситуацій готовність майбутнього вчителя до екстремальної професійної діяльності має ключове значення. Вважаємо, що саме технологічна грамотність педагога дозволяє йому усвідомити своє покликання в надзвичайних ситуаціях, оцінити потенційні ризики й можливості, передбачити результат освітнього процесу.

Кожна педагогічна технологія являє собою певний концептуальний підхід до освіти, включає універсальну методологію її проектування та експертизи, що ґрунтується на системі критеріїв оцінювання ефективності результатів застосування окремої технології: розвиток ціннісних орієнтацій; засвоєння знань (усвідомленість, глибина, системність, самостійність, дієвість тощо); налагодження стосунків в освітньому процесі; самореалізація здобувача освіти й педагога.

Сучасна педагогічна технологія має бути ефективною за результатами; оптимальною щодо витрат засобів, сил і термінів впровадження; забезпечувати досягнення високого рівня навчання й виховання [81, с. 76].

На нашу думку, особливий науковий інтерес у контексті підготовки майбутніх учителів до професійної діяльності в умовах надзвичайних ситуацій відіграють саме особистісно орієнтовані технології, які ґрунтуються на антропологічному підході та концепціях гуманістичної педагогіки, педагогіки співробітництва й розвивального навчання. В таких умовах акцент робиться на партнерських відносинах між студентами й викладачами, де особистий досвід студентів стає основою освітнього процесу, а власні досягнення – його ключовим результатом.

Американськими та європейськими науковцями підтверджено, що застосування в закладах вищої освіти інноваційних особистісно орієнтованих технологій сприяє підвищенню рівня засвоєння програмного матеріалу, впливає на свідомість, емоції, почуття й волю здобувача ЗВО. Як стверджують дослідники, засвоєння здобувачами освіти матеріалу лекції в процесі слухання становить лише 5% всього лекційного тексту, читання науково-пізнавальних текстів – 10%, аудіо/відео матеріали – 20%, демонстрація – 30%, робота

здобувачів у дискусійних групах – 50%, практична діяльність – 75%, застосування отриманих знань і навчання інших – 90% засвоєння матеріалів [327].

Особистісно орієнтовані технології спрямовані на розвиток внутрішнього потенціалу особистості, її самосвідомості, емоційної зрілості та здатності до саморегуляції. В контексті педагогічної освіти в умовах НС, ці технології допомагають майбутнім учителям усвідомлювати свої емоції, розуміти їхній вплив на професійну діяльність та ефективно управляти емоційними станами.

Особистісно орієнтовані технології виховання емоційної культури є ефективним засобом підготовки майбутніх учителів початкових класів до діяльності в умовах надзвичайних ситуацій. Вони сприяють розвитку емоційної стійкості, емпатії та здатності до саморегуляції, що дозволяє вчителям не лише зберігати власне емоційне здоров'я, а й ефективно підтримувати своїх учнів. Теоретичні основи цих технологій включають концепції емоційного інтелекту (Goleman, 1995), саморегуляції (Bandura, 1991) та стресостійкості (Maddi, 2005). Впровадження особистісно орієнтованих технологій виховання емоційної культури в освітній процес педагогічних закладів є важливим кроком до підвищення якості педагогічної освіти й забезпечення емоційного комфорту в освітньому середовищі.

Сучасний педагог в умовах комбінованого аудиторно-дистанційного навчання, спричиненого НС різного характеру, повинен володіти не лише відмінними фаховими знаннями, а й різноманітними педагогічними функціями задля гармонізації освітнього процесу, займаючи нові рольові позиції: модератор, фасилітатор, коуч, тьютор, ментор, інфлюенсер, едвайзер тощо.

Особистісно орієнтований підхід акцентує увагу на врахуванні багатогранних особливостей здобувачів вищої освіти, що потребують фасилітаційної підтримки та психолого-педагогічного супроводу. Рольова позиція викладача-фасилітатора є ключовою у формуванні емоційно насиченого й гуманістично орієнтованого освітнього процесу підготовки майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Діяльність викладача-фасилітатора в умовах НС спрямована на стимулювання навчальної діяльності, підвищення мотивації, створення емоційно комфортного середовища, психологічної підтримки студентів, що значно підвищить рівень засвоєння нових знань, умінь і навичок, фахових компетенцій, стане ефективним стимулом до саморозвитку й самовдосконалення майбутніх учителів. Саме такий особистісно орієнтований підхід забезпечить емоційний комфорт і результативність освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій [357].

До основних завдань особистісно орієнтованих педагогічних технологій О. Пехота включає такі:

- виявляти, використовувати, «окультурювати» індивідуальний досвід особистості;
- розвивати індивідуальні здібності особистості;
- формувати культуру життєдіяльності, яка допоможе продуктивно будувати повсякденне життя;
- допомагати особистості пізнавати себе, самореалізовуватися й самовизначатися [216].

Виховання культури життєдіяльності особистості є важливою метою особистісно орієнтованої технології в умовах НС. Однією з її ключових частин є особистісно орієнтована педагогічна ситуація. Це навчальна ситуація, в якій майбутній педагог має здійснити її критичний аналіз, адаптувати до своїх потреб та інтересів, сформувану нову модель своєї поведінки. Це неможливо здійснити лише на рівні репродуктивного відтворення. В особистісно орієнтованій педагогічній ситуації немає простих рішень і відповідей. Зокрема, один і той самий урок під час НС різним здобувачам освіти дає різний життєвий і пізнавальний досвід [8, с. 36].

Вибір педагогічної технології – це вибір пріоритетів, стратегії, тактики виховання й навчання, системи взаємодії, а також стилю роботи здобувачів освіти та педагогів. Підставою для вибору найбільш ефективних особистісно орієнтованих технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя

початкових класів в умовах НС став ґрунтовний аналіз наукової літератури, досвіду роботи вчителів, яким доводилось працювати в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру, а також використання штучного інтелекту, зокрема рекомендацій чат-боту ChatGPT.

ChatGPT пропонує такі особистісно орієнтовані технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС:

1. Психолого-педагогічні тренінги.

Психолого-педагогічні тренінги є однією з ключових технологій виховання емоційної культури. За допомогою тренінгової методології в системі навчання студентів використовується певний алгоритм навчально-пізнавальних дій і методів розв'язування проблем, відпрацювання яких дає можливість у найбільш легкій і зрозумілій для студентів шлях опанувати певний обсяг знань.

Тренінгові технології включають:

- Розвиток самосвідомості й ідентифікації емоцій: вправи, які допомагають студентам розпізнавати та називати свої емоції, розуміти їхні причини й наслідки. Наприклад, студенти можуть вести щоденник емоцій, записуючи свої відчуття впродовж дня й аналізуючи їх у групових обговореннях.

- Техніки релаксації та управління стресом: дихальні вправи, медитація та прогресивна м'язова релаксація допомагають знижувати рівень стресу й тривожності. Учасники тренінгів практикують ці техніки під керівництвом досвідченого тренера, що дозволяє інтегрувати їх у повсякденне життя майбутніх учителів.

- Симуляційні вправи та рольові ігри: ситуаційні вправи, що імітують кризові обставини, де студенти практикують навички емоційної регуляції та адаптивної поведінки. Наприклад, розігрування сценаріїв взаємодії з учнями та батьками під час надзвичайних ситуацій, що допомагає майбутнім учителям навчитися швидко реагувати на стресові фактори.

2. Арт-терапевтичні технології.

Арт-терапія є ефективним засобом виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах НС. Вона включає різноманітні методики, що допомагають виражати й опрацьовувати емоції через творчість:

- Малювання та живопис: використання кольору й форми для вираження внутрішніх станів та емоцій. Майбутні вчителі малюють свої емоції, що допомагає знижувати рівень стресу та підвищувати емоційну самосвідомість.

- Музична терапія: відтворення музичних композицій або імпровізація на музичних інструментах, що дозволяє виразити емоції без слів. Учасники арт-терапії можуть використовувати музичні сесії для релаксації й емоційного звільнення.

- Танцювально-рухова терапія: використання руху для вираження й опрацювання емоцій. Цей метод допомагає зняти фізичне й емоційне напруження, підвищити рівень енергії та покращити настрій.

Використання арт-технологій розглядаємо як засіб психоемоційного розвантаження, зниження рівня тривожності та стресу, поліпшення емоційного стану учасників освітнього процесу, активізації творчості та креативності.

3. Рефлексивні технології.

Рефлексивні практики сприяють глибшому розумінню власних емоційних процесів і розвитку критичного мислення:

- Ведення щоденників: щоденне записування своїх емоційних переживань та аналіз цих записів допомагає студентам усвідомити свої емоційні реакції та зрозуміти їхні причини.

- Групові дискусії та супервізії: обговорення емоційних викликів і досвіду в групах під керівництвом досвідченого супервізора. Це дозволяє студентам отримувати зворотний зв'язок, ділитися своїми переживаннями та навчатися на досвіді інших.

4. Коучинг і менторинг.

Коучинг і менторинг є важливими інструментами підтримки майбутніх учителів в умовах надзвичайних ситуацій:

- Індивідуальні консультації з досвідченими педагогами: майбутні вчителі отримують індивідуальні поради та підтримку від досвідчених наставників, що допомагає їм розвивати професійні й особистісні навички. Ментори можуть надавати рекомендації щодо управління стресом, ефективної комунікації та вирішення конфліктів.

- Групові коучингові сесії: робота в групах під керівництвом коуча для розвитку конкретних навичок, таких як лідерство, емоційна регуляція та стратегічне мислення. Це дозволяє майбутнім учителям обмінюватися досвідом і отримувати підтримку від колег.

- Розробка індивідуальних планів емоційного розвитку: створення персоналізованих планів для розвитку емоційної культури та професійних навичок, що враховують індивідуальні потреби та цілі кожного студента.

Погоджуємося з рекомендаціями ChatGPT, оскільки наш досвід підтвердив, що впровадження запропонованих особистісно орієнтованих технологій в освітній процес є ефективним інструментом виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Аналіз досліджень щодо застосування педагогічних технологій у процесі професійної підготовки майбутніх учителів дозволяє стверджувати, що значну роль у навчально-виховному процесі відіграють і інші технології виховання емоційної культури [56; 71; 148; 216; 220; 285 та ін.].

Зокрема, *ігрові технології* передбачають використання гри у процесі реалізації навчальних програм і планів та сприяють формуванню емоційної взаємодії між викладачем і студентом, а також полегшують процес засвоєння знань в умовах НС. Під час ігрової діяльності здобувачі освіти розвивають образне мислення, психоемоційну сферу, когнітивні здібності, визначають ефективні способи взаємодії з оточуючими, засвоюють норми поведінки й соціальні правила, навчаються долати складні ситуації й негативні емоції в умовах НС.

Ігрові технології – це природний спосіб терапії, безпечні та відновлювальні форми роботи, які створюють можливість переживати й

виражати глибокі емоції у невимушеній обстановці, що позитивно впливає на розвиток емоційної культури. Відсутність цього формату взаємодії учасників освітнього процесу в умовах НС може зумовити негативні наслідків: почуття безпорадності, депресію, зниження рівня ініціативності тощо.

Визначаючи гру як основу для надання психоемоційної підтримки під час НС і як ресурс для відновлення, зазначимо, що доцільно застосовувати ігри з метою:

- активізації уваги;
- створення простору для взаємодії, що допомагає залучати додаткові ресурси;
- зняття тілесної й емоційної напруги за рахунок фізичних навантажень;
- усвідомлення й безпечного вираження емоцій і почуттів [48; 65; 85; 149; 188; 283; 309 та ін.].

На думку науковців [77; 242; 314 та ін.], *діалогові технології* створюють комунікативне й емоційне середовище між викладачем і студентом та передбачають формування потужних і гармонійних взаємозв'язків по типу «викладач – студент», «студент – студент». За допомогою цієї технології полегшується процес передавання й отримання інформації, на основі якої формуються педагогічні уміння, навички й техніки. Під час діалогового навчання в умовах НС здобувачі освіти вчаться вирішувати складні ситуації на основі аналізу відповідної інформації й обставин, критично мислити, приймати виважені рішення, оцінювати альтернативні думки, спілкуються з іншими, беруть участь у дискусіях. Для цього на заняттях організуються групова, парна й індивідуальна робота, театралізація, рольові ігри, проводиться робота з різноманітними джерелами інформації тощо.

В екстремальних умовах сучасності широкого поширення набули *кейс-технології*, які передбачають періодичний розгляд і аналіз типових ситуацій, що часто відбуваються у процесі професійної діяльності в умовах НС, та пошук способів і розробку стратегій для вирішення подібних проблем у майбутньому. Кейс (від англ. case – обставина, випадок) – це комплекс навчальних матеріалів,

у яких визначені й описані проблеми, що часто виникають у життєдіяльності, і передбачають індивідуальне чи колективне вирішення. У педагогічній науці технологію кейсів ще називають методом ситуаційного аналізу, ситуаційним навчанням, діловою грою в мініатюрі, методом конкретних ситуацій або казусів (незвичайних випадків). Технологія передбачає ознайомлення з реальною ситуацією, її аналіз, пошук оптимального рішення та представлення ідей під час групової дискусії. Навчальний матеріал засвоюється здобувачами освіти в процесі активної діяльності з вирішення проблем.

Застосування кейс-технології дозволяє поглибити теоретичні знання, визначити їх практичну спрямованість і життєву цінність в умовах НС, вивчити складні питання в емоційно забарвленій атмосфері, набути досвід вирішення проблем і ситуацій [122; 162; 311; 314; 324; 331 та ін.].

На нашу думку, в умовах НС ефективною є *технологія проблемного навчання*, що передбачає таку організацію освітнього процесу, під час якої створюються проблемні ситуації та забезпечується активна діяльність здобувачів освіти з їх вирішення. У результаті цього відбувається формування нових знань, умінь, навичок і розвиток емоційної сфери. Проблемна технологія заснована на створенні проблемної мотивації. Проблема – складне розвивальне завдання, рішення якого представляє значний теоретичний чи практичний інтерес. Важливо правильно сформулювати проблему, тоді вона буде виконувати функцію логічного засобу, що формує напрям пошуку корисної інформації і забезпечує ефективність діяльності, спрямованої на її вирішення. Проблемна технологія дає можливість реалізувати принципи й парадигми кризового втручання в освітньому процесі та сприяє наданню педагогічної та психологічної підтримки кожному майбутньому педагогу під час навчання в умовах НС [81; 69; 105; 114; 314 та ін.].

Незадовго до повномасштабного вторгнення в Україні було впроваджено в освітній процес *технологію соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН)*, актуальність і ефективність якої особливо зросла під час воєнного стану. Соціально-емоційне та етичне навчання (СЕЕН) / Social, Emotional and

Ethical Learning (SEEL) – це програма, розроблена спеціалістами Університету Еморі (Атланта, США) задля покращення емоційного, соціального й етичного розвитку особистості. Стратегії миттєвої допомоги й інші практики СЕЕН допомагають в умовах НС як здобувачам освіти, так і вчителям, бо лише стійкий педагог може допомогти стати стійкішими іншим. У структурі СЕЕН визначено: особистісний рівень як основа (бути стійкими, емоційно врівноваженими), тоді на соціальному рівні ви можете бути опорою для інших, а на системному – бути частиною спільноти, усвідомлювати й цінувати взаємозалежності.

Упровадження практик технології СЕЕН в освітній процес в умовах НС сприяє вирішенню важливих завдань, зокрема формуванню в здобувачів освіти м'яких навичок, таких як: виявляти емпатію та співчуття, уміння ідентифікувати й керувати емоціями, розвивати позитивне сприйняття світу, проєктувати конструктивну емоційну взаємодію. Поліпшення емоційного стану дозволяє учасникам освітнього процесу бути активними, взаємодіяти й відчувати при цьому емоції безпеки та прийняття, краще розуміти та сприймати один одного, підвищує бажання виконувати певну діяльність. Зважаючи на це, можна зробити висновок, що програма СЕЕН є актуальною й ефективною під час організації освітнього процесу в умовах НС [39; 87; 194; 213; 254; 255; 267; 310; 333].

Щоб пережити кризу, фахівці [55; 138; 214; 300] радять створювати групи підтримки, в яких одні люди допомагають іншим. Тому однією з ефективних освітніх технологій щодо виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах НС, на нашу думку, є *технологія «рівний-рівному»* («peer education»), що базується на специфічному принципі взаємодії, передачі інформації та є результативною методологією соціально-педагогічного впливу з метою формування особистості, здатної самостійно приймати рішення, нести відповідальність за власну поведінку й життя. Технологія «рівний-рівному» – це процес взаємодії, під час якої підготовлені спеціалісти передають знання, формують погляди й допомагають розвивати навички в осіб того ж віку,

соціального становища, які мають схожі інтереси або піддаються подібним ризикам. Зазначена технологія включає систему активних заходів тренерів-педагогів і студентів-лідерів, що мають за мету спростування хибних уявлень, міфів, моделей поведінки, які шкодять емоційному й фізичному здоров'ю, з подальшою їх заміною на позитивні орієнтири життєвого вибору через надання достовірної інформації та демонстрації особистих прикладів правильної життєвої позиції. Застосування технології «рівний-рівному» в навчально-виховному процесі в умовах НС дозволяє охопити більшу кількість молоді, сприяє формуванню в здобувачів освіти відповідального ставлення до власного психоемоційного здоров'я й життя [19; 68; 142; 214].

Аналіз педагогічної літератури та практика освітнього процесу засвідчують ефективність *модульної технології*, як одного із видів особистісно орієнтованого навчання, що відрізняється від традиційної системи навчання програмно-методичним забезпеченням, завданнями й цілями, організаційними формами тощо. Сутність цієї технології полягає в тому, щоб здобувачі освіти мали можливість самостійно опрацьовувати запропоновані їм індивідуальні програми, що містять певний об'єм інформації й методичні рекомендації щодо виконання визначених завдань.

Модульна технологія навчання – це чітко контрольована модель організації освітнього процесу щодо проходження модулів певного дидактичного циклу, яка спрямована на досягнення визначеної мети в умовах НС. Ця технологія дає можливість сконцентрувати навчально-пошукову й пізнавальну діяльність здобувачів освіти на логічно-завершених частинах практичних умінь і теоретичних знань із конкретної навчальної дисципліни; спонукає їх із перших днів навчання у ЗВО здобувати знання самостійно, з допомогою методичних порад педагогів. Використання модульної технології не обмежується лише аудиторними годинами й передбачає повноцінне навантаження студента, що особливо актуально в умовах дистанційно-змішаного навчання, спричиненого НС різного характеру [81; 85; 244; 260].

Інформаційно-комунікаційні технології – це освітні технології, особливістю яких є використання спеціальних способів, програмних, технічних засобів (аудіо-, відеозаписів, телекомунікаційних мереж, комп'ютерів) та забезпечення й підтримка інформаційних і комунікаційних процесів (збору, пошуку, передачі, накопичення, збереження, тиражування інформації та процедур доступу до неї). В інформаційно-комунікаційних технологіях, окрім роботи з інформацією, відображено аспект спілкування через телекомунікаційні мережі, що надзвичайно важливо під час дистанційного навчання. Інформаційно-комунікаційна технологія передбачає: оптимізацію змісту навчальної дисципліни; забезпечення здобувачам освіти можливості навчання за індивідуальною програмою, яка враховує їх пізнавальні особливості, схильності, мотиви й інші особисті якості; інтенсифікацію освітнього процесу; забезпечення оптимального співвідношення теоретичної та практичної підготовки майбутніх фахівців; зменшення фізичного та психічного навантаження здобувачів освіти, що є особливо актуальним в умовах НС [71; 72; 73; 105; 108; 314 та ін.].

Отже, на основі результатів аналізу наукової літератури, досвіду українських педагогів, яким довелось організовувати освітній процес під час пандемії та воєнного стану, а також порад штучного інтелекту, ми визначили перелік ефективних технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС:

- 1) психолого-педагогічні тренінги;
- 2) арт-терапевтичні технології;
- 3) рефлексивні технології;
- 4) коучинг і менторинг;
- 5) ігрові технології;
- 6) діалогові технології;
- 7) кейс-технології;
- 8) технологія проблемного навчання;
- 9) технологія соціально-емоційного та етичного навчання;

- 10) технологія «рівний – рівному»;
- 11) модульна технологія навчання;
- 12) інформаційно-комунікаційна технологія.

На основі аналізу інноваційних особистісно орієнтованих технологій можна зробити висновок, що їх інтеграція у процес підготовки майбутніх учителів початкових класів відкриває нові горизонти для виховання їх емоційної культури в умовах НС.

Визначені нами освітні технології сприяють зв'язку між теорією та практикою, допомагають залучати студентів до активної участі у процесі навчання, розвивають їх критичне мислення та творчі здібності, стимулюють самостійність і відповідальність за психоемоційний стан (власний і оточуючих). Застосування цих педагогічних технологій підвищує доступність освіти та забезпечує індивідуалізацію навчального процесу, враховуючи потреби й можливості кожного студента. Загалом, використання зазначених вище педагогічних технологій сприяє підвищенню якості освіти й підготовці майбутніх педагогів, готових до викликів сучасного світу [77; 268].

Для визначення найбільш результативних освітніх технологій та імплементації їх у навчально-виховний процес ЗВО з метою виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, нами було використано експертні оцінки. Для цього сформувалася група з 15 експертів (5 викладачів кафедри педагогіки, професійної освіти та управління освітніми закладами, 5 викладачів кафедри психології та соціальної роботи, 5 викладачів кафедри початкової освіти), які отримали завдання розмістити в порядку спадання визначені нами технології відповідно до своїх уявлень про їх ефективність. Кожній технології експертом присвоювався ранг. На основі результатів опитування експертів ми склали матрицю рангів технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (табл. 2.1).

Як видно з таблиці 2.1, на думку експертів, найбільш ефективними технологіями виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових

класів в умовах надзвичайних ситуацій є: психолого-педагогічні тренінги, технологія соціально-емоційного та етичного навчання, кейс-технології.

Таблиця 2.1

**Матриця рангів технологій виховання емоційної культури
майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС**

Експерт	Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	10	3	7	6	12	4	8	2	5	11	9
2	2	9	4	5	8	10	6	7	1	3	12	11
3	1	8	6	7	12	9	2	5	3	4	11	10
4	3	10	5	1	8	11	2	6	4	7	9	12
5	2	5	8	6	7	12	1	9	3	4	10	11
6	4	10	1	8	7	11	3	6	5	2	12	9
7	1	9	4	6	10	8	5	7	2	3	11	12
8	3	8	5	7	9	11	2	6	1	4	12	10
9	2	10	6	4	7	12	1	8	3	5	9	11
10	1	9	5	6	11	7	3	10	2	4	8	12
11	1	10	3	5	8	11	4	7	2	6	12	9
12	2	8	5	6	7	10	3	9	1	4	12	11
13	5	11	2	3	9	7	5	8	4	1	6	10
14	1	9	5	7	8	10	4	6	2	3	11	12
15	2	10	4	6	7	12	3	8	1	5	9	11
Сума	31	136	66	84	124	153	48	110	36	60	155	160
Узагальнений ранг	I	IX	V	VI	VIII	X	III	VII	II	IV	XI	XII

На впровадження цих особистісно орієнтованих технологій в освітній процес педагогічного закладу вищої освіти з метою виховання у майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах НС була спрямована наша експериментальна методика. Розуміючи важливу роль і інших технологій, представлених у таблиці, ми намагались надати більш конкретного практичного спрямування навчальному матеріалу, врахувавши різні емоційні реакції та психологічні стани учасників освітнього процесу в умовах НС [274].

Ефективне виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій покликана забезпечити розроблена

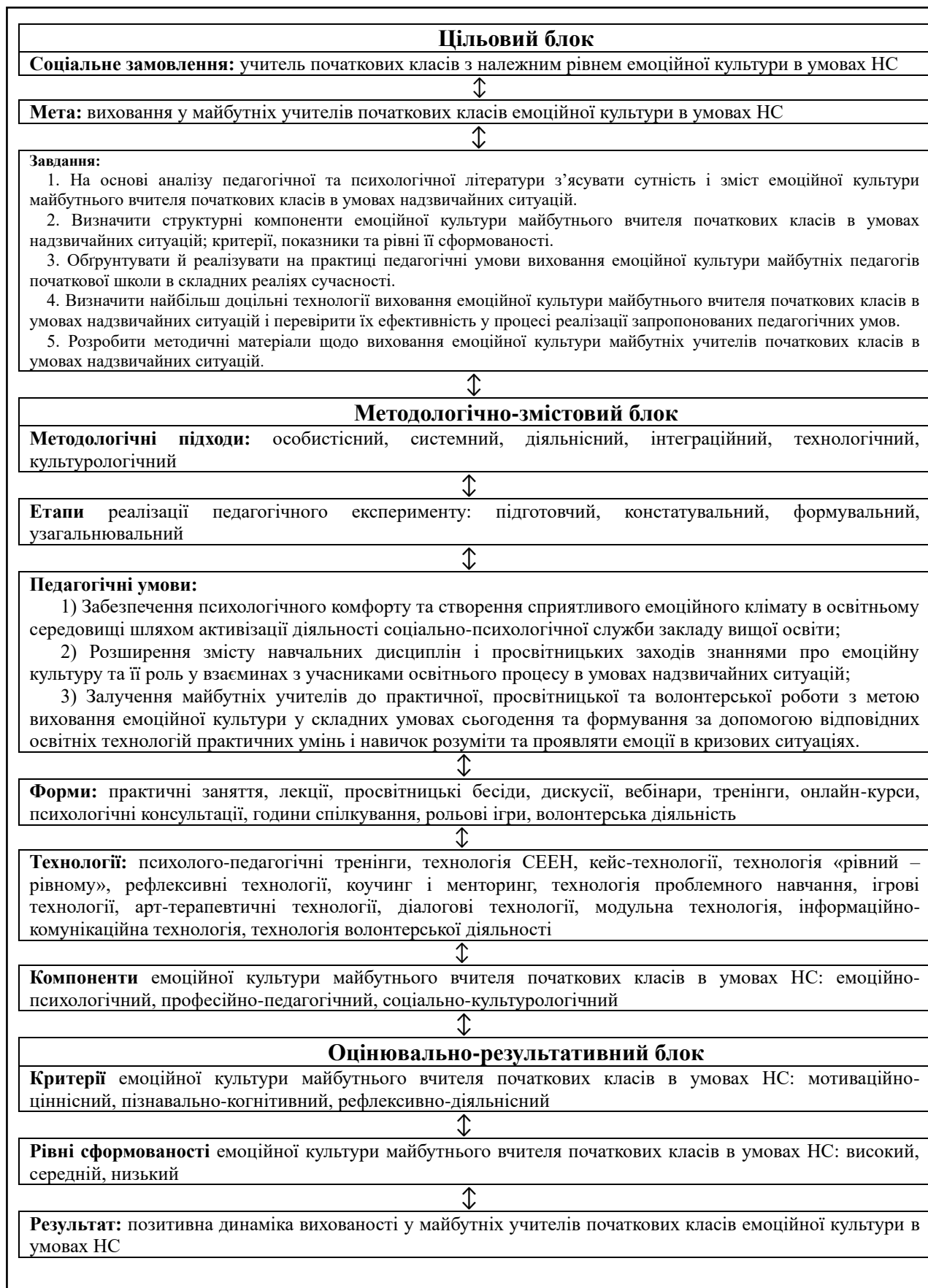


Рис. 2.1. Структурно-функціональна модель виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС засобами освітніх технологій

структурно-функціональна модель здійсненого нами експерименту. Вона включає усі основні ознаки й компоненти виховної системи: мету, завдання, методологічні підходи, етапи, педагогічні умови, форми, технології, компоненти, критерії та рівні сформованості емоційної культури (рис. 2.1).

Запропонована модель виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів дозволяє конкретизувати й охарактеризувати цільовий, методологічно-змістовий, оцінювально-результативний аспекти фахової підготовки, спрямованої на формування готовності майбутніх педагогів до діяльності в умовах надзвичайних ситуацій.

Результатом реалізації моделі є позитивна динаміка вихованості в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах НС, що полягає в розвитку професійно важливих якостей здобувачів освіти, підвищення рівнів їхньої психологічної, моральної та методичної підготовки.

Далі опишемо технології реалізації визначених педагогічних умов під час педагогічного експерименту.

2.2 Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти

Важливим чинником, що сприятиме успішному вихованню емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, є забезпечення в закладі вищої освіти психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату. Це складні завдання, вирішення яких передбачає координацію зусиль усіх учасників освітнього процесу та здійснення ряду заходів, спрямованих на забезпечення ефективного й результативного задоволення психосоціальних потреб здобувачів освіти через співпрацю, ефективну комунікацію та впровадження науково-обґрунтованих технологій і психологічних практик. Процес забезпечення сприятливого емоційно-розвивального клімату має відбуватися скоординовано, з

урахуванням потреб здобувачів освіти й наявних ресурсів ЗВО, та передбачає створення безпечного середовища, надання психосоціальної підтримки, сприяння ранньому втручанню тощо. Окрім негайного кризового реагування, координація зусиль також має бути зосереджена на формуванні готовності до майбутніх надзвичайних ситуацій, зокрема розробці чітких заходів щодо підвищення рівня емоційної культури учасників освітнього процесу для профілактики й подолання психосоціальних проблем.

Під час надзвичайних ситуацій освіта є важливим фактором фізичного та психоемоційного захисту учасників освітнього процесу. Освітній процес має здійснюватися таким чином, щоб створити для здобувачів стабільний і безпечний простір, допомогти відновити відчуття нормальності та надії, забезпечуючи соціально-емоційну підтримку й безперервність навчання. Безпечний простір – це середовище, в якому здобувачі освіти не бояться ділитися своїми проблемами, висловлювати думки й переживання, зберігають психологічне благополуччя, відчувають емоційний комфорт тощо. Важливо, щоб у цьому середовищі їх оточували люди, які можуть невідкладно й належним чином відреагувати на прохання про підтримку й допомогу [127, с. 13].

Забезпечення психологічно комфортного середовища визначено, зокрема, серед завдань Нової української школи. Його показниками є: «віра в дитину та її можливості, атмосфера довіри, відчуття приналежності до спільноти, вільне від критики ставлення вчителя, участь у прийнятті рішень, оптимістичний настрій, справедливість і неупереджене ставлення до кожної дитини, створення ситуації успіху»[201, с. 49]. Психологічно й емоційно комфортне середовище є результатом тривалої й копійної педагогічної діяльності, яка передбачає застосування ефективних методів і засобів з урахуванням психічних особливостей особистості здобувача освіти.

Основними компонентами емоційно-розвивального освітнього середовища, на думку Т. Шульги, є:

- повноцінне розкриття потенціалу здібностей і всіх сфер психіки майбутнього фахівця (емоційних, фізичних, духовно-моральних, особистісних, пізнавальних);
- здатність середовища надати учасникам освітнього процесу комплекс можливостей для особистісного саморозвитку;
- забезпечення комфорту, позитивної емоційної атмосфери, психологічної безпеки та сприятливого режиму, темпу й ритму його життєдіяльності, збереження здоров'я;
- захист емоційного здоров'я й духовного світу кожного здобувача освіти [307].

Психоемоційна підтримка є невід'ємною складовою освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій, особливо під час війни. Тому з початком повномасштабного вторгнення РФ на територію України заклади освіти розгорнули потужну кампанію щодо підтримки належного психологічного стану учасників освітнього процесу, профілактики й подолання негативних явищ в освітньому середовищі. І в цьому велика місія покладена на соціально-психологічні служби закладів освіти, практичні психологи яких здійснюють роботу за декількома напрямками: психодіагностична, консультативна, корекційно-розвиткова, просвітницька, профілактична робота.

Як зазначено в листі Міністерства освіти і науки України від 02.08.2022 р. № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти у 2022/2023 навчальному році», «...одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу»[168].

Нагальна потреба щодо збереження психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (ПЗПСП) здобувачів освіти регламентується низкою програм, документів і нормативно-правових актів (Додаток А). Чітка нормативно-правова визначеність функціонування психологічної служби та здійснення психологічного супроводу в системі освіти є важливою умовою

забезпечення психоемоційного здоров'я учасників освітнього процесу та створення комфортного емоційно-розвивального середовища.

Найбільш актуальними нормативними документами в контексті регулювання діяльності практичного психолога закладу освіти щодо збереження ПЗПСП в умовах НС є: Оперативна дорожня карта «Пріоритетні багатосекторні заходи із психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні під час та після війни» [228]; Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року [144]; Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки; Аналітична та Концептуальна записка «Модернізація психологічної служби та надання послуг з ПЗПСП в системі освіти» [141]; Оперативний план Міністерства освіти і науки України на 2023 рік [206]; Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації [113]; Лист МОН України від 21.08.2023 р. №1/12492 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби в системі освіти у 2023/2024 навчальному році» [169] тощо.

Зокрема, Оперативний план Міністерства освіти і науки України на 2023 рік передбачав стратегічною метою те, що під час освітнього процесу в умовах війни здобувачі освіти отримують належну психоемоційну підтримку, а науково-педагогічні працівники та батьки спроможні надавати таку підтримку й допомогу здобувачам освіти, зокрема й тим, які отримали психологічну травму внаслідок війни.

Заходами, визначеними Оперативним планом, передбачено:

- трансформувати діяльність психологічної служби системи освіти відповідно до Концепції безпеки закладів освіти та викликів воєнного стану;
- створити психологічно та фізично безпечне освітнє середовище в закладах освіти відповідно до воєнного стану;
- інтегрувати у зміст освіти знання про емоційний інтелект та психічне здоров'я з метою формування у здобувачів освіти соціально-емоційних компетентностей;

- практичним психологам закладів освіти здійснювати заходи з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки відповідно до викликів воєнного стану [206].

Як зазначено в Концептуальній записці «Модернізація психологічної служби та надання послуг з ПЗПСП в системі освіти»: «10 % людей, які пережили стресову ситуацію, матимуть серйозні проблеми з психічним здоров'ям. Заклад освіти є ідеальним середовищем для раннього виявлення дітей групи ризику з метою своєчасного реагування, мінімізації дії стресових факторів і попередження виникнення більш серйозних проблем із психічним здоров'ям у подальшому. Запровадження рівномірного розподілу ролей та відповідальності за реалізацію заходів та інтервенцій з ПЗПСП на різних рівнях реалізації освітнього процесу дозволить створити ефективну модель спільного реагування в закладі освіти»[141].

До найважливіших завдань практичного психолога закладу освіти в умовах війни належить:

- вчасне виявлення ознак тривалого впливу факторів ризику та стресових подій для подальших проблем із психологічним здоров'ям;

- здійснення профілактичного впливу через створення психологічно безпечного й комфортного освітнього середовища, формування психологічної стійкості здобувачів освіти та підтримування їх психологічного благополуччя;

- вибір оптимальних стратегій психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу;

- невідкладне реагування на прояви впливу факторів ризику та стресових подій відповідно до алгоритмів реагування й надання базової психосоціальної підтримки (використання прийомів базової психологічної допомоги: першої психологічної допомоги, психологічного відновлення, методів стабілізації, керованої самопомоги, управління стресом тощо);

- консультації педагогічних працівників щодо педагогічної психології (застосування прийомів базової психологічної допомоги під час освітнього процесу, методи навчання під час екстрених ситуацій);

- індивідуальна та групова психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу, спрямована на створення умов максимально ефективної реалізації особистісного потенціалу під час навчання;

- навчання педагогічних працівників алгоритмам реагування на прояви впливу факторів ризику та стресових подій, методам базової психосоціальної підтримки;

- планування заходів з охорони ПЗПСП в закладі освіти та моніторинг їх виконання;

- координація та перенаправлення у разі потреби в наданні спеціалізованої допомоги [141].

Нормативними документами визначено компоненти професійної компетентності практичних психологів закладів освіти у наданні психологічної підтримки відповідно до повноважень. Зокрема передбачено обізнаність щодо:

- ознак тривалого впливу факторів ризику та стресових подій для подальших проблем із психічним здоров'ям;

- методів і способів формування психологічно безпечного й комфортного освітнього середовища;

- технологій дистанційної роботи для реалізації професійних функцій;

- алгоритмів надання базової психосоціальної підтримки;

- інструментів планування заходів з охорони ПЗПСП, моніторинг їх виконання;

- психодидактичного та психологічного оцінювання з використанням адаптованих і валідизованих діагностичних інструментів з високою надійністю;

- основ супервізійної підтримки [141, с. 11].

Для подолання негативних стресових ситуацій і факторів в умовах НС у майбутніх учителів мають бути сформовані внутрішні й зовнішні характеристики, розвинуті відповідні особистісні та поведінкові ресурси. Очевидно, що цей процес має бути керованим з боку вмілих і досвідчених педагогів і працівників психологічної служби ЗВО. Як зазначає Г. Ришко, наразі реалізуються різні форми для досягнення цієї мети: соціально-

психологічні тренінги й ділові ігри, психологічне консультування, семінари та практикуми, обговорення психологічних проблем у соціальних мережах і онлайн-бесіди тощо [240, с. 87].

Як визначено нами за допомогою методу експертних оцінок і як показала практика, однією з найбільш ефективних технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС є психолого-педагогічний тренінг. З метою формування в майбутніх учителів початкових класів емоційно-психологічного компонента емоційної культури в умовах НС, в освітній процес ЗВО нами було імплементовано систему тренінгів: «Тренінг стресостійкості», «Психоемоційна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс», «Створення безпечного середовища у класі», «Формування навичок попередження і розв'язання конфліктних ситуацій в освітньому середовищі».

Використання тренінгових технологій із метою виховання емоційної культури майбутніх учителів в умовах НС має безліч переваг, зокрема: взаємне стимулювання емоційної активності всіх учасників соціально-психологічного навчання; невимушена атмосфера, яка збільшує рівень довіри між учасниками освітнього процесу; рівноправна участь учасників тренінгу, яка розширює можливості для емоційного розвитку тих осіб, у яких спостерігаються подібні проблеми; ефективне поєднання інформаційних повідомлень з можливістю сформувати практичні навички для вирішення проблем. Тренінги допомагають майбутнім учителям розуміти власний емоційний стан та емоції інших людей, позитивно мислити, професійно зростати. Важливу роль у таких заняттях відіграють чуттєві образи, уявлення та словесне самонавіювання [98; 100; 343].

Як показала практика, цілі й завдання тренінгу стресостійкості важливі як для учасників, так і для психолога. Як зазначає І. Каськов [112], у ході проведення антистресового тренінгу необхідно реалізувати чітко визначені навчальні й виховні завдання.

Перше завдання тренера: надати учасникам інформацію про вплив стресу на психіку й фізичний стан людини. У ході виконання цього завдання, майбутні

вчителі ознайомилися з важливими поняттями теорії стресу, такими як адаптивний синдром, стресор (стресогенний чинник), психосоматичні захворювання, фрустрація тощо. Після надання психологом релевантної інформації зміст кожного поняття обговорювався у формі групових тематичних дискусій або під час виконання практичних вправ.

Друге завдання: навчити майбутніх учителів розуміти й відстежувати ознаки стресу та його негативні наслідки у себе й інших. Досить часто нівелюється вплив стресора, який провокує стресову реакцію й поведінку, виступаючи певним тригером, яким може бути негативна думка, окреме слово, особливості поведінки співрозмовника, зауваження важливих людей.

Третє завдання психолога: сформувати в майбутніх учителів розуміння впливу таких стресорів для можливості здійснення регуляції власної поведінки в стресовій ситуації.

У ході проведення тренінгу стресостійкості виникало багато запитань про те, як реагувати на негативні слова та дії учнів, як впоратися з власними сильними емоціями тощо. У зв'язку з цим, ми поставили перед собою ще одне важливе завдання: навчання здобувачів освіти методам саморегуляції та самопомоги, які можуть бути ефективними в умовах інтенсивного або тривалого стресу. Формування таких навичок особливо важливе для майбутніх учителів, оскільки їм часто доведеться стикатися з сильними емоціями інших людей (учнів, батьків, колег), а стандарти спілкування забороняють педагогам прояв негативних емоцій у подібних ситуаціях.

Значну увагу в ході тренінгу з формування стресостійкості приділено психологічним методам саморегуляції, спрямованим на оптимізацію психоемоційного стану, мобілізацію процесів психосоматичної взаємодії та відновлення повноцінного функціонування. У боротьбі зі стресами навички саморегуляції є важливим внутрішнім ресурсом майбутнього педагога.

Використання методик психологічної саморегуляції під час тренінгу сприяло зниженню у здобувачів вищої освіти страху, тривоги, нейтралізації конфліктності, дратівливості; збільшенню ефективності навчальної діяльності;

навчанню засобам і прийомам формування позитивних психоемоційних станів; активізації процесів мислення й пам'яті. Навички саморегуляції можуть бути ефективні для майбутніх педагогів і для зняття постстресової напруги [270].

Дієвими для розвитку стресостійкості майбутніх учителів в умовах НС, як показала практика, є релаксаційні й дихальні техніки, візуалізація, методи нейролінгвістичного програмування та самонавіювання.

З метою виховання емоційної культури для майбутніх учителів початкових класів практичним психологом ЗВО проведено адаптований для здобувачів вищої освіти варіант тренінгу «Психоемоційна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс» [5; 74]. Зазначений тренінг уможливив розв'язати такі завдання:

- ознайомити учасників із поняттям «резилієнс» на індивідуальному та груповому рівнях;

- ознайомити учасників із основними принципами ПЗПСП в умовах надзвичайних ситуацій, відповідними інтервенціями та стратегіями роботи з урахуванням ресурсів і потреб здобувачів освіти;

- надати майбутнім учителям можливість відпрацювати навички застосування базових підходів і принципів психосоціальної підтримки в роботі зі здобувачами освіти.

Тренінг передбачає теоретичні та практичні засади психосоціальної підтримки й терапевтичного захисту майбутніх учителів. Здобувачі освіти ознайомилися з особливостями кризових станів і специфікою їхнього проживання особистістю, з сутністю кризових і критичних ситуацій. Упровадження зазначеної методології кризової допомоги (змісту, стратегій, напрямів, форм і методів) сприяло формуванню в майбутніх педагогів готовності розв'язувати складні завдання під час виконання професійної діяльності в умовах НС. Здобувачі вищої освіти отримали низку методичного інструментарію та практичних рекомендацій щодо надання психосоціальної допомоги учасникам освітнього процесу в кризових ситуаціях [5; 28; 229; 301; 305].

Під час проведення тренінгу використовуємо розроблені авторами [326, с. 12] практичні рекомендації щодо формування позитивного мислення шляхом «перепрограмування» мозку в умовах надзвичайних ситуацій. Показали свою ефективність такі технології: дебрифінг, самодопомога, нейропсихологічні прийоми й методи, когнітивно-поведінкові психотерапевтичні техніки, екологічні методи оптимізації оздоровчого мислення, розвиток рефлексії тощо.

Майбутні учителі початкових класів проявили особливу цікавість до таких тем: «Вікові особливості проживання травмивного досвіду в період війни»; «Емоційна та професійна безпека вчителя в умовах НС»; «Комплекс технік та вправ для допомоги/самопомоги в стані стресу, для стабілізації емоційного стану та зняття емоційного напруження»; «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій»; «Поняття «резилієнс». Основні фактори формування резилієнс. Роль закладів освіти»; «Відновлення вчителя після роботи з дітьми, які проживають кризи, горе та втрати».

Враховуючи результати досліджень, проведених на Сході України впродовж 2016-2017 років фахівцями Центру психічного здоров'я і психосоціального супроводу НаУКМА, та численних досліджень резилієнс у дітей, зокрема під час військових конфліктів [329; 330; 344], НаУКМА в партнерстві з ЮНІСЕФ і МОН України розроблено та впроваджено проєкт «Комплексна психосоціальна підтримка та допомога найуразливішим групам населення поблизу лінії зіткнення». В основу проєкту закладено концепцію «безпечної школи», яка виникла через необхідність адаптації освітнього процесу до потреб дітей, які пережили психічну травму, та набула розповсюдження в країнах Північної Америки й Західної Європи [377; 398]. Одним із результатів даного проєкту стало створення навчально-методичного посібника «Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах», який є результатом напрацьованого в Україні досвіду й представляє комплекс практичних і теоретичних матеріалів для проведення навчального тренінгу для педагогів [28].

За матеріалами посібника для здобувачів вищої освіти проведено тренінг «Створення безпечного середовища у класі», участь у якому стала важливим практичним ресурсом для майбутньої комплексної роботи з учнями, які постраждали внаслідок військової агресії. Зазначений тренінг став ефективним для студентів, які прагнуть отримати знання щодо прояву стресу в дітей; навчитися боротися зі стресом і самостійно відновлювати свої сили, щоб запобігти професійному вигоранню; розвивати навички створення безпечного освітнього середовища тощо.

До програми тренінгу увійшли такі модулі: «Формування довіри»; «Базове ставлення вчителя до дитини, яка пережила травмуючу подію»; «Підготовка педагога до розвитку життєстійкості»; «Підсилення самоефективності»; «Резилієнс і травма»; «Перша психологічна допомога та підтримка соціальних контактів»; «Оптимізм і позитивний настрій»; «Шляхи розвитку дитини»; «Психологія прив'язаності»; «Піклування вчителя про себе»; «Педагогіка групи».

Майбутні вчителі зазначили, що участь у тренінгу сприяла підвищенню їхньої впевненості, розвитку практичних навичок надання психосоціальної й емоційної підтримки дітям, які постраждали від війни. Студенти зауважили, що до участі в програмі вони не знали як правильно реагувати на збройний конфлікт, оскільки не стикалися з такими екстремальними подіями. Під час тренінгу вони навчилися обговорювати власні почуття, позитивно спілкуватись, бути спокійнішими, співпереживати й підтримувати інших, уникати емоційного виснаження тощо.

Як зазначає А. Дудоладова, «психологічно комфортна атмосфера відображає зміст міжособистісних відносин і визначається єдністю психологічних умов, що допомагають або перешкоджають продуктивності навчальної діяльності (взаємодопомога, симпатія, зацікавленість в успіху сприяють продуктивності навчання, а негативні емоції – знижують продуктивність діяльності та працездатність її учасників)»[86].

В умовах НС, спричиненої війною, актуальним для практичного психолога ЗВО є питання забезпечення мирного освітнього середовища, яке передбачає реалізацію в освітньому середовищі технології вирішення конфліктів шляхом співробітництва; формування у здобувачів освіти навичок побудови конструктивного діалогу, ненасильницької поведінки, здатності протистояти булінгу; усвідомлення конфлікту як невід'ємної частини життя, розуміння власної значущості у миробудуванні, створення особистої мирної стратегії поведінки в конфліктній ситуації. З цією метою для майбутніх учителів початкових класів проведено тренінг «Формування навичок попередження і розв'язання конфліктних ситуацій в освітньому середовищі».

Майбутні педагоги вчилися управлінню конфліктами, які можуть виникати як серед здобувачів освіти, так і між здобувачами й педагогами чи адміністрацією. Використання запропонованих під час тренінгу соціально-психологічних методів управління конфліктами допоможе студентам вирішувати конфлікти конструктивно та сприятиме побудові позитивних міжособистісних відносин. Майбутні вчителі дійшли висновку, що неконфліктне, гуманне, дружлюбне освітнє середовище знижує надмірне хвилювання й напруження; сприяє формуванню взаємної зацікавленості, довіри, взаємної підтримки, відкритості; допомагає усвідомленню здобувачами освіти важливості емоційного розвитку, особливо в умовах НС.

Апробація працівниками психологічної служби ЗВО зазначених тренінгових технологій підтверджує ефективність і доцільність їх впровадження для цілеспрямованої психоемоційної допомоги учасникам освітнього процесу в кризових ситуаціях, спричинених НС різного характеру, та виховання їх емоційної культури. Заняття у вигляді тренінгів показали свою результативність в отриманні необхідних знань, оперативному опануванні важливими техніками й уміннями.

Пріоритетом подальшої діяльності в цьому напрямі є інтеграція в систему підготовки майбутніх учителів початкових класів якомога більшої кількості

тренінгів, технологій і методик психоемоційної підтримки учасників освітнього процесу, які постраждали від НС різного характеру.

Відповідно до наказу МОН України від 22.05.2018 року № 509 «Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України», важливими напрямками діяльності психологічної служби є діагностика (вивчення індивідуальних особливостей розвитку особистості, її потенційних можливостей; виявлення причин труднощів у навчанні, інтелектуальному розвитку, соціально-психологічній адаптації;) та корекція (усунення виявлених труднощів психічного розвитку здобувачів освіти, зниження ризиків проблем адаптації до освітнього середовища, схильності до правопорушень, залежностей, девіантної поведінки) [221].

Раннє виявлення психоемоційних проблем учасників освітнього процесу має вирішальне значення для своєчасного реагування й попередження труднощів. Тому з метою гармонізації освітнього середовища важливим завданням практичного психолога ЗВО є систематичний моніторинг та оцінювання психологічних станів здобувачів освіти, їх реакцій на стресові чинники в умовах НС. Діагностика, проведена відповідно до типових циклограм діяльності фахівців психологічної служби з урахуванням специфіки основних цільових аудиторій, є тим базисом, на якому ґрунтується уся профілактична, корекційна та розвиткова робота. Від точності результатів проведеної діагностики залежить результативність подальшої роботи практичного психолога, зокрема щодо створення сприятливого середовища в ЗВО.

На думку фахівців-психологів [138; 235; 247 та ін.], вивчення особливостей емоційного сприйняття стресових ситуацій здобувачами вищої освіти є важливим практичним завданням в умовах НС, адже його результати дозволять більш цілеспрямовано й усвідомлено надавати психоемоційну підтримку й допомогу учасникам освітнього процесу.

У межах нашого дослідження з метою діагностики емоційної сфери здобувачів вищої освіти та визначення рівня сформованості їх емоційної

культури в умовах НС проведено ряд психодіагностичних методик серед майбутніх вчителів початкових класів, які детально опишемо у третьому розділі.

З метою забезпечення сприятливого середовища в ЗВО враховуємо також результати психологічних досліджень психоемоційних станів здобувачів вищої освіти, проведених українськими фахівцями під час НС, спричинених пандемією коронавірусної хвороби та війною на території України [119; 154; 227; 247; 292; 306 та ін.].

Підсумовуючи результати досліджень, можемо узагальнити, що майбутні вчителі, які взяли участь в опитуваннях, в умовах НС виявились не готовими до подолання емоційних проблем (насамперед тривоги), емоційної саморегуляції, самоорганізації в цілому і самоорганізації навчання, переходу до нових умов життя (фізичного дистанціювання, спілкування онлайн, дистанційного навчання), використання власних ресурсів, прояву ефективних поведінкових копінг-стратегій і правильних дій в умовах невизначеності тощо. Всьому цьому їх потрібно навчати засобами корекційно-розвиткової роботи психологічної служби ЗВО, щоб попередити та мінімізувати вплив НС на емоційний стан учасників освітнього процесу.

Корекційно-розвиткова діяльність практичного психолога – це система впливів, спрямованих на подолання труднощів, проблем, шкідливих звичок, негативних емоційних станів у здобувачів освіти; надання їм психолого-педагогічної допомоги з метою адаптації до умов життєдіяльності та навчання; формування мотивації до освітньої діяльності; здійснення заходів з метою усунення відхилень у поведінці, в інтелектуальному, психофізичному розвитку та подолання різних форм девіантної поведінки [221].

При здійсненні корекційно-розвиткової роботи в межах нашого дослідження використовуємо матеріали сучасних зарубіжних і вітчизняних програм постстресового відновлення та психотерапевтичної допомоги здобувачам освіти, що пережили травмівні події [55; 230; 326; 381].

Фахівці психологічної служби мають допомогти учасникам освітнього процесу напрацювати механізми стресостійкості, пропрацювати неефективні реакції на стрес, навчити прийомам і технікам, які допоможуть впоратися з пережитими травматичними подіями та стабілізуватися. З цією метою під час здійснення корекційно-відновлювальної роботи в освітній процес ЗВО імплементуємо елементи програми «Діти та війна: навчання технік зцілення», рекомендованої та схваленої Державною науковою установою «Інститут модернізації змісту освіти» [229].

ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» у межах Національної програми з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки за участю провідних міжнародних експертів з психології розроблено практичний курс «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій». Курс містить 10 мультимедійних уроків у міжнародному форматі SCORM, розроблених за моделлю змішаного навчання. Теоретичні матеріали та практичні тренінги курсу допомагають підвищити професійний рівень майбутніх педагогів та опанувати сучасні технології першої психологічної допомоги й емоційної підтримки за методичними посібниками Save the Children, а також ознайомити з рекомендаціями щодо перенаправлення Міжвідомчого Постійного Комітету (IASC). Зазначений курс сприяє розв'язанню таких завдань: зрозуміти етіологію та вплив стресу на освітній процес; визначити особливості навчального процесу в умовах війни; опанувати інструменти психологічної допомоги внутрішньо переміщеним дітям; навчитися визначати прояви стресу в учнів; розвинути навички неформальної міжособистісної взаємодії з учнями тощо. Курс отримав позитивний відгук Всесвітньої організації охорони здоров'я [158].

У межах національної програми ментального здоров'я на основі методики Всесвітньої організації охорони здоров'я та за підтримки ГО «Безбар'єрність» розроблено спецкурс «Практичні навички подолання стресу» для практичних психологів і освітян. Під час проходження курсу майбутні учителі мають можливість розвинути навички управління стресом, дізнаються про його

негативний вплив, отримають практичні поради щодо того, як справлятися з несприятливими обставинами й ситуаціями, як підтримувати власне психічне здоров'я та продовжувати нормально функціонувати під час війни. Щоденне виконання запропонованих вправ дозволить здобувачам освіти потурбуватися про себе та про тих, хто поруч в умовах НС [224].

Для виховання емоційної культури майбутніх учителів в умовах НС корисними є й інші корекційні програми, які рекомендує ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»: «Світ емоцій», «Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу «Безпечний простір», «Долаємо тривогу разом» тощо [234].

Рекомендуємо майбутнім учителям початкових класів взяти участь у зазначених практико орієнтованих курсах з метою підвищення рівня їх емоційної культури, набуття практичних навичок і формування готовності до виконання професійних завдань в умовах НС.

На думку науковців [112; 306], формування у здобувачів освіти високої емоційної культури можливе шляхом застосування в освітньому середовищі методу психічного тренування, в межах якого використовуються вправи, що дозволяють забезпечити саморегуляцію психоемоційного стану, активізувати психічні функції, сконцентрувати роботу здобувачів освіти на розвиток тих чи інших компонентів психіки (зокрема, вправи на саморегуляцію емоційного стану, регуляцію емоційної напруги, на оволодіння методами ведення діалогу, на ситуативну саморегуляцію під час стресових ситуацій, на усвідомлення просторової організації спілкування тощо).

Під час діяльності практичного психолога ЗВО щодо виховання емоційної культури майбутніх учителів в умовах НС використовуємо метод аутопсихічної регуляції (аутогенного тренування), метою якого є: самостійна регуляція людиною збудливості нервової системи, м'язового тону; відпрацювання наполегливості, впевненості й цілеспрямованості. Навички аутогенного тренування дають можливість здобувачам освіти в умовах впливу надзвичайної ситуації знизити рівень емоційної напруги, підвищити

впевненість у своїх силах, отримати позитивний емоційний заряд на подолання труднощів, підвищити рівень стресостійкості, розвинути самоконтроль, самовладання й організованість.

У процесі виховання емоційної культури майбутніх учителів в умовах НС продемонстрували високу результативність методи імітаційного моделювання, які полягають в моделюванні в освітньому середовищі взаємовідносин і умов реального життя та професійної діяльності в умовах НС, конкретного змісту й умов певного виду діяльності. Нами було використано такі методи й технології: кейс-технологія, імітаційні ігри, розігрування ситуації в ролях, «інсценізація», сценарний метод, метод інциденту. Для їх упровадження практичним психологом створено банк ситуацій взаємодії майбутнього вчителя з учнями в умовах НС: стандартні, унікальні, критичні, екстремальні, конфліктні тощо.

Принцип особистого проживання дав можливість майбутнім учителям, учасникам ігрової взаємодії, розвинути необхідні якості та засвоїти відповідні компетенції шляхом емоційного переживання різних ситуацій і подолання труднощів, проходячи етапи фрустрації, пошуку та знаходження ефективних поведінкових рішень. Здобуті знання особисто переживаються кожним здобувачем освіти та стають його власним позитивним досвідом.

У реаліях викликів воєнного часу виникла потреба підготувати вчителів до роботи з наслідками травмивного досвіду. Педагоги мають уміти розпізнавати симптоми психологічної травми та надавати учням підтримку за допомогою відповідних практик і консультацій у класі. Це допоможе здобувачам освіти засвоїти методи саморегуляції та застосовувати їх для опанування негативних емоцій (смутку, злості, гніву). Для цього вчимо майбутніх педагогів організовувати комфортну міжособистісну взаємодію між учасниками освітнього процесу, що допоможе учням подолати психологічний або емоційний стрес і забезпечить їм відчуття особистої безпеки [127].

Важливим інструментом практичного психолога щодо забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого освітнього середовища в ЗВО є здійснення просвітницької роботи. Враховуючи рекомендації

Міністерства освіти і науки України (лист МОН України від 21.08.2023 р. №1/12492 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2023/2024 навчальному році»), основний зміст просвітницької роботи працівників психологічної служби закладу освіти з питань виховання емоційної культури майбутніх учителів в умовах НС реалізовуємо за такими напрямками:

- ознайомлення майбутніх учителів із основами надання першої психологічної допомоги учасникам освітнього процесу;
- інформування щодо ефективності запровадження «Психологічних хвилинок» під час навчальних занять;
- ознайомлення здобувачів освіти із загрозами, які може нести Інтернет (спам, кібербулінг, шахрайство тощо);
- інформування з питань протидії та запобігання домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні;
- популяризація ненасильницької моделі поведінки;
- оприлюднення на вебсайті ЗВО контактів безкоштовної кризової психологічної допомоги;
- ознайомлення здобувачів освіти з алгоритмом дій у разі сигналу повітряної тривоги;
- формування моральної поведінки, активної життєвої позиції;
- ознайомлення майбутніх педагогів із основними закономірностями й умовами сприятливого розвитку дитини тощо [169].

Майбутні вчителі початкових класів під час професійної підготовки повинні навчитися розпізнавати та вчасно реагувати на тривожні симптоми, які проявляють учні в стресових умовах, спричинених НС (страх, хвилювання або занепокоєння через напади паніки, тривожність, ступор, виснаження тощо), а також використовувати техніки допомоги в умовах надзвичайних ситуацій. Головне – допомогти учням відчувати себе в безпеці та заспокоїтися. Тому важливим завданням практичного психолога ЗВО під час здійснення просвітницької роботи є ознайомлення майбутніх учителів зі *стратегіями психологічної допомоги*:

- Дихальні вправи.
- Фізична підтримка: сісти поруч; обійняти або взяти учня за руку (за згоди). Прийняти обійми від учня (якщо він того забажає).
- Техніки релаксації.
- Заземлення.
- Безпечне місце: створення в освітньому середовищі (в класних кімнатах та інших приміщеннях) «безпечних місць» для здобувачів освіти, які переживають травмівний досвід. З цією метою облаштовується затишний куточок з відповідним обладнанням (м'які іграшки або подушки, м'ячі для зняття стресу, книги або будь-які інші предмети, які можуть заспокоїти) а також зі зручними місцями для сидіння (наприклад, крісла-мішки).
- Переконавання: запевнення учнів, що вони можуть розраховувати на допомогу вчителя в подоланні важкого стану.
- Улюблена справа: підтримувати і заохочувати учнів в умовах НС займатися тим, що подобається, заспокоює та відновлює душевну рівновагу: музика, малювання, перегляд позитивних відео, заняття фізичними активностями тощо.

Ефективними є й інші стратегії психоемоційної допомоги: встановлення емоційного зв'язку; створення відчуття приналежності; спільне вирішення проблем; надання вибору; коло діалогу (практика відкритого спілкування у колі «Шеринг»); чуйність до індивідуальних потреб учнів; затишок фізичного середовища тощо [127, с. 17].

Практичне володіння зазначеними стратегіями не потребує значних зусиль, проте дозволяє майбутнім учителям початкових класів упевненіше почувати себе в умовах НС і, як показала практика, є дієвим інструментом виховання їх емоційної культури.

Під час здійснення просвітницької роботи знайомимо студентів із прикладами сучасних інновацій і досягнень у сфері захисту психоемоційного здоров'я в Україні:

- Міжнародні неурядові організації та волонтери Товариства Червоного Хреста України, міжнародних гуманітарних організацій «Save the Children» («Врятуймо дітей»), ЮНІСЕФ, «Людина в біді», «Polish Humanitarian Action» та «Карітас Україна» напрацьовують і поширюють матеріали щодо управління стресом, позитивних механізмів копіngu, резильєнтності, відновлення психічного здоров'я в умовах НС.

- Інформаційно-просвітницька кампанія, здійснена проектом МН4U (за фінансування Швейцарською агенцією з розвитку та співробітництва (SDC)), спрямована на формування навичок самодопомоги, самооцінювання, підтримки й розпізнавання симптомів, які сигналізують про психологічну проблему.

- Із 2014 року організації, які беруть участь у реагуванні на НС, контекстуалізували масштабні психологічні інтервенції: «Важливі навички в періоди стресу (DWM): ілюстроване керівництво», впроваджене MdM та ІМС як курс керованої самодопомоги; «Управління проблемами Плюс (УП+) ВООЗ», запроваджене MdM; низько-інтенсивна когнітивно-поведінкова терапія, впровадження якої було розпочато Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії; «Навички психологічного відновлення (SPR)», запроваджені проектом МН4U тощо.

Ефективним засобом забезпечення практичним психологом ЗВО емоційно сприятливого освітнього середовища є консультативна робота. Здобувачам вищої освіти, які знаходяться в стані дистресу чи під впливом несприятливих життєвих обставин, особам з підвищеною тривожністю чи іншими емоційними порушеннями за запитом надається психоконсультативна допомога офлайн або онлайн. Проблематика звернень індивідуального та групового консультивання в умовах НС здебільшого стосується: тривожності за себе й рідних, страхів, емоційних труднощів, виснаження, депресивних станів, спустошення, конфліктів з рідними, втрати у здобувачів освіти розуміння цінності навчання та пошуку мотивації під час дистанційного навчання в умовах війни. Консультативна діяльність практичного психолога покликана

відновити емоційний баланс і знайти нові потрібні ресурси для життєдіяльності учасників освітнього процесу в умовах НС.

Систематичне проведення зі здобувачами освіти, які пережили травматичну подію, коротких індивідуальних консультацій тривалістю в одну сесію (дебріфінг) або довготривалих сесій, є важливою складовою психологічної підтримки, яка ґрунтується на наданні практичної допомоги. Консультування створює безпечний і корекційно-розвивальний психоемоційний простір для майбутніх педагогів.

Важливо надати учасникам освітнього процесу інформацію про кризові гарячі лінії та служби підтримки, які можуть забезпечити негайну психоемоційну допомогу. Розширення доступу до різноманітних професійних інформаційних мереж забезпечує можливість дистанційного консультування та підтримки, проведення інтенсивних заходів консультування та за потреби перенаправлення осіб із груп ризику до відповідних фахівців.

Як показали наші спостереження й результати діагностування, всі описані вище заходи сприяли успішному формуванню емоційно-психологічного компонента емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах НС.

Отже, середовище закладу вищої освіти як важлива складова життєвого простору учасників освітнього процесу має достатньо ресурсів для виховання їх емоційної культури та надання їм ефективної психосоціальної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій. Організовувати та здійснювати таку роботу доцільно за допомогою комплексної моделі, яка реалізується практичними психологами і педагогічними працівниками закладів освіти та складається з трьох рівнів і механізму перенаправлення (рис. 2.2). Ефективність запропонованої моделі була доведена дослідженнями, проведеними впродовж 2014-2016 років Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ) на Сході України, а також у процесі її практичного застосування в закладах освіти.



Рис. 2.2. Комплексна модель психосоціальної допомоги учасникам освітнього процесу

На базовому рівні психосоціальна допомога надається здобувачам освіти силами педагогів і адміністрації шляхом створення сприятливих умов для їх особистісного розвитку, задоволення емоційних потреб, сприяння розвитку важливих компетенцій, налагодження ефективного спілкування.

На другому рівні допомога надається практичними психологами здобувачам освіти, у яких на поведінковому рівні проявляються наслідки психосоціального стресу, шляхом проведення з ними психокорекційної роботи.

На третьому рівні допомога надається за межами закладу освіти вузькими спеціалістами (психотерапевт, психіатр, невропатолог) тим здобувачам освіти, які мають дуже високий рівень негативних психологічних проявів травматичного стресу та симптомів ПТСР, тривоги, депресії. Робота з ними виходить за межі компетентності практичних психологів закладів освіти [13].

Підсумовуємо, що успішній реалізації першої педагогічної умови нашого дослідження «Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти» сприяє використання різних функцій емоційного складника освітнього процесу: емоціогенної (прояв інтересу до емоційного стану як власного, так і інших); релаксаційної (зменшення або зняття емоційної та фізичної напруги, тривожності, відновлення емоційних резервів); діагностичної (аналіз і пошук власних внутрішніх і зовнішніх емоційних резервів); терапевтичної (емоційна

виваженість, стриманість та корекція взаємин у ситуаціях і поведінці, які виникають в умовах НС тощо).

Забезпечення в ЗВО психологічно комфортного середовища, яке створює можливості для розвитку емоційно-психологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів, можливе через імплементацію в освітній процес дієвих технологій (психолого-педагогічні тренінги; рефлексивні технології; коучинг і менторинг; ігрові технології, кейс-технології тощо), завдяки яким реалізуються психодіагностична, профілактична, просвітницька, корекційно-розвиткова, консультаційна робота фахівців соціально-психологічних служб.

2.3 Розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу

Аналіз змістової лінії виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів у програмно-методичних документах (навчальні плани та програми, Державний стандарт початкової освіти), відповідно до яких навчають учителів, засвідчив наявність тем і завдань із формування емоційних компетентностей. Водночас у їх змісті не зосереджується увага на вихованні емоційної культури вчителів саме в умовах НС. Це призводить до логічно-змістових розривів між змістом навчання майбутніх фахівців і змістом реальних професійних задач і функцій, які їм доводиться виконувати в складних умовах сучасності, оскільки в Україні впродовж останніх років значно урізноманітнилися види НС, посилюються їх негативні наслідки, почастишали їх прояви, що загрожують здоров'ю та життю учасників освітнього процесу.

З метою формування професійно-педагогічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, вважаємо за доцільне розширити зміст навчальних дисциплін і

просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах НС.

Забезпечення фахової підготовки майбутніх учителів початкових класів необхідним змістом, спрямованим на розвиток їхньої емоційної культури, вважаємо за доцільне здійснювати через обов'язкові дисципліни навчального плану. Для цього ми проаналізували робочі навчальні програми, скоригували окремі теми та питання до них, а також частково оновили навчальний матеріал відповідно до особливостей процесу виховання емоційної культури майбутніх фахівців початкової школи в умовах НС. На наш погляд, дисципліни, які входять у вибіркові освітні компоненти, можуть бути більш емоційно насиченими за рахунок зв'язку з професійною діяльністю та посилення їхньої практичної спрямованості.

З урахуванням завдань нашого дослідження, вважаємо за необхідне модернізувати зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» та «Психологія індивідуальності», максимально наповнити їх навчальним матеріалом, спрямованим на виховання в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах НС.

Відповідно до робочої програми обов'язкової навчальної дисципліни «Загальна психологія», метою її вивчення є формування у здобувачів вищої освіти знань про закономірності виникнення, проявів і функціонування психічних явищ, розвиток психіки людини; формування загальної психологічної компетентності, культури та готовності до професійної діяльності.

Під час вивчення зазначеної дисципліни у майбутніх учителів початкових класів формуються такі фахові компетентності:

- здатність до організації освітнього процесу в початковій школі з урахуванням індивідуальних і вікових особливостей молодших школярів, формування їх ціннісних орієнтацій, розвитку критичного мислення;

- здатність налагоджувати партнерську й конструктивну взаємодію, управляти власними емоційними станами, формувати мотивацію здобувачів освіти до навчання, організовувати їхню пізнавальну діяльність;

- здатність до здійснення профілактичних заходів щодо збереження здоров'я та життя учнів, до надання їм домедичної та психологічної допомоги, до попередження та протидії різних проявів насильства й булінгу;

- здатність до педагогічної діяльності з дітьми з інвалідністю в інклюзивному середовищі.

Програмою передбачено вивчення теми «Функції емоцій. Структура емоційної сфери людини». Майбутні педагоги знайомляться із: загальною характеристикою емоцій і почуттів людини; філогенетичними аспектами емоційного реагування; емоціогенними ситуаціями; структурою емоційної сфери людини; «позитивними» й «негативними» емоціями; ролями і функціями емоцій у керуванні діяльністю та поведінкою; емоцією як цінністю й потребою; активаційно-енергетичною, деструктивною, прикладною, комунікативною, оздоровчою ролями емоцій; роллю емоцій у когнітивних процесах і творчості, у педагогічному процесі.

Для активізації освітнього процесу під час викладання зазначеної дисципліни використовуються традиційні й сучасні технології навчання (інформаційно-комунікаційні, особистісно-орієнтовані тощо), передбачено застосування занять-дискусій, ділових ігор, проблемних лекцій тощо. Освітній процес здійснюється через активну практичну діяльність і є студентоцентрованим.

Зважаючи на необхідність підготувати майбутніх учителів початкових класів до професійної діяльності в умовах НС, розширюємо зміст навчальної дисципліни знаннями про емоційні й безпекові особливості педагогічного процесу в умовах НС; про види НС, їх потенційні ризики й загрози; про правила ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС; про емоційний інтелект, екстремальну компетентність учителя; знайомимо

з методиками психоемоційної підтримки (відповідно до пізнавально-когнітивного критерію).

Пропоновані теми для навчання майбутніх учителів початкових класів включали ті, які переважно згадувались у рекомендаціях і стандартах, а також ті, які були визначені як прогалини під час діагностування майбутніх педагогів та аналізу літератури із психоемоційного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах НС. Цей перелік слугував відправною точкою для доповнення навчальних програм, але ми його адаптували відповідно до пріоритетних потреб у контексті, в якому він впроваджувався.

Стрижневим чинником виховання емоційної культури майбутнього вчителя в умовах НС вважаємо діяльнісний зміст освіти здобувача як системи практико орієнтованих методів і форм організації процесу фахової підготовки. Впродовж навчальних занять використовуємо різноманітні елементи освітніх технологій (діалогові технології; арт-терапевтичні технології; технологію соціально-емоційного та етичного навчання; модульну технологію навчання; інформаційно-комунікаційну технологію тощо) [77; 82; 129; 161; 175; 288; 369].

У межах семінарських, практичних, лекційних занять упроваджуємо елементи психологічних міні-тренінгів з емоційного інтелекту, релаксації та медитації, емоційної регуляції, що сприяють створенню атмосфери взаємопідтримки в академічній групі, допомагають майбутнім учителям відкрито та впевнено висловлювати свої думки й почуття, розвивати свою емоційну стійкість, розпізнавати й реагувати на емоції інших [76; 131 ; 130; 136; 306].

Окрім здобуття відповідних знань і умінь, вивчення дисципліни «Загальна психологія» спрямовували на виховання в майбутніх учителів таких особистісних якостей як: емпатія, рішучість у виборі та прийнятті рішень; екстремальна компетентність; самооцінювання та самоконтроль; життєстійкість, резильєнтність, саморегуляція у НС тощо.

Вважаємо за необхідне встановлення міжпредметних і внутрішньопредметних зв'язків (зокрема, між такими дисциплінами, як

«Загальна психологія» та «Психологія індивідуальності») і їх урахування в проектуванні змісту професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів. Такий аналіз дозволяє уникнути дублювання у вивченні тем емоційного спрямування, допомагає сформувавши в майбутніх педагогів загальне розуміння про емоційну культуру та її різні аспекти, усвідомлення специфіки емоційно зорієнтованої діяльності в умовах НС.

Розглянемо напрями й можливості вдосконалення й розширення змісту професійної підготовки майбутніх педагогів у контексті визначених нами завдань на основі навчальної дисципліни «Психологія індивідуальності», яка включена до розділу «Обов'язкові компоненти освітньої програми». Базою такої роботи вважаємо творче переосмислення робочої навчальної програми, яка повною мірою відображає зміст дисципліни.

Мета вивчення навчальної дисципліни «Психологія індивідуальності» – узагальнити знання здобувачів освіти про основні категорії та поняття психології особистості в новітніх і традиційних теоріях вітчизняної та зарубіжної психології; забезпечити розширення соціально-психологічних компетентностей майбутніх учителів у сфері психології особистості; розкрити психологічні особливості розвитку, саморозвитку та становлення особистості; систематизувати знання здобувачів освіти про окремі психічні якості в інтегральне поняття особистості.

Основні завдання вивчення дисципліни:

- розкриття умов функціонування, розвитку та становлення особистості;
- ознайомлення з основними психологічними концепціями та підходами щодо структури особистості;
- ознайомлення з процедурами особистісного саморозвитку й самопізнання та методиками діагностики індивідуально-психологічних особливостей особистості;
- аналіз можливостей застосування набутих знань і вмінь у професійній діяльності.

Відповідно до завдань нашого дослідження пріоритетним для нас є виховання в майбутніх учителів емоційної культури саме в умовах надзвичайних ситуацій. Тому завданнями дисципліни було визначено ще й такі: поглибити знання щодо емоційних і безпекових аспектів освітнього процесу в умовах НС; розвинути мотивацію до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС; сформувати здатність оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії.

Під час ознайомлення з темою «Емоційно-вольова сфера особистості» майбутні вчителі початкових класів вивчають: природу емоцій; поняття про емоційну сферу особистості; інтенсивність емоційного прояву (стреси, настрої, афекти); фізіологічні механізми емоцій; можливості розвитку емоційної сфери; базові почуття й емоції; емоційну дисрегуляцію; емоційну грамотність і емоційний інтелект; самовиховання та його можливості; характеристику емпатичної особистості; вольову регуляцію особистості.

Вивчення теми «Розвиток особистості» передбачає ознайомлення здобувачів вищої освіти з: самосвідомістю як умовою розвитку особистості; механізмами самосвідомості; структурою Я-концепції особистості та її етапами розвитку; самооцінкою особистості; самоефективністю та самоактуалізацією як компонентами поведінкової складової Я-концепції особистості; самоефективністю та її зв'язком зі здоров'ям, депресією та тривогою.

Доповнюємо зміст лекційної, практичної та самостійної роботи дисципліни «Психологія індивідуальності» такими темами: «Самовдосконалення в галузі емоційної культури як умова ефективності професійної діяльності вчителя в умовах НС»; «Емоційні й безпекові аспекти освітнього процесу в умовах НС»; «Попередження та подолання негативних емоційних станів особистості»; «Особливості формування позитивного емоційного фону педагогічної взаємодії».

Особливістю формувального експерименту є те, що майбутні учителі одночасно опановували всі компоненти емоційної культури, оскільки в

навчальних дисциплінах наявні всі необхідні цінності, уявлення та знання, орієнтовані на емоційний вектор розвитку особистості. Важливим завданням було ефективно спроектувати освітній процес на рівні кожної дисципліни, щоб максимально використати їхній емоційний резерв.

Важливого доповнення набула й просвітницька робота – донесення й роз'яснення необхідної інформації про НС різного характеру, особливості емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах НС, специфіку реагування на стрес і способи допомоги у проживанні НС тощо. Для майбутніх учителів участь у просвітницьких заходах є ефективним джерелом отримання знань про те, як боротися з емоційним навантаженням, піклуватися про здоров'я та безпеку в умовах НС. Теми, які важливо було для нас опрацювати із майбутніми вчителями початкових класів:

- емоційний інтелект, життєстійкість, резильєнтність, емоційна регуляція, емоційна саморегуляція вчителя, емпатія, емоційна готовність учителя до здійснення професійної діяльності в умовах НС;
- екстремальна компетентність учителя, емоційні й безпекові аспекти освітнього процесу в умовах НС;
- види НС, їх потенційні ризики й загрози;
- оцінювання емоційних станів учасників освітнього процесу, попередження й подолання негативних емоційних станів;
- правила ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС;
- основи психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому просторі;
- виховання емоційної культури учнів в умовах НС;
- методики психоемоційної підтримки;
- шляхи підтримки учня в умовах проживання травмівного досвіду тощо.

Вищезазначені теми розглядались у різних форматах. Оптимальним вибором для поступового опрацювання стала організація системи просвітницьких заходів (зустрічей онлайн і офлайн).

Зокрема, просвітницька зустріч (офлайн) «Надзвичайна ситуація воєнного характеру в професійній діяльності вчителя початкових класів. Теоретичні та практичні аспекти» проводилася з метою ознайомлення здобувачів вищої освіти з надзвичайними ситуаціями, з основами безпечного освітнього середовища в умовах НС, алгоритмами дій у разі виникнення НС різного характеру, засвоєння правил протимінної безпеки та цивільного захисту в цілому. Пояснюємо майбутнім педагогам: про небезпеки надзвичайних ситуацій воєнного характеру; як правильно розповісти дітям про наслідки бойових дій та окупації; про правила протимінної безпеки; з якими службами спілкуватись, щоб повідомити про мінну небезпеку; як ознайомити дітей із переліком вибухонебезпечних предметів; як вивчити правила поводження з підозрілими чи небезпечними предметами тощо. Під час проведення просвітницької зустрічі використано методичні напрацювання українських дослідників [5; 59; 117; 199].

Просвітницька робота в умовах НС активно реалізовувалась також завдяки технології дистанційного навчання, яка дозволила підвищити ефективність освітнього процесу, забезпечити доступність і зручність отримання навчальної інформації. Впровадження технології дистанційного навчання в сучасних складних реаліях є засобом об'єднання викладачів і здобувачів вищої освіти з метою обміну досвідом і циркуляції знань, стимулювання процесу професійного саморозвитку майбутніх фахівців. На думку науковців, дистанційна освіта – це складна система передачі знань на відстані за допомогою різних технологій і засобів, що дозволяє здобувачам вищої освіти отримати необхідну інформацію для її подальшого використання у практичній діяльності [115; 139].

Онлайн-технології забезпечили можливість проведення вебінарів, тренінгів, бесід, дискусій з майбутніми вчителями початкових класів. Враховуючи сучасні виклики, для здобувачів вищої освіти розроблено та проведено вебінар «Емоційна культура вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій». До структури вебінару включено такі теми:

1. Визначення поняття емоційної культури вчителя в умовах НС.
2. Роль емоційної культури в професійній діяльності вчителя: вплив емоційної культури на взаємодію з учнями; зв'язок між емоційною культурою й ефективністю навчання.
3. Психологічні основи емоційної культури: компоненти емоційної культури; емоційний інтелект як складова емоційної культури; техніки й методики розвитку емоційної культури.
4. Емоційна культура в умовах надзвичайних ситуацій: види надзвичайних ситуацій; психологічні наслідки надзвичайних ситуацій для учнів і вчителів.
5. Практичні аспекти емоційної культури в умовах НС: роль саморегуляції та підтримки колективу; методи емоційної регуляції та саморегуляції під час НС; вправи на розвиток навичок життєстійкості, резильєнтності, емоційного інтелекту, емпатії.
6. Етичні принципи роботи в умовах НС: професійна етика вчителя під час кризових ситуацій; захист прав та інтересів учнів.
7. Оцінювання рівня емоційної культури: методи оцінювання емоційної культури вчителів; інструменти саморефлексії та зворотнього зв'язку.
8. Професійна підтримка та розвиток: можливості професійного розвитку в галузі емоційної культури; ресурси для підтримки вчителів під час надзвичайних ситуацій.

Участь у практико орієнтованому вебінарі забезпечила майбутніх учителів необхідними знаннями та навичками у сфері емоційної культури для підвищення ефективності професійної діяльності в умовах НС.

Проводимо для майбутніх учителів початкових класів просвітницьку онлайн-зустріч «Емоційні й безпекові аспекти освітнього процесу в умовах НС», під час якої вивчаємо: алгоритм дій учасників освітнього процесу під час сигналу «Повітряна тривога» (зокрема, за умов онлайн-навчання); протоколи, правила й алгоритми реагування на надзвичайні ситуації різного характеру; алгоритм дій під час евакуації; протоколи безпеки перебування у

сховищі/укритті; особливості облаштування безпечного психологічного й фізичного середовища для перебування учнів у закладі освіти; вміст «тривожної валізи»; як підготувати й налаштувати учнів до можливих НС; правила поведінки у разі воєнних дій (стрільба, вибухи) тощо. Висвітлюємо навчальний матеріал із урахуванням рекомендацій МОН і ДСНС України [20; 167; 186; 239; 278; 281; 312].

Важливим інструментом розширення знань майбутніх учителів про емоційні й безпекові аспекти освітнього процесу в умовах НС є діяльність наставників академічних груп зі здобувачами вищої освіти. Аналіз факультетських річних планів виховної та соціальної роботи засвідчив наявність широкого кола тем, які обговорюються зі студентами з профілактичною та розвивальною метою. Зокрема, для майбутніх учителів початкових класів проведено бесіди, дискусії, «круглі столи», години спілкування на теми: «Дії учасників освітнього процесу під час НС», «Дії під час евакуації», «Правила поведінки під час пожежі», «Дії під час повені», «Основи надання психологічної та домедичної допомоги постраждалим внаслідок нещасних випадків», «Правила поведінки під час повітряної тривоги», «Правила поведінки в умовах карантину», «Правила поведінки в натовпі», «Дотримання правил пожежної, техногенної безпеки та безпеки дорожнього руху», «Профілактика шлунково-кишкових захворювань», «Поводження в громадських місцях з дотриманням норм безпеки», «Поводження з незнайомими людьми та предметами», «Поводження на річках і водоймах», «Поради щодо поведінки в екстремальній ситуації» тощо. Наставники академічних груп доводять до відома студентів пам'ятки й інструкції з питань безпечної поведінки в надзвичайних ситуаціях, з урахуванням того, що певна частина здобувачів освіти проживає на тимчасово окупованих чи особливо небезпечних територіях.

Воєнний стан в Україні вимагає посиленої уваги та просвітницької роботи серед учасників освітнього процесу з питань безпеки й цивільного захисту. Тому наставники академічних груп проводять активну роботу на

виконання інструкцій і рекомендацій у галузі цивільного захисту щодо організації освітнього процесу, розроблених МОН України (зокрема, листа МОН України від 22.04.2022 р. № 1/4408-22 «Рекомендації щодо проведення бесід із здобувачами фахової передвищої, вищої освіти з питань уникнення враження мінами і вибухонебезпечними предметами та поведінки у надзвичайній ситуації»), а також методичних рекомендацій щодо дій у разі виникнення НС природного, техногенного та воєнного характеру, розроблених Державною службою України з надзвичайних ситуацій.

З метою збереження емоційного й фізичного здоров'я, учасникам освітнього процесу важливо знати правила ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС (Додатки Б, В). Тому під час проведення просвітницької роботи значну увагу приділяємо поширенню серед здобувачів вищої освіти відповідних рекомендацій вітчизняних і зарубіжних фахівців [58; 92; 204; 227].

Обговорюємо з майбутніми учителями початкових класів можливі способи соціальної взаємодії, що сприяють розвитку резильєнтності учнів у період НС воєнного характеру:

- навчити дитину в ситуаціях ризику дотримуватися правил і алгоритмів особистої безпеки;
- виявляти сильні сторони й резерви дитини, на які можна опиратися для трансформації наявних стратегій і реакцій в ефективні копінг-стратегії;
- поважати та приймати стратегії і стрес-реакції дитини;
- навчати дитину допомагати й підтримувати інших;
- допомогти дитині відмовитись від неконструктивної стратегії уникання («ховатись» у хворобу, впадати у відчай, виявляти агресію, звинувачувати інших) і використовувати ефективні копінг-стратегії (пошук соціальної підтримки та шляхів вирішення ситуації);
- створювати умови для повернення дитині відчуття безпеки та розвивати її оптимізм;

- підвищувати рівень особистої самоефективності, значущості та впевненості [5, с. 74].

Вивчаємо й детально аналізуємо ознаки й особливості, на які варто звертати увагу вчителю, спостерігаючи за учнями під час освітнього процесу в умовах НС: прояви травматичного стресу; деструктивні прояви в поведінці; депресивні настрої в поведінці учня; регресивна поведінка; надмірна замкнутість; гіперактивність (Додаток Г).

Акцентуємо увагу на формуванні в майбутніх учителів початкових класів прагнення до попередження та подолання негативних емоційних станів, які деструктивно впливають на здоров'я учасників освітнього процесу та на їх відносини з оточуючими. Аналізуємо зі студентами патологічні стани, які можуть проявитися в учасників освітнього процесу в НС; вивчаємо клінічні ознаки апатії, страху, рухового збудження, ступору, агресії, проявів плачу, нервового тремтіння, паніки, істерики; знайомимо з алгоритмами покрокової психологічної допомоги щодо подолання цих станів [165] (Додаток Д). Особливої уваги потребують учні, які переживають чи вже прожили важку психотравмуючу подію. Важливими завданнями педагогів під час роботи з такими дітьми є:

- прийняття дитини;
- відновлення довірливих стосунків;
- допомога в інтегруванні важких подій до особистого досвіду;
- допомога в подоланні дисфункційних переконань і установок;
- мінімізація труднощів дитини, яка пережила травмуючі події, адаптація до нових умов навчання й проживання;
- допомога у відновленні сенсу життя (Додаток Е).

Формуємо базове ставлення майбутнього вчителя до учнів, які пережили травматичну подію – поєднання переконань, знань, професійних якостей і позицій педагога, яке сприяє розумінню й конструктивному ставленню до поведінкових і емоційних проявів у дітей, що виникають внаслідок проживання ними стресових ситуацій. Таке ставлення дає можливість

педагогам не фокусуватися на оцінюванні поведінки дітей як «незвичної» чи «недоречної», а усвідомлювати те, що їх певні реакції на травму і стрес є закономірними та природними. Це дозволяє забезпечити учням необхідну підтримку у складний для них час [5, с. 79].

Під час роботи з учнями в період, коли дитина проживає травматичний досвід, важливо розмежовувати її емоційні та поведінкові реакції. Коли вчитель концентрується на негативній поведінці учня (хоче її зупинити, вгамувати), тоді він не враховує його емоційного стану, проте саме він зумовлює таку поведінку. Дисциплінарний чи директивний підхід створює додаткову напругу в міжособистісних стосунках і зовсім не сприяє комфорту та безпеці дитини в закладі освіти. Конструктивним є позитивний підхід, який передбачає, що педагог фокусується на емоційній реакції учня, шукає відповідь на питання: «Що саме спричинило таку його поведінку?». Важливо, щоб дитина розуміла, що її емоційна реакція зрозуміла учителем, тоді відбувається природне припинення негативних проявів у поведінці школяра [5, с. 82].

Вивчаємо зі студентами способи педагогічного спілкування, що сприяють або перешкоджають формуванню емоційно безпечного освітнього простору. Обговорюємо такі аспекти: позитивне ставлення до учня, прийняття труднощів чи складної поведінки як нормальної реакції на надзвичайні ситуації чи обставини; використання «екстрених» способів і прийомів вгамувати поведінку учня; увага до емоційного стану дитини, який стоїть за негативною поведінкою; з урахуванням критерію безпеки надання учню можливості самостійного прийняття рішення чи вибору; емоційний діалог з дитиною про її мотиви й почуття, розуміння емоційних причин і механізмів проблемної поведінки; порівняння сьогоденних досягнень дитини з її вчорашніми успіхами; ціннісне ставлення до учня як до особистості; негативний емоційний вплив на учня через залякування, присоромлення, звинувачення (особливо в присутності інших дітей) тощо (Додаток В).

Знайомимо майбутніх учителів початкових класів із алгоритмом емоційного діалогу у стресовій ситуації (Додаток Є). Ефективне спілкування

між учителем і учнем вимагає терпіння, співпереживання й має важливе значення для встановлення емоційного контакту, довіри та розуміння. Використання різних технік спілкування, таких як неосудна мова, активне слухання, заохочення до спілкування позитивним підкріпленням може допомогти уникнути емоційного напруження в освітньому середовищі. Акцентуємо увагу майбутніх педагогів на тому, що застосування у стресових ситуаціях запропонованих інструментів комунікації з дітьми можливе лише тоді, коли вчитель перебуває у стані емоційної стабільності та рівноваги. Якщо вчитель відчуває, що у нього бракує ресурсів для надання дитині допомоги, якої вона потребує, необхідно залучити шкільного психолога.

Опрацьовуємо з майбутніми вчителями стратегії регуляції емоцій в контексті розв'язання проблемних ситуацій [153]. Найбільш авторитетною є процесуальна модель регуляції емоцій Дж. Гроса. Науковець визначає регуляцію емоцій як властивість, що характеризує індивідуальні особливості особистості, які використовуються для регуляції власних емоційних станів. Оскільки різні життєві ситуації мають різний рівень емоційності, тому й вимагають різних способів емоційної регуляції. Дж. Грос зазначає, що найчастіше застосовуються такі стратегії, як подавлення експресії та когнітивна переоцінка. Подавлення експресії (*expressive suppression*) – це поведінково орієнтована форма регуляції емоцій, зорієнтована на зниження емоційної виразності [345]. Когнітивна переоцінка (*cognitive reappraisal*) – зміна ставлення до ситуації, що дозволяє модифікувати емоційну реакцію та відповідь. Разом зі здобувачами вищої освіти робимо висновок, що когнітивна переоцінка має позитивний вплив на соціальне й емоційне функціонування та благополуччя, а подавлення експресії – негативний.

Зважаючи на значну загрозу психічному здоров'ю учасників освітнього процесу, викликану внаслідок збройної агресії РФ та оголошення в Україні воєнного стану [280], Міністерство освіти і науки України рекомендує педагогічним працівникам під час проведення навчальних занять застосовувати психологічні хвилини – дієві ігри, техніки та вправи. Відповідно до

рекомендацій МОН України, інформуємо майбутніх учителів про доцільність упровадження психологічних хвилинок під час уроків, які допоможуть учням емоційно налаштуватися на навчання, впоратися зі стресом і його наслідками [164]. Практикуємо проведення психологічних хвилинок в освітньому процесі ЗВО (Додатки Ж, З), що сприяє створенню комфортної атмосфери, яка дозволяє здобувачам освіти зняти емоційне напруження, відновити почуття психоемоційного захисту й безпеки, що є природним механізмом відновлення. Систематичне проведення психологічних хвилинок за потреби допомагає здобувачам освіти краще зрозуміти свої емоції, стати більш урівноваженим і спокійним.

МОН України рекомендує педагогам використовувати методичний посібник «Психологічна хвилинка» (вправи для зняття психоемоційного напруження), який отримав гриф «Схвалено для використання в освітньому процесі» [189]. Рекомендуємо також онлайн-ресурс від мережі Освітніх Хабів – EduHub «Психологічна допомога з Дмитром Карпачовим та Оленою Адамовою», який містить 109 коротких та ефективних відеотренінгів [232].

Акцентуємо увагу майбутніх педагогів на доцільності співпраці з фахівцями психологічної служби закладу освіти, які зможуть надати методичну підтримку в проведенні «Психологічних хвилинок» під час занять на етапі впровадження Державного стандарту базової середньої освіти. Наголошуємо на особливій ролі практичного психолога закладу освіти, яка полягає в допомозі та підтримці здобувачів освіти щодо подолання психоемоційних труднощів у навчанні. Це означає «перехоплення», запобігання впливу негативних ризиків НС для психоемоційного здоров'я учасників освітнього процесу.

В умовах дистанційної освіти набуває актуальності організація освітніх онлайн-просторів, хмарне та комп'ютерне навчання, автономне навчання [307, с. 138]. Для самостійного опрацювання пропонуємо майбутнім учителям онлайн-ресурси, спрямовані на достовірне інформування та навчання з питань психоемоційного здоров'я, психологічної підтримки учасників освітнього процесу. На сайтах ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», МОН України,

Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи, обласних навчально-методичних центрів психологічної служби у системі освіти накопичено й доповнюється перелік корисних ресурсів для дорослих і дітей. Майбутні педагоги можуть самостійно опанувати такі теми: «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час і після завершення воєнних дій», «Як пережити горе та втрату – поради психологів», «Ефективні поради від емоційного вигорання», «Підтримка дітей: поради для вчителів», «Контроль емоційного стану в умовах війни», «Посттравматичний стресовий розлад в умовах війни», «Як говорити з учнями на складні теми», «Типові реакції дитини під час травматичних подій», «Техніки роботи з тривогою та стресом для дітей і дорослих», «Психологічна травма в дітей шкільного віку: ознаки, причини, наслідки», «Як підтримати дітей у стресових ситуаціях» тощо. Рекомендуємо майбутнім учителям використовувати зазначені матеріали як для власного емоційного саморозвитку, так і для використання під час роботи з учнями з метою виховання їх емоційної культури (Додаток І).

Зручним і доступним ресурсом для допомоги майбутнім учителям у вихованні емоційної культури, в опануванні інструментами психоемоційної підтримки й адаптації до умов НС є навчально-методична література, розроблена експертними групами освітян і психологів. Презентуємо і обговорюємо зі здобувачами вищої освіти такі посібники: «Базові навички турботи про себе та інших», «Важливі навички в періоди стресу (DWM): ілюстроване керівництво», «Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти», книжка-практикум «Твоя сила», «Протидія булінгу в закладах освіти: системний підхід», «Психологічна хвилинка», «Книга виживання. Протимінна безпека», «Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни», «Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс», «Супергерої безпеки. Як підготувати дітей до можливих надзвичайних ситуацій», «Діти та війна: навчання технік зцілення», «Коли світ на межі змін: стратегії адаптації», «Невидимі наслідки війни», «Шлях до

зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій», «Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу» тощо (Додаток Й).

Наголошуємо здобувачам вищої освіти, що задля підвищення ефективності професійної діяльності в умовах НС учителям потрібно постійно самовдосконалюватись. З метою розвитку емоційної культури, підтримки власного ментального здоров'я, формування навичок резильєнтності та кращого розуміння, як допомогти учням в умовах НС, майбутнім учителям презентуємо й рекомендуємо пройти освітні онлайн-курси (Додаток П):

- «Безпечний простір» – онлайн-курс від EdEra про організацію безпечного психосоціального освітнього простору для дітей і вчителів;

- «Розумію» – курс для педагогів з психологічної підтримки про те, як навчитися розпізнавати дитячі та власні емоції, краще розуміти себе та швидко стабілізувати у критичні моменти;

- «Бути поруч» – курс про те, як працювати з дітьми під час війни та надавати їм ефективну психологічну допомогу;

- «Небайдужі: базові емоційні потреби та соціальна взаємодія» – курс, спрямований на задоволення базових емоційних потреб особистості, що важливо в час війни, в період емоційної та соціальної нестабільності;

- «Сміливі навчати» – онлайн-курс про вчителювання у НС: про те, як організувати безпечне освітнє середовище в умовах НС, навчати та взаємодіяти з дітьми, психологічно підтримати себе в часи кризи;

- «Життестійкість молоді в умовах криз» – освітній онлайн-курс від «Prometheus» дає відповіді на такі питання: як надавати психологічну допомогу собі й іншим; як керувати власним емоційним станом під час травматичних подій; як аналізувати свої ресурси та планувати їх відновлення; як повернути відчуття контролю над власним життям і впевнено комунікувати у стресових ситуаціях. Отримані на освітньому курсі знання й навички життестійкості сприяють особистісному росту, соціальній активності, професійному розвитку майбутніх учителів;

- «Як навчитися надавати близьким психологічну допомогу в умовах війни» – базовий курс від української онлайн-платформи «Prometheus» допоможе майбутнім учителям справитись із такими поширеними реакціями на довготривалий стрес як гнів, апатія, страх, депресія чи тривожність; навчить як допомогти близьким, що пережили кризову ситуацію. Онлайн-курс містить теоретичні та практичні поради для врегулювання гострих реакцій, є глибоко практичним і заснованим на багаторічному досвіді роботи з людьми, які переживають кризові ситуації;

- «Інформування про ризики вибухонебезпечних предметів» – онлайн-курс підвищить рівень знань про алгоритми та правила безпечної поведінки у випадку виявлення міни або іншого вибухонебезпечного предмета, про те, як діяти в небезпечних ситуаціях;

- «Як навчати дітей мінної безпеки» – онлайн-курс з мінної просвіти, під час якого сімейна та дитяча психологиня С. Ройз розповідає, з чого починається створення освітнього простору безпеки для учнів, навчає вправам для відчуття власної емоційної сили та знайомить з обов'язковими етапами уроку на складну тему мінної безпеки.

Багато технік і вправ, що відволікають від тривожних думок, знімають напругу, а також практики для розвитку емоційної культури дітей і дорослих, для турботи про ментальне здоров'я майбутні учителі можуть почерпнути на сайті Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» [163].

Інформуємо майбутніх учителів, що, відповідно до Закону України «Про внесення змін до статті 51 Закону України «Про повну загальну середню освіту» щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу», у змісті підвищення кваліфікації вчителя не менше 10% загальної кількості академічних годин повинні бути спрямовані на розширення та вдосконалення навичок надання психоемоційної підтримки й допомоги здобувачам освіти.

З метою виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій інтегруємо в освітній процес ЗВО

технологію соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН), зважаючи на її зростаючу популярність і численні дослідження [39; 87; 194; 213; 333; 337; 339; 397], які доводять ефективність застосування її складових на всіх рівнях здобуття освіти (у практиці як закордонних, так і вітчизняних закладів освіти).

Програма СЕЕН ґрунтується на методиці та філософії, яка розроблялась, апробовувалась і вдосконалювалась упродовж 20 років міжнародною групою науковців Університету Еморі (США, Атланта). Основою програми стали кращі світові практики соціально-емоційного навчання та праці з емоційного інтелекту Деніела Гоулмена.

Перші кроки впровадження СЕЕН в Україні були зроблені задовго до повномасштабного вторгнення. За ініціативи Інституту проблем виховання НАПН України (наказ МОН України від 18.11.2019 р. № 1431 представлений у Додатку К), Інституту модернізації змісту освіти МОН України та за підтримки Громадської служби миру – GIZ Україна з 2019 року 26 закладів загальної середньої освіти з 23 областей України розпочали реалізацію СЕЕН в освітній процес на рівні офіційного експерименту всеукраїнського рівня. В умовах НС воєнного характеру зазначена технологія набула особливої актуальності.

В основі СЕЕН лежить прагнення навчити здобувачів освіти піклуватися про себе й інших, особливо в плані емоційного здоров'я. Соціально-емоційне та етичне навчання базується на співпереживанні до себе й інших, яке виховується за допомогою розвитку певних навичок: розуміння емоцій і вміння конструктивно працювати з ними, вміння регулювати власну нервову систему й боротися зі стресом, навичок побудови взаємин і соціалізації тощо.

У ході формувального експерименту важливим завданням було детально ознайомити майбутніх учителів початкових класів з особливостями технології СЕЕН у контексті виховання емоційної культури в умовах НС. Оскільки СЕЕН сприяє розвитку критичного мислення, емпатії та формуванню навичок спілкування, виходячи за межі традиційного засвоєння навчального матеріалу, воно постає важливим інструментом підготовки особистості до успішного функціонування в сучасному екстремальному суспільстві. Те, що СЕЕН

позитивно впливає на встановлення конструктивних міжособистісних відносин, що, в свою чергу, покращує психоемоційний стан здобувачів освіти та сприяє формуванню безпечного освітнього середовища, визнають все більше педагогів.

Структура соціально-емоційного та етичного навчання ґрунтується на інноваційних підходах і рішеннях, спрямованих на впровадження комплексного підходу до освіти. СЕЕН включає процеси, за допомогою яких здобувачі освіти засвоюють і вчаться ефективно застосовувати знання, уміння й навички, важливі для того, щоб діяти етично й ефективно, розуміти свої емоції й керувати ними, розвивати позитивні взаємини та приймати відповідальні рішення. Таке навчання допомагає вільно виражати емоції та думки, вибудовувати ефективні комунікативні стратегії, розвиває віру у власні можливості та самооцінку. Воно враховує особливості й індивідуальні потреби здобувачів освіти, сприяє розвитку їхньої емоційної сфери, міжособистісної взаємодії та соціальних навичок [213, с. 92].

СЕЕН побудовано на трьох вимірах, що відповідають певним типам знань і компетенцій, які технологія ставить за мету передати здобувачам освіти: усвідомленість, співпереживання та залученість. Кожен із цих вимірів представлений на трьох рівнях: особистісному, соціальному й системному. Три виміри СЕЕН тісно пов'язані між собою, кожен із них містить певний набір компетенцій, які можна навчати окремо, але найкраще – формувати в спільному контексті (рис. 2.3).

Щоб діяти конструктивно, потрібно спершу усвідомити проблему. По-друге – включитися в неї емоційно, що мотивує до дії (співпереживання). По-третє – діяти вміло (залученість). Це – триада усвідомленості, співпереживання й ефективної залученості, яка може надати учасникам освітнього процесу найкращі результати.

Співпереживання є ключовою основою СЕЕН і дає можливості здобувачам освіти відмовитися від дій, які шкодять їм і оточенню, а також краще усвідомлювати власні слова й вчинки. Це – перший, особистісний рівень



Рис. 2.3. Рівні й виміри СЕЕН

Джерело: [250, с. 26]

СЕЕН, який навчає турботі про себе. Другий рівень, соціальний, спрямовує цю турботу на оточуючих – стимулює розвиток співпереживання й емпатії, ефективних навичок спілкування й міжособистісних взаємин. Третій рівень – системний, націлений на те, щоб допомогти здобувачам освіти розвивати навички, усвідомленість, цінності, орієнтовані на ширші громади. Завдяки цьому формуються ефективні й відповідальні громадяни.

Три рівні, три виміри та їх складові можна зобразити у вигляді матриці (рис. 2.4).

		ВИМІРИ		
		УСВІДОМЛЕНІСТЬ	СПІВПЕРЕЖИВАННЯ	ЗАЛУЧЕНІСТЬ
РІВНІ	ОСОБИСТІСНИЙ	 Увага і само-усвідомленість	 Співпереживання собі	 Саморегуляція
	СОЦІАЛЬНИЙ	 Міжособистісна усвідомленість	 Співпереживання іншим	 Навички побудови взаємин
	СИСТЕМНИЙ	 Поцінування взаємозалежності	 Визнання спільності з людством	 Залученість до локальної й світової спільнот

Рис. 2.4. Дев'ять складових матриці вимірів і рівнів СЕЕН

Джерело: [250, с. 32]

СЕЕН застосовує освітню модель, у якій здобувачі освіти в опануванні певної компетенції проходять три рівні розуміння:

1. Здобуті знання (вміння ефективно використовувати отримані теоретичні та практичні знання).

2. Критичне осмислення (поглиблене розуміння завдяки ґрунтовному вивченню проблеми й особистому досвіду).

3. Утілене розуміння (трансформація засвоєного знання).

З метою поліпшення засвоєння знань і навичок на кожному рівні розуміння, СЕЕН визначає та використовує ключові освітні траєкторії:

- науковий погляд (фундаментальне наукове підґрунття для усвідомлення й вивчення тем програми, зокрема емоцій);

- рефлексивні практики (техніки й активності, за допомогою яких здобувачі освіти послідовно та структуровано працюють із власними внутрішніми переживаннями для глибшого усвідомлення та засвоєння певних тем і формування відповідних навичок: розуміти вплив емоцій і думок на розум і тіло, звертати увагу на дихання, дослухатися до внутрішніх відчуттів тощо);

- критичне мислення (вивчення й дослідження відповідних тем шляхом логічних міркувань, діалогу й обговорень різних поглядів на проблему та інших методів, спрямованих на глибше розуміння навчального матеріалу);

- активне навчання (освітні методи та стратегії, які передбачають не пасивне споживання інформації, а активну участь у процесі її засвоєння: групові проекти, обговорення, спільні ігри тощо) [250].

Реалізація програми СЕЕН передбачає набуття здобувачами освіти «Стійких умінь» – навчальних досягнень вищого рівня (Додаток Л).

Проводимо для здобувачів вищої освіти практико орієнтовану онлайн-зустріч на тему: «Занурення у СЕЕН», у ході якої знайомимо майбутніх учителів початкових класів із зазначеною технологією, з особливостями навчальної програми СЕЕН для початкової школи. Рекомендуємо пройти підготовчий онлайн-курс, який сприятиме розвитку емоційної культури, стане підтримкою у процесі впровадження програми в майбутній професійній діяльності й допоможе навчати учнівство. Знайомимо студентів із «Методичними вказівками до програми СЕЕН», розкриваємо цілі програми, її

структуру та підґрунтя, надаємо практичні рекомендації й поради щодо використання ефективних освітніх практик СЕЕН, які сприяють вихованню базових людських цінностей, системного мислення, емоційної стійкості тощо. У процесі впровадження освітньої програми пропонуємо приєднатися до Платформи СЕЕН (<https://seelearning.emory.edu>), у межах якої можна навчатися в досвідчених учителів, ділитися досвідом і знаходити можливості для професійного розвитку. На платформі розміщено матеріали (вебінари, поради, приклади уроків тощо) й курси, що поглиблюють знання СЕЕН.

Навчальна програма СЕЕН є стійкісноорієнтованою та травмоорієнтованою і складається із семи розділів (Виховання стійкості; Створення атмосфери співпереживання у класі; Це наша спільна справа; Управління емоціями; Підсилення уваги й самоусвідомленості; Співпереживання собі й іншим; Навчатися одні від одних, пізнавати одні одних) та підсумкового проєкту (Будуємо кращий світ). Це загалом 39 розроблених занять, які формують цілісну навчальну дорожню карту для здобувачів освіти різних вікових категорій.

Кожен урок триває від 20 до 40 хвилин і включає до п'яти частин: «розігрів», презентація й обговорення, вправа на осмислення, рефлексивна практика, підсумки. Це п'ять ключових складових СЕЕН-уроків, які відповідають педагогічній моделі СЕЕН: трансформація здобутих знань в критичне осмислення та втілене розуміння. Запропоновані уроки можуть бути інтегровані в програму будь-якого предмету або проведені як окремі заняття чи форма позакласної роботи.

Особливу увагу приділяємо четвертому розділу програми «Керування емоціями». Навчальний матеріал про емоції подається крізь призму системного мислення та причинно-наслідкових зв'язків. СЕЕН навчає здобувачів освіти розрізняти й розуміти різні емоції та їхні характеристики, тобто складати так звану «ментальну карту». Ментальні карти є складовою емоційної грамотності, допомагають керувати своїм емоційним життям, розвивати емоційний інтелект.

Практики СЕЕН формують потребу у вихованні «емоційної гігієни», що означає уміння не подавляти емоції, а регулювати їх у здоровий спосіб.

Проводимо з майбутніми вчителями адаптовані для здобувачів вищої освіти заняття СЕЕН на теми: «Вивчаємо потреби й почуття», «Групи емоцій», «Ризиковані емоції», «Емоційна гігієна». Під час їх проведення акцентуємо увагу здобувачів освіти на аналізі основних елементів, понять і практик, що інтегровані в зміст заняття. Зразок заняття СЕЕН представлено у Додатку М.

У контексті закладу вищої освіти впроваджуємо СЕЕН через реалізацію комплексу відповідних діяльностей і вправ, спрямованих на формування й розвиток емоційних і соціальних навичок у студентів, які інтегруємо в освітній процес [254]. Ефективними є імітаційні проєкти та вправи, які сприяють конструктивній взаємодії в групі. Наприклад, імітація ймовірної складної ситуації (зокрема, конфліктної чи екстремальної), що може виникнути в майбутній професійній діяльності, допомагає майбутнім учителям розвивати емоційну культуру, навички командної роботи та комунікативні вміння.

СЕЕН акцентує на застосуванні активного навчання – формування практичних навичок для розвитку позитивного мислення, життєвої позиції та поведінки. Використовуємо завдання, які можуть бути вирішені через конструктивну співпрацю всієї групи, вимагають уважності до ідей інших, обміну думок і активної взаємодії. На початку навчального року запропонували майбутнім учителям початкових класів скласти план свого емоційного розвитку в умовах НС, визначити свої найважливіші цілі та розробити шляхи їх досягнення в контексті освітнього процесу в короткостроковій і в довгостроковій перспективі. Впродовж року обговорювали й удосконалювали програми саморозвитку.

В умовах надзвичайних ситуацій першочерговою є потреба розвивати навички стійкості, уваги, емоційної гігієни учасників освітнього процесу. Разом із майбутніми вчителями опрацьовуємо практики СЕЕН, використання яких під час навчання (онлайн і офлайн) в умовах НС різного характеру сприятиме заспокоєнню нервової системи, емоційній рівновазі, розвитку співпереживання

до себе й до оточення. Це, зокрема, такі практики як: «Пригадуємо доброту», «Що не скасовано?», «Змістити і зафіксувати», «Давати раду ризикованим емоціям», «Практикуємо емпатію», «Вправи на вдумливість», «Ми всі пов'язані між собою», «Співпереживання собі» тощо (Додаток Н). Розповідаємо, як і коли краще застосовувати запропоновані СЕЕН-практики, щоб підвищити їх ефективність.

Опрацьовуємо з майбутніми вчителям вправи та практики СЕЕН, які можна впроваджувати в освітній процес короткими п'ятихвилинними часовими проміжками з метою регуляції емоційного стану. Наприклад: коротка вправа на ресурсність; коротка вправа на заземлення; практика стратегії «Миттєва допомога!»; вдумлива ходьба; зосередження уваги на добрих учинках, своїх та інших; візуалізація способів проявити добро до інших; ідеї для вчинків, у яких можна проявити співпереживання до інших упродовж дня; парний «розігрів» на тему того, як здобувачі освіти почуваються; письмовий абзац у робочому зошиті чи щоденнику про співпереживання/доброту/емпатію/вдячність; зачитування фрази, яка надихає на доброту, емпатію, повагу до культурного розмаїття, взаємозалежність, увагу, вдумливість, стійкість та обмін думками на цю тему; розмова про вдячність і написання листівки з цього приводу для когось із колективу; вправа в парах на відшукування трьох подібностей і трьох розбіжностей між собою; вдумливі діалоги в парах тощо.

У процесі ознайомлення із тілесними самовідчуттями окремі здобувачі освіти (особливо ті, які пережили чи переживають психотравми) можуть відчувати негативні емоції. За неочікуваних реакцій з боку студентства пропонуємо їм використання стратегії СЕЕН «Миттєва допомога!» (Додаток З).

Для підготовки до впровадження СЕЕН у закладах освіти Центр споглядальної науки й етики пропонує різні курси, зокрема безкоштовний самостійний ознайомчий курс [157]. Рекомендуємо майбутнім учителям початкових класів пройти вступний онлайн-курс СЕЕН, щоб зрозуміти його структуру і програму. Це перший крок на шляху до викладання СЕЕН. Курс складається із семи модулів, які розкривають зміст навчальної програми:

«Вступ. Вітаємо на ознайомчому курсі»; «Розширення можливостей учнівства»; «Розвиток усвідомленості, співпереживання та залученості»; «Зрозуміти навчальну програму»; «Розвиток можливостей учнівства»; «Розвиток власних можливостей»; «Завершення: ступаємо на шлях СЕЕН». Всі модулі містять ключові компоненти, що дають можливість ефективно впроваджувати СЕЕН в закладах освіти.

Після проходження ознайомчого курсу СЕЕН майбутні вчителі отримали сертифікат (Додаток П), що дозволяє використовувати і впроваджувати ресурси СЕЕН в освітній процес, завантажили посібник із рекомендаціями щодо впровадження й усі наявні уроки й додаткові ресурси. Отримані інструменти сприяють вихованню емоційної культури майбутніх учителів і допомагають досягнути найкращих результатів у процесі виховання емоційної культури учнів під час професійної діяльності.

Отже, розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах НС, впровадження в освітній процес ЗВО технології соціально-емоційного та етичного навчання дозволило нам поглибити емоційні та професійні компетентності майбутніх учителів початкових класів і підвищити рівень їх емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій.

2.4 Залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення

Організація освітнього процесу в закладах вищої освіти в умовах НС набуває іншого змісту й підходів до реалізації соціально-молодіжної роботи. Важливим інструментом для формування соціально-культурологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС вважаємо залучення здобувачів вищої освіти до практичної,

просвітницької та волонтерської роботи шляхом застосування інноваційних освітніх технологій.

Для формування практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях інтегруємо в освітній процес ЗВО кейс-технологію, яка дає можливість моделювати реальні педагогічні ситуації та явища, аналізувати та знаходити ефективні способи вирішення проблем, що часто виникають в умовах НС. Базуючись на аналізі факторів, характеристик і переваг використання кейс-технології, С. Ковальова визначає головні завдання її застосування в процесі фахової підготовки педагога:

- формування в майбутніх учителів навичок критичного та конструктивного мислення;
- отримання здобувачами вищої освіти необхідного комплексу професійних знань, умінь і навичок;
- залучення майбутніх педагогів у практичну діяльність в закладах освіти;
- розвиток комплексу здібностей, важливих для ефективної педагогічної діяльності;
- набуття здобувачами вищої освіти практичних навичок (аналіз ситуацій, спостереження, прийняття рішень);
- формування системи загальнолюдських, культурних, моральних, професійних та інших цінностей;
- активізація та нарощування емоційного й інтелектуального потенціалу майбутнього педагога [122, с. 101].

Результативними кейсами, що в ході нашого формувального експерименту сприяли розвитку в майбутніх учителів початкових класів практичних навичок здійснення професійної діяльності в умовах НС, визначаємо:

- періодичне проведення в закладі вищої освіти практичних тренувань щодо формування навичок безпечної та швидкої евакуації учасників освітнього процесу;
- «День цивільного захисту»;

- «Тиждень знань з основ безпеки життєдіяльності»;
- інструктажі «Порядок дій в умовах загрози надзвичайної ситуації»;
- просвітницький захід «Ризики НС, пов'язаних із небезпечними інфекційними захворюваннями та масовими неінфекційними захворюваннями»;
- громадська акція «Запобігти. Врятувати. Допомогти»;
- тренінги із тактичної медицини, надання домедичної допомоги в умовах надзвичайних ситуацій;
- «круглий стіл» на тему: «Теорія і практика виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС»;
- дискусія на тему: «Як розвинути емоційну культуру учня початкової школи в умовах НС»;
- систематичне проведення ділових ігор, під час яких здобувачі вищої освіти аналізували типові ситуації, що часто відбуваються в процесі професійної діяльності в умовах НС, та шукали способи й розробляли стратегії для вирішення подібних проблем у майбутньому;
- участь в університетських, міських, обласних і всеукраїнських заходах щодо збереження й підтримки психоемоційного здоров'я учасників освітнього процесу.

Щороку майбутні вчителі є організаторами й учасниками соціально-гуманітарних і культурно-просвітницьких заходів різного спрямування, які комплексно сприяють вихованню їх емоційної культури, формуванню фахових компетентностей і соціальних навичок. В умовах НС воєнного характеру з урахуванням дотримання умов безпеки для майбутніх педагогів у ЗВО було проведено низку онлайн та офлайн заходів: відзначення Дня Конституції України; Дня Незалежності України; Дня Державного прапора України; Дня міста; Дня захисників і захисниць України; Дня учасників бойових дій на території інших держав; Дня пам'яті жертв голодоморів та політичних репресій; Дня гідності та свободи; Дня Соборності України; Дня Єднання України; Міжнародного дня студентського спорту; Дня працівників освіти; Дня народження Михайла Коцюбинського; Дня української писемності та мови;

Міжнародного дня рідної мови; Дня охорони праці; Дня пам'яті жертв геноциду кримськотатарського народу; Дня Чорнобильської трагедії; Дня матері; Міжнародного дня захисту дітей; Міжнародного дня студента; Дня здоров'я; вшанування пам'яті Героїв Небесної Сотні; пам'яті Т. Шевченка; заходи з профілактики травматизму серед учасників освітнього процесу тощо.

Соціально-виховні заходи в закладі вищої освіти в умовах НС спрямовані на: створення безпечного й комфортного освітнього середовища, зокрема на адаптацію студентів у соціумі в умовах війни; виховання їх емоційної культури; засвоєння морально-етичних норм; формування ціннісних орієнтирів; формування сприйняття власної індивідуальності; розвиток усвідомленого вибору на користь здорового способу життя; пропаганду духовних надбань українського народу; самовизначення в обраній професії тощо. Кожен проведений захід залишив емоційний відгук серед студентської молоді. Розглянемо детальніше деякі з них.

Емоційно насиченою та ресурсною для майбутніх учителів початкових класів стала участь у відзначенні Міжнародного дня захисту дітей в умовах війни. Студенти організували на території Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського свято для дітей внутрішньо переміщених осіб із регіонів України, де велися активні бойові дії. Майбутні педагоги провели для дітей майстер-класи, розважальні програми, танцювальні флешмоби, конкурс малюнка на асфальті, конкурс дитячого малюнка «З Україною в серці», хімічні шоу тощо. Підготовка та проведення свята сприяли розвитку в майбутніх учителів емпатії, комунікативних здібностей, організованості та емоційної саморегуляції, що є показниками емоційної культури. Під час проведення свята пролунав сигнал повітряної тривоги, тож майбутні педагоги змогли на практиці реалізувати свої знання правил ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС, пропрацювати вміння приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях, встановлювати емоційний контакт із дітьми, адекватно реагувати на їх почуття в екстремальних умовах. Використання методик психоемоційної

підтримки, тренінгових вправ та ігор з дітьми допомогли майбутнім учителям створити позитивний емоційний фон під час перебування в укритті. Після закінчення повітряної тривоги діти продовжили святкування, а майбутні вчителі отримали позитивний досвід ефективної діяльності в умовах НС, який сприяв розвитку їх емоційної культури.

Майбутні вчителі початкових класів до Дня Незалежності України провели віртуальний флешмоб під назвою «Все буде Україна». Здобувачі вищої освіти змонтували авторські патріотичні відео, до створення яких були залучені більшість студентів академічних груп. Учасники флешмобу, одягнені у вишиванки, розповідали цікаві відомості про День Незалежності, декламували вірші, співали патріотичні пісні й передавали естафету іншим групам, які готували відеовідповідь. Участь у такому заході сприяла згуртованості студентської молоді в умовах НС, усвідомленню важливості колективної взаємодопомоги та взаємопідтримки, цінності створення емоційно насичених і мотивуючих проєктів, що допомагають у вихованні емоційної культури майбутніх фахівців.

З метою надання психосоціальної підтримки, забезпечення відпочинку й дозвілля дітей внутрішньо переміщених осіб, які евакуювались із зон ведення бойових дій, у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського було створено Центр розваг та відпочинку «УНІВЕР 3D» з денним перебуванням. Під час діяльності Центру було апробовано перший і другий етапи спрощеної моделі екстреної освіти (авторів П. Агілар, Г. Ретамал, К. Тріплхорн [318]) в умовах воєнного стану на відносно безпечній території України. Роботу з дітьми організували майбутні вчителі початкових класів під керівництвом професійних психологів і викладачів педагогічних дисциплін. Беручи за основу модель екстреної освіти, було розроблено та впроваджено методіку організації дозвіллевої діяльності внутрішньо переміщених дітей шкільного віку, створено безпечне середовище, в якому вони змогли інтегруватися в нове оточення, отримали психоемоційну підтримку, сформували дружні стосунки в новій громаді. Щоб допомогти дітям

відволіктися від пережитих стресових станів, майбутні педагоги створювали умови для емоційно привабливого та педагогічно доцільного дозвілля дітей, зокрема, організовували: ігри, конкурси, розваги, експерименти й досліди, екскурсії, театральні вистави, зустрічі з представниками різних професій, майстер-класи з виготовлення поробок і малюнків тощо [267; 358]. Майбутні вчителі початкових класів оволоділи знаннями й практичними навичками екстреної освіти, набули досвіду формування психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в колективі, продемонстрували свою готовність до роботи з найбільш уразливими категоріями дітей, зокрема із внутрішньо переміщених сімей, набули емоційних компетенцій діяльності в умовах НС.

Майбутні вчителі в умовах НС воєнного характеру брали участь у соціальних проєктах, що були спрямовані на суспільно значущу діяльність і, водночас, сприяли вихованню їх емоційної культури: «Творчий ігроленд», «З любов'ю до України», «Від студентської долоні – до студентського окопу», «День доброти», «Я пам'ятаю, я пишаюсь», «Від серця до серця», «Пишемо писанку разом на добро і любов», «Свято турботи», «Щастя в дитячих долоньках», «Пробіг з вірою в серці», «Інклюзивне мистецтво», «Музика добра», «16 днів проти насильства», «За чисте довкілля». Керівниками проєктів були творчі групи, до складу яких входили студенти та викладачі, а виконавцями – майбутні вчителі.

Одним із ефективних інструментів кейс-технологій щодо виховання емоційної культури вважаємо залучення майбутніх учителів початкових класів до волонтерської діяльності. У контексті нашого дослідження розглядаємо волонтерську діяльність як інноваційну освітню технологію формування й розвитку в майбутніх учителів вміння володіти своїми почуттями, емоціями, увагою, настроєм, вербальними й невербальними засобами ефективної взаємодії в умовах НС різного характеру.

Участь у волонтерській діяльності впливає на кожного здобувача вищої освіти, допомагаючи майбутньому фахівцеві сформувавши екстремальну

компетентність, розширити світоглядні цінності, проявити ініціативу, яка є свідченням активної життєвої позиції та прагнення розбиратися в проблемах, долати труднощі, а не уникати їх. Волонтерська діяльність є тим ресурсом, який дозволяє майбутньому вчителю взяти участь у вирішенні певних соціальних проблем, самореалізуватись, визначити власний потенціал, здобути професійні навички й розвинути емоційну культуру. Волонтерство, як початковий фундамент, надає молоді можливість реалізуватись через надання допомоги та підтримки як окремій людині, так і суспільству в цілому [271; 340; 387].

Волонтерська діяльність включає систему цінностей, інтересів, потреб, мотивів, психологічних властивостей особистості волонтера, що є важливими для формування соціально-культурологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя. Волонтерство пропагує й підсилює такі загальнолюдські цінності як милосердя, турбота, порядність, доброта, справедливість, емпатія, терпеливість, відвертість, відповідальність, самостійність, свідомість, емоційність тощо. Ці світоглядні орієнтири надають значущості діяльності волонтера: здобувач вищої освіти відчуває потребу в собі й тому, що робить; реалізує свої можливості, розкриває особистісний і професійний потенціал; встановлює зв'язки й контакти, які сприяють вирішенню важливих питань. Альтруїстична, добровільна, безкорислива діяльність на благо інших формує систему ціннісних орієнтацій особистості майбутнього вчителя, виховує його емоційну культуру.

Однією з актуальних індивідуально-психологічних характеристик волонтерів визначаємо свідомість діяльнісної активності. Внутрішня мотивація зумовлена суб'єктивними устремліннями й волею людини, що формують готовність до певних дій, тоді як зовнішня мотивація зумовлена життєвими цінностями й сенсами, соціальними відносинами, особистими пріоритетами [384, с. 1036].

Важливим для нашого дослідження є емоційно-вольовий компонент волонтерства, основою якого є емоційний супровід благодійної діяльності.

Емоції можуть виступати для майбутнього вчителя як мотивом, так і результатом волонтерської діяльності. Участь у волонтерській діяльності допомагає розвивати емпатійність, емоційну стійкість, емоційну саморегуляцію, емоційний інтелект, екстремальну компетентність, які є показниками емоційної культури.

Особливого значення у здійсненні волонтерської діяльності набуває емпатійність. Надаючи допомогу, майбутні вчителі розвивають здатність співпереживати, глибоко й безпомилково розуміти внутрішній світ інших, їх приховані емоції, думки й почуття, емоційно відгукуватися на проблеми інших [15].

Волонтерська діяльність у будь-якій сфері піддається впливу різних афектів і стресорів. Важливо розвивати адекватне сприйняття негативних подразників на психіку особистості волонтера, виховувати його емоційну стійкість. Майбутні вчителі у волонтерській діяльності набувають навичок мобілізації своїх сил для складної та відносно тривалої боротьби з труднощами й перешкодами на шляху досягнення поставлених цілей і визначених завдань [388].

Розвиток емоційної стійкості волонтера пов'язаний із формуванням саморегуляції особистості в умовах соціальної взаємодії та продуктивної діяльності [317]. Цілісна система саморегуляції напруженої волонтерської діяльності включає: емоційний досвід, усвідомлену мету, сукупність значущих переживань, умов діяльності, програму емоційно-виконавських дій, засоби підготовки до її реалізації та реалізацію, а також корекцію, засновану на емоційній оцінці проміжних результатів [382; 384].

Уміння володіти собою, своїми жестами, мімікою та голосом, контролювати свій емоційний стан, регулювати емоційне напруження та долати страх є вагомими в роботі волонтера [393]. Волонтерська діяльність сприяє формуванню навичок емоційної саморегуляції, що включає систему розумових операцій, спрямованих або на активізацію певних емоційних процесів, або на їх стабілізацію чи гальмування.

Волонтерство розвиває почуття соціальної й особистої відповідальності. Вирішення соціальних проблем потребує від здобувачів вищої освіти значних енергетичних витрат, емоційного занурення та здатності швидко адаптуватися до екстремальних ситуацій [60; 252].

Результати опитування фахівців [245; 316] показали, що з-поміж особистісних якостей волонтерів найважливішими є емпатія, толерантність, емоційна компетентність. Волонтерська діяльність сприяє їхньому розвитку поряд з емоційним інтелектом та екстремальною компетентністю.

Науковцями підтверджено, що участь у волонтерській діяльності є засобом для відновлення власного емоційного стану [63; 78]. Волонтерська допомога виступає можливістю особистості відволіктися від власних переживань, відновити й розвинути психоемоційні ресурси в соціально значущій гуманній діяльності.

Важливими для нас є статті [42; 43; 236], у яких висвітлено результати дослідження рівня сформованості посттравматичного зростання у волонтерів в умовах надзвичайної ситуації воєнного характеру. В процесі дослідження науковці визначили п'ять основних навичок, які розвиваються в здобувачів вищої освіти під час волонтерської діяльності: навички вирішення проблем; менеджмент емоційних реакцій; підсилення активностей; відновлення соціальних зв'язків, підсилення позитивного мислення. Підвищенню рівня емоційного зростання у волонтерів в умовах воєнного часу сприяють такі принципи й техніки: терапія випробуванням, утилізація (розгляд критичних подій у контексті набуття нового позитивного досвіду), фокусування на ресурсах, використання гумору, використання специфічних мовленнєвих патернів, підлаштування й ведення, психотерапевтичний ефект окремих історій тощо. Події підвищеної складності визначаються волонтерами як проблеми, які можна використати для позитивних змін (методика рефреймінгу).

Науковці доводять, що участь у волонтерській діяльності сприяє якісним емоційним змінам, які допомагають у подоланні критичних подій, зокрема під час НС. Проживання травматичних подій є складним випробуванням для

людської психіки. Не у всіх, хто зазнав травми, є належна підтримка оточення та внутрішні ресурси, щоб відновитися та стабілізуватися. Зіткнення з життєвими загрозами спричиняє низку симптомів, які негативно впливають на життя людини та знижують його продуктивність. Посттравматичне зростання у волонтерів в умовах війни зумовлене розвитком самоусвідомлення, розумінням себе, визнанням власної життєвої мужності й сили, готовністю до співпереживань. Позитивний емоційний досвід сприяє зростанню чуйності до оточення, розвитку якісних міжособистісних стосунків. Посттравматичне зростання волонтерів базується на філософії життя й усвідомленні цінностей: «Ми разом. Ми впораємося»[42, с. 757].

Актуальними є висновки зарубіжних науковців T. Weiss і R. Berger, які визначають три виміри особистісного зростання волонтерів: життєва філософія (почуття вдячності за кожен прожитий день, перегляд цінностей), погляд на себе (волонтери стверджують, що зросла їхня впевненість у собі, вони набули навичок емоційної стійкості та відчуття власної сили), міжособистісні стосунки (взаємодія волонтерів з оточуючими покращилася, вони навчилися співчувати й допомагати іншим) [395, с. 84].

Авторами статті [227] визначено волонтерство (зокрема допомога біженцям, постраждалим від війни, ЗСУ тощо) як одну із найпопулярніших стратегій подолання стресу та збереження життєстійкості серед українців в умовах війни.

Саме тому залучення молоді до волонтерської діяльності є одним із пріоритетів молодіжної політики педагогічних закладів вищої освіти та, безперечно, важливим фактором розвитку емоційної культури майбутніх фахівців в умовах НС. Період здійснення формульованого експерименту нашого дослідження супроводжувався активною волонтерською діяльністю майбутніх педагогів, зумовленою НС воєнного характеру. З початком бойових дій на території України майбутні вчителі початкових класів: працювали у Волонтерському центрі «Вінниця» в галузі тактичної медицини, волонтерили в Будинку підтриманого типу «Родина Кольпінга», у «Ветеранському просторі»,

в Науково-дослідному інституті реабілітації осіб з інвалідністю, у Вінницькому діагностичному центрі; купували для воїнів ЗСУ дрони Mavic та автомобілі; здійснювали неодноразові трансфери через кордон транспортних засобів для військових підрозділів; на підтримку ментального і психологічного здоров'я студентської молоді читали лекції і проводили майстер-класи; ініціювали та проводили ігрові зустрічі й костюмовані свята для дітей внутрішньо переміщених осіб і військовослужбовців; збирали й передавали військовим биндажі, бинти, медичні засоби; відправляли акумулятори для радіостанцій, оргтехніку та папір; плели сітки; брали участь у приготуванні їжі бійцям територіальної оборони; відвідували поранених бійців у госпіталях; організовували збори харчових комплектів і теплих речей; ініціювали збори ліків і засобів гігієни для бійців; брали активну участь в організації та сортуванні гуманітарної допомоги; зустрічали й допомагали в розселенні людей, які виїжджали з регіонів, де велися активні бойові дії; донатили на ЗСУ тощо.

У контексті виховання емоційної культури майбутніх педагогів використовувався стимулювально-розвивальний ресурс волонтерської діяльності, яка організовувалась в освітньому процесі ЗВО, зокрема, участі студентів у соціальних проєктах. Майбутні вчителі початкових класів були організаторами й учасниками багатьох благодійних акцій: організували акцію «Тепло для наших захисників» (робили окопні свічки та грілки й постачали «коробки тепла» на передову); долучилися до акції «Здай кров – врятуй життя» (в університеті працювали лікарі Центру переливання крові), взяли участь у благодійній акції від НБУ «Смілива гривня» з метою збору коштів для допомоги ЗСУ; провели акцію «Щастя в дитячих долоньках» (організували дозвілля для дітей внутрішньо переміщених осіб, які проживають у студентських гуртожитках ВДПУ ім. М. Коцюбинського). У межах проєкту «Психолого-педагогічні техніки підтримки студентів: майбутніх учителів початкових класів і майбутніх вихователів дітей раннього та дошкільного віку в умовах війни» командою проєкту з числа майбутніх учителів початкових класів була організована та проведена волонтерська

акція «Простягни руку допомоги і подаруй посмішку» (студенти з малозабезпечених сімей отримали гуманітарну допомогу – промислові та продуктові пакети).

Акції милосердя, участь у яких стала високоморальною традицією студентів педагогічного університету, сприяли активному формуванню в майбутніх педагогів спрямованості на самовдосконалення й самореалізацію професійно цінних якостей, необхідних для ефективної діяльності в умовах НС. Добровільна участь майбутніх учителів у волонтерських проєктах сприяла їх емоційному зростанню; розвитку позитивних якостей; поглибленню почуття солідарності; оволодінню навичками відповідального підходу до життя; збагатила можливості виконання студентами нових соціальних ролей в умовах НС; дозволила актуалізувати систему знань про соціальну дійсність, цінності й норми сучасного суспільства тощо.

Комплекс умінь здобувачів освіти здійснювати аналіз емоційних станів, діяльності й поведінки, власної й інших, а також умінь вирішувати проблемні ситуації, оцінювати соціокультурні явища за критеріями особистісної та соціальної значущості, що є показниками емоційної культури, дозволили майбутнім педагогам стати активними учасниками освітнього процесу в умовах НС.

Важливим інструментом виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах НС є їх добровільна й активна участь у волонтерському об'єднанні VINclub «Волонтер ВДПУ», яке функціонує в ЗВО на громадських засадах з метою популяризації ідей і цінностей волонтерства, розробки волонтерських проєктів і їх реалізації, підвищення рівня визнання волонтерської діяльності, створення умов для організованої благодійної допомоги, набуття учасниками освітнього процесу умінь і навичок волонтерської діяльності.

Майбутні вчителі початкових класів – волонтери VINclub «Волонтер ВДПУ» здійснюють благодійну діяльність за такими напрямками: надання волонтерської допомоги для ліквідації наслідків НС різного характеру;

організація й участь у благодійних проєктах, спрямованих на допомогу дітям-сиротам, дітям, які борються з важкими хворобами, особам із малозабезпечених чи багатодітних сімей, особам з інвалідністю, внутрішньо переміщеним особам, студентам, батьки яких визнані учасниками бойових дій або загинули внаслідок війни; допомога особам літнього віку, безхатченкам, притулкам для тварин; проведення заходів з метою збору коштів для потреб ЗСУ, для лікування та реабілітації воїнів, поранених на фронті; надання різнопланової допомоги сім'ям внутрішньо переміщених осіб із зони бойових дій тощо.

Майбутні педагоги одні з перших долучилися до волонтерської роботи з дітьми на базі Благодійного фонду «Змінимо наші життя», головною метою діяльності якого є правовий захист сімей загиблих військових. Значну увагу Фонд приділяє додатковому безкоштовному навчанню дітей і стажуванню студентів. Для дітей Іванківської громади, які першими в Київській області побачили ворожу техніку та відчули всю біль війни й окупації, Фондом спільно з ЗВО запущено проєкт з додаткового безкоштовного онлайн-навчання для учнів 1-11 класів з усіх навчальних предметів. Упродовж трьох місяців здобувачі вищої освіти, зокрема й майбутні вчителі початкових класів, проводили онлайн-уроки з дітьми, які через війну не мали достатнього доступу до освіти, надавали їм психоемоційну підтримку, набули цінного професійного досвіду роботи в умовах НС.

Як показала практика, упровадження технології волонтерської діяльності в освітній процес ЗВО є надзвичайно актуальним і ефективним засобом емоційного розвитку майбутніх учителів. Якості, що розвиваються у здобувачів освіти, залучених до волонтерської діяльності, сприяють формуванню емоційно-психологічного, професійно-педагогічного, соціально-культурологічного компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Результатом волонтерської діяльності майбутніх учителів як важливої складової фахової підготовки в умовах НС є:

- посилення мотиваційної сфери майбутнього фахівця;

- виховання соціальної відповідальності студентської молоді;
- підвищення фахової компетентності через практичну професійну діяльність і підвищення конкурентоспроможності майбутніх фахівців на ринку праці;
- підвищення рівня особистісної впевненості студентів;
- розвиток комунікативних навичок;
- підвищення рівня емоційної культури через високу залученість у практичну діяльність.

Вихованню в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах НС сприяла також їх участь у роботі дебатного клубу «Освітній формат» освітньо-наукового центру «Хаб «NOTBOX» і молодіжного клубу «Платформа Лідерів. Творці Майбутнього». Зазначені клуби активно діють у ЗВО з метою: організації та проведення заходів щодо становлення активної життєвої позиції студентської молоді; формування навичок створення й реалізації соціальних проєктів; розвитку в здобувачів вищої освіти цінностей відповідальності, емпатії, взаємодопомоги, лідерського потенціалу, здатності до самовизначення, саморозвитку й самореалізації в суспільстві; розвитку навичок встановлення емоційних контактів, побудови ефективної міжособистісної комунікації, командної роботи тощо. Такі навички та вміння допомагають майбутнім педагогам долати труднощі, що виникають в умовах НС різного характеру.

З метою розвитку в майбутніх учителів початкових класів компонентів емоційної культури реалізуємо в освітньому процесі ЗВО технологію «рівний – рівному», що сприяє формуванню в здобувачів освіти практичних навичок емоційної взаємодії в умовах НС, вихованню відповідального ставлення до життя й психоемоційного здоров'я (власного й інших).

Майбутні вчителі входять до ініціативної групи Центру підтримки студентів ВДПУ ім. М. Коцюбинського, який створено в ЗВО відповідно до Плану заходів на 2023-2024 роки з реалізації Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року,

затвердженого розпорядженням КМУ від 25.04.2023 р. №372-р. Здобувачі вищої освіти допомагають в організації та проведенні:

- різноманітних заходів щодо забезпечення реалізації умов для всебічної (освітньої, наукової, психологічної, культурної, соціальної, правової тощо) підтримки студентів з інвалідністю та внутрішньо переміщених осіб;

- освітньо-виховних заходів (тренінгів, семінарів, форумів тощо) з представниками молодіжних організацій для підвищення рівня професійної спроможності активної молоді та її залучення до громадського життя;

- спільних проєктів, воркшопів і заходів, що проводяться на рівні міста, області та країни.

З-поміж багатьох заходів, у рамках діяльності Центру було реалізовано розвивальний проєкт «Побачити цінність кожного», метою якого визначено забезпечення творчо-комунікативного середовища в умовах війни для самореалізації здобувачів вищої освіти з інвалідністю. Креативні студенти під керівництвом кваліфікованих педагогів розробили й провели систему тренінгів, музичних і художніх занять, розваг, майстер-класів, занять у творчих майстернях, зустрічей із психологами й реабілітологами. Майбутні вчителі зуміли створити розвивальний простір для студентів з інвалідністю, а також удосконалити свої комунікативні вміння й емоційні компетенції.

Майбутні вчителі початкових класів СВО магістра організували й провели тематичний «круглий стіл» «Стратегія й тактики емоційно компетентної поведінки в умовах НС», під час якого обговорено проблеми формування емоційної компетентності у теорії та практиці, розвитку усвідомленого ставлення здобувачів вищої освіти до емоційного самовиховання. Участь у заході сприяла отриманню студентами важливих знань про особливості емоційно компетентної поведінки в екстремальних умовах, прийоми її реалізації під час педагогічної взаємодії.

У межах проєкту «Розбудова миру та подолання конфліктів в Україні – крок вперед», реалізованого за підтримки Institut für Auslandsbeziehungen (IFA) та Міністерства Закордонних Справ Німеччини, ініціативна група здобувачів

вищої освіти – майбутніх психологів провела для майбутніх учителів початкових класів тренінгове заняття на тему: «Кейс-менеджмент у сфері емоційного здоров'я в умовах війни». Зокрема, під час тренінгу відбулася практика в малих групах на теми: «Вирішення проблем», «Заохочення до позитивної діяльності», «Конструктивне мислення», «Емоційна регуляція». Змістовним вийшов блок практик роботи у надзвичайних ситуаціях. Учасники генерували індивідуальний досвід і командне мислення під час роботи в групах, зацентували увагу на цінності консолідації зусиль і дій у надзвичайних ситуаціях. Детально вивчали поняття кризової інтервенції, говорили про межі та кордони втручання вчителя. В результаті майбутні педагоги отримали багато нової теоретичної інформації, насиченою була й програма практичної роботи в парах і командах.

Після проходження онлайн-курсу «Небайдужі: базові емоційні потреби та соціальна взаємодія», розробленого фахівцями ГО «Будуємо Україну Разом» спільно з платформою Prometheus, ініціативна група майбутніх учителів початкових класів провела для студентської молоді онлайн-зустріч «Емоційне зростання особистості у спільноті крізь призму базових потреб». Зустріч була спрямована на підвищення рівня усвідомлення базових психологічних потреб молоді, що надзвичайно важливо в час емоційної та соціальної нестабільності в умовах війни. Відчуття безпеки, повага до приватних кордонів, виявлення емоцій і почуттів – ось ключові елементи, що допомагають учасникам освітнього процесу переживати труднощі та відновлюватися. Майбутні учителі за технологією «рівний – рівному» навчали своїх ровесників як задовольнити термінові освітні потреби дітей в умовах воєнного часу; як розуміти власні базові емоційні потреби; детально розглянули кожну з 5 базових емоційних потреб; акцентували увагу на розумінні важливості безпеки й особистісних меж у формуванні здорових і стабільних стосунків з оточуючими; навчали як розуміти потреби інших людей і реалізовувати соціальні проєкти в житті. Зустріч дозволила учасникам зрозуміти, як саме базові емоційні потреби впливають на самопочуття та як їх можна задовольнити, покращивши свій

емоційний стан з акцентом на емоційно важкий воєнний час. Майбутні педагоги випробували практичні психологічні техніки, які зможуть застосувати для покращення емоційного стану (свого й інших). Здобуті знання допоможуть майбутнім учителям розвивати психологічні, емоційно-етичні компетентності учнів, сприяти їм у формуванні відчуття безпеки, розвивати повагу до приватних кордонів, проявляти емоції й почуття.

У межах роботи психологічних гуртків «Психічна саморегуляція» та «Психологічне консультування», організованих викладачами кафедри психології та соціальної роботи, майбутні вчителі початкових класів опановували техніки зниження власної тривоги (техніки глибокої релаксації, дихальні вправи, когнітивні копінг-стратегії для контролю почуття тривоги тощо). Метою діяльності гуртків є розширення знань майбутніх педагогів про емоції, їх призначення та цінність у життєдіяльності людини; формування навичок володіння своїми емоціями та регулювання емоцій інших; опанування компетентностями цілеспрямованої роботи щодо створення особистісного «Я» та досягнення успіху в житті. На основі здобутих знань майбутні педагоги проводили окремі заняття самі, зокрема такі, як: «Пізнаю себе й інших», «Світ емоцій», «Вчуся керувати емоціями», «Опановую власні страхи», «Долаю конфлікти», «Шлях до успіху».

Підготовка та проведення тренінгу для студентів першого курсу на тему: «Розвиток навичок емпатійного спілкування в умовах війни» дозволили майбутнім учителям вдосконалити навички ефективної комунікації, налагодження конструктивної взаємодії, знаходження нестандартних способів розв'язання поставлених завдань, прийняття правильних рішень з урахуванням потреб інших.

Майбутніми педагогами проведено «круглий стіл» на тему: «Ефективні поради від емоційного вигорання під час війни», у ході якого студенти обговорили симптоми й ознаки емоційного вигорання, такі як: емоційна й інтелектуальна дистанція з роботою, яка раніше приносила задоволення; порушення сну; проблеми із концентрацією уваги; зниження імунітету;

відчуття виснаження; відсторонення від колективу; зниження працездатності, що проявляється в неспроможності виконати поставлені завдання; негативне сприйняття реальності та відсутність мотивації. Спільно напрацювали поради як запобігати такому негативному емоційному явищу та як долати його наслідки, враховуючи рекомендації ВООЗ [90].

За технологією «рівний – рівному» майбутні вчителі початкових класів проводили соціально-профілактичні заходи з мешканцями студентських гуртожитків, зокрема: інструктажі «Порядок дій в умовах загрози надзвичайної ситуації»; ознайомчі бесіди щодо правил особистої безпеки, правил пожежної безпеки, правил внутрішнього розпорядку, алгоритму дій під час повітряної тривоги, правил перебування в укритті; зустрічі щодо профілактики таких негативних явищ, як вживання наркотичних речовин, алкоголю, тютюнопаління. Спільно з мешканцями студентських гуртожитків майбутні вчителі створювали пам'ятки й буклети з алгоритмами дій під час виникнення надзвичайних ситуацій, враховуючи рекомендації МОН і ДСНС України [20; 165-167; 197]. Акцентували увагу студентів на необхідності тренування правильних дій для збереження життя та здоров'я в умовах НС, які наразі часто виникають в Україні, особливо в умовах воєнного часу.

Отже, системний характер ризиків і загроз надзвичайних ситуацій вимагають сформованості в здобувачів вищої освіти широких інтегрованих міждисциплінарних знань, практичних умінь і соціально-культурних цінностей. Упровадження в освітній процес ЗВО кейс-технології, технології волонтерської діяльності, технології «рівний – рівному» є ефективним інструментом розвитку емоційних компетентностей студентської молоді в складних умовах сучасності. Систематична участь майбутніх учителів початкових класів у заходах різного спрямування, розробка й проведення ними низки соціально-гуманітарних, профілактичних, розвивальних заходів сприяли підвищенню рівня власної емоційної культури, формуванню емоційної готовності до виконання професійних функцій в умовах НС, усвідомленню необхідності розвитку емоційної культури майбутніх вихованців.

Висновки до другого розділу

У другому розділі дисертаційної роботи представлено структурно-функціональну модель виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС засобами освітніх технологій, що складається з трьох блоків (цільового, методологічно-змістового, оцінювально-результативного) та включає всі ключові компоненти виховної системи: мету, завдання, методологічні підходи, етапи, педагогічні умови, форми, технології, компоненти, критерії та рівні сформованості емоційної культури.

Необхідність організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій різного характеру спричинила потребу в пошуку та впровадженні ефективних, найбільш відповідних екстремальним українським реаліям, освітніх технологій, а також у визначенні та реалізації в закладах вищої освіти спеціальних педагогічних умов виховання емоційної культури в майбутніх учителів початкових класів. У другому розділі дослідження детально розкрито зміст визначених педагогічних умов і освітніх технологій.

Педагогічна умова 1: Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти. Розкрито суть психодіагностичного, консультативного, корекційно-розвиткового, просвітницького, профілактичного напрямів діяльності практичних психологів ЗВО, визначено основні способи їхньої реалізації. Доведено, що забезпечення в ЗВО психологічно комфортного середовища, в умовах якого створюються можливості для розвитку емоційно-психологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів, можливе через імплементацію в освітній процес дієвих технологій (психолого-педагогічні тренінги; рефлексивні технології; коучинг і менторинг; ігрові технології, кейс-технології тощо).

Педагогічна умова 2: Розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. З метою

розвитку професійно-педагогічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів модернізовано зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» і «Психологія індивідуальності». Важливого доповнення набула просвітницька робота – донесення й роз'яснення необхідної інформації про НС різного характеру, особливості емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах НС, специфіку реагування на стрес і способи допомоги у проживанні НС тощо. Впроваджено в освітній процес ЗВО технологію соціально-емоційного та етичного навчання, що дозволило поглибити емоційні та професійні компетентності майбутніх учителів початкових класів і підвищити рівень їх емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій.

Педагогічна умова 3: Залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях. Доведено, що систематична участь майбутніх учителів початкових класів у заходах різного спрямування, розробка й проведення ними низки соціально-гуманітарних, профілактичних, розвивальних заходів сприяють підвищенню рівня власної емоційної культури, формуванню емоційної готовності до виконання професійних функцій в умовах НС, усвідомленню необхідності розвитку емоційної культури майбутніх вихованців. Упровадження в освітній процес ЗВО кейс-технології, технології волонтерської діяльності, технології «рівний – рівному» стало ефективним інструментом розвитку соціально-культурологічного компонента емоційної культури майбутніх учителів у складних умовах сучасності.

Зміст другого розділу дисертації висвітлений в публікаціях автора [98; 130; 139; 267; 268; 270; 271; 274; 275; 358].

РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ І ТЕХНОЛОГІЙ ВИХОВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

3.1 Організація та етапи проведення педагогічного експерименту

Результати теоретичного аналізу проблеми виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС і розуміння її практичної значущості для сучасних реалій переконали нас у необхідності розроблення й реалізації педагогічного експерименту. Мета педагогічного експерименту – експериментальна перевірка ефективності обґрунтованих нами у другому розділі педагогічних умов і запропонованих технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Для забезпечення достовірності результатів педагогічного експерименту визначили обсяг вибірки. Оскільки здобувачів вищої освіти педагогічних спеціальностей у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського (генеральна сукупність) близько 2000, то для визначення кількості студентів, яких потрібно було залучити до експерименту, щоб із ймовірністю 0,95 можна було б стверджувати, що рівень сформованості емоційної культури майбутніх учителів початкових класів у вибірці відрізняється від її сформованості в майбутніх педагогів у генеральній сукупності не більше, ніж на 0,05, використовували формулу $n = \frac{Nt^2 pq}{N\Delta^2 + t^2 pq}$

[49, с. 120], де N – кількість здобувачів вищої освіти у генеральній сукупності, p і q – частки майбутніх учителів, у яких сформована або не сформована емоційна культура, $\Delta = 0,05$, $t = 1,96$ – визначено з таблиць для $F(t) = 0,95$ [49, с. 205]. Оскільки частки p і q нам невідомі, то потрібно брати їхні значення такими, щоб їх добуток був максимальним, тобто $pq = 0,25$. Підставивши відповідні значення у формулу, одержали $n \approx 333$.

Педагогічний експеримент реалізовувався у кілька взаємопов'язаних і послідовних етапів: підготовчий етап, констатувальний етап, формувальний етап, узагальнювальний етап. Схема організації та завдання кожного етапу педагогічного експерименту з перевірки ефективності педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС представлені на рис. 3.1.

Підготовчий етап педагогічного експерименту (травень – червень 2022 р.) дозволив нам на методологічному рівні концептуалізувати вектори подальшого розроблення обраної для дослідження проблеми, зокрема, крізь призму обґрунтування педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС та їх експериментальної перевірки. З цією метою до участі в педагогічному експерименті було залучено 335 осіб – здобувачів вищої освіти за спеціальністю 013 Початкова освіта ступенів вищої освіти бакалавра та магістра Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Надійність, валідність і достовірність емпіричних узагальнень і висновків забезпечила спеціально розроблена процедура проведення дослідження з експериментальної перевірки ефективності педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на констатувальному й формуальному етапах педагогічного експерименту (рис. 3.2) й дібрані методи дослідження. Процедура інтегрувала запропоновану нами структуру емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС – компоненти (емоційно-психологічний, професійно-педагогічний, соціально-культурологічний), критерії (мотиваційно-ціннісний, пізнавально-когнітивний, рефлексивно-діяльнісний) та їх показники (всього вісімнадцять), що репрезентують внутрішньоособистісний і міжособистісний аспекти емоційної культури.

Емпіричні дані вибірки дослідження з експериментальної перевірки ефективності педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури

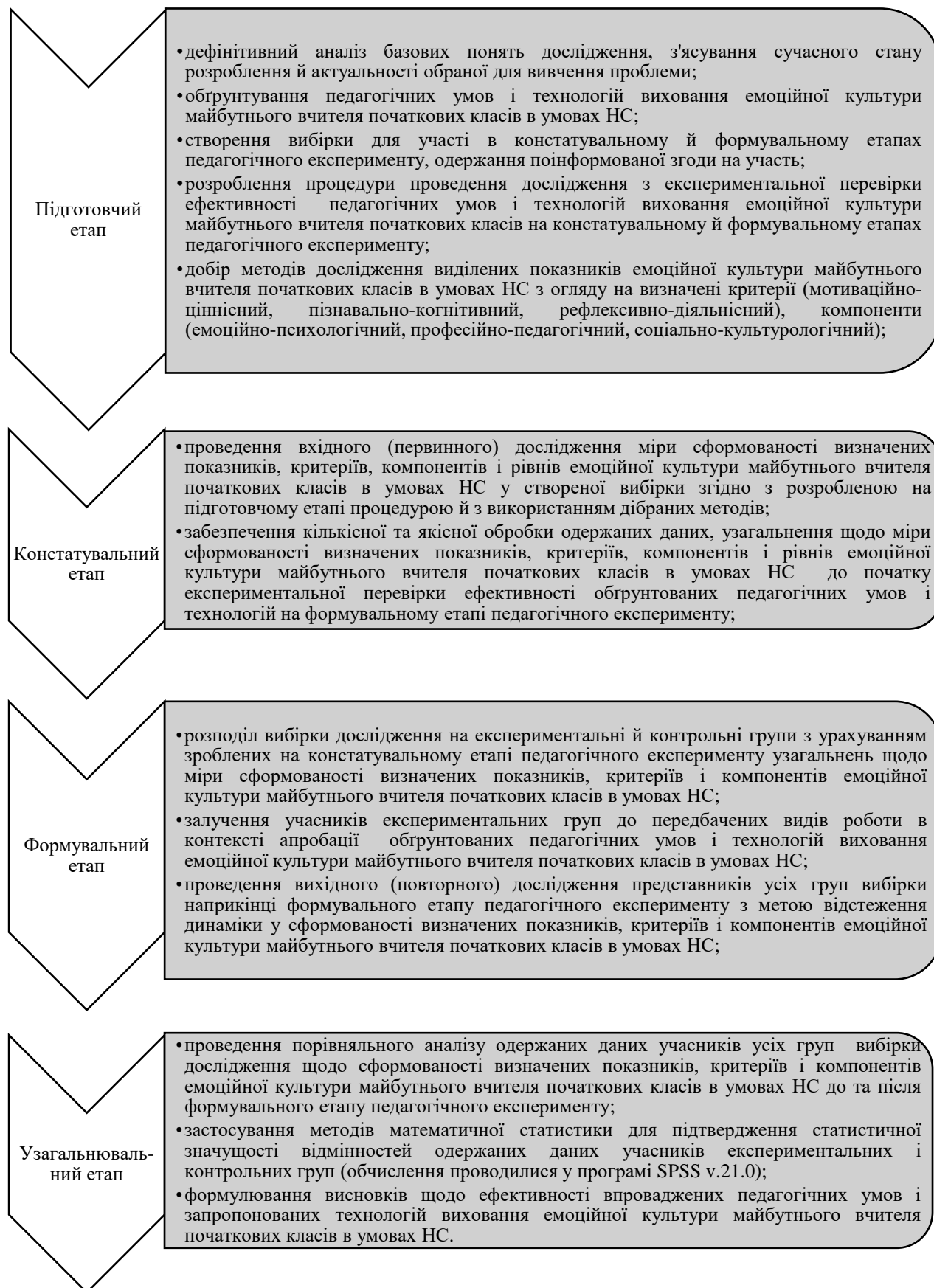


Рис. 3.1. Схема організації та завдання етапів педагогічного експерименту

майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на констатувальному й формувальному етапах педагогічного експерименту одержувалися на основі поєднання методів опитування та психодіагностики з використанням стандартизованих адаптованих інструментів: «Методика дослідження емоційного інтелекту особистості» (В. Зарицька) [97]; «Методика діагностики емоційного інтелекту» (Н. Холл) [137, с. 136-137]; «Тест життєстійкості» (С. Мадді) [233, с. 27-30]; «Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10» (Connor-Davidson resilience scale-10) [126, с. 16-17]. Поєднання таких методів у руслі суб'єктивного діагностичного підходу було зумовлено необхідністю операціоналізації дослідження міри сформованості визначених показників, критеріїв і компонентів з урахуванням їх сутності і взаємозв'язку в структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Дослідження учасників вибірки педагогічного експерименту (n=335) з використанням методів опитування й психодіагностики відбулося двічі: вхідне (первинне) – на констатувальному етапі перед початком формувального етапу, вихідне (повторне) – наприкінці формувального етапу.

На констатувальному етапі педагогічного експерименту (вересень-жовтень 2022 р.) метод опитування передбачав роботу всіх учасників вибірки (n=335) з бланками анкет, що поєднували в собі запитання відкритого й закритого типу, а також завдання практико орієнтованого характеру. Одержані відповіді переводилися у числові значення, що дозволяло ідентифікувати міру сформованості показника, критерію, компонента й загального рівня емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Система оцінювання відповідей учасників вибірки педагогічного експерименту у контексті використання методу опитування варіювалася в межах п'ятибальної шкали, згідно з якою: 0-1 б. – неправильна відповідь або вибір одного з запропонованих варіантів відповідей, певною мірою неконкретні, поверхові й фрагментарні судження, нерозуміння сутності запитання/завдання, низька усвідомленість проблеми (низький рівень сформованості); 2-3 б. – відносно правильна відповідь, що містить похибки точності й абстрактні

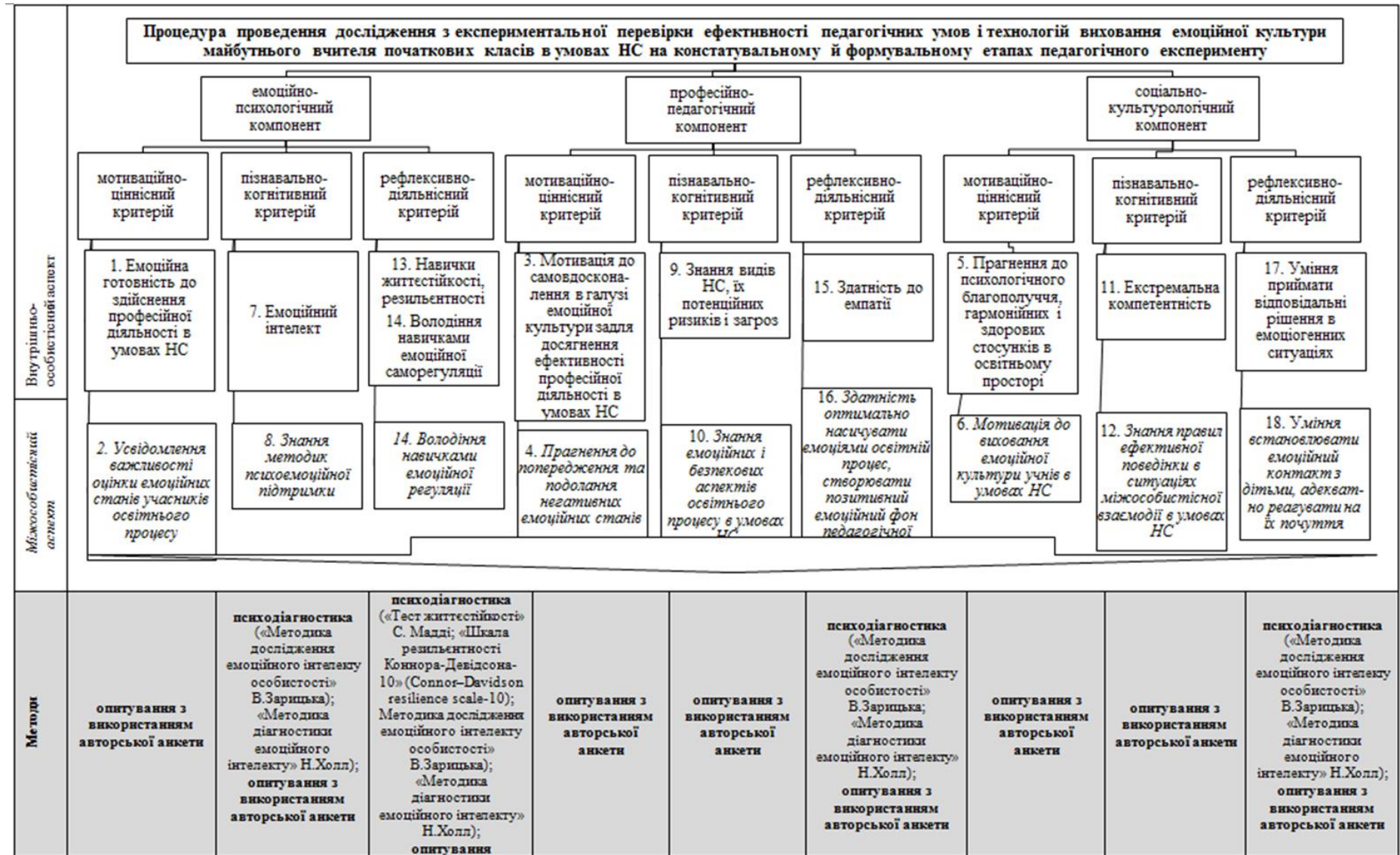


Рис. 3.2. Процедура проведення дослідження з експериментальної перевірки ефективності педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на констатувальному й формуальному етапах педагогічного експерименту

формулювання, однобоке розуміння запитання/завдання (середній рівень сформованості); 4-5 б. – правильна відповідь з різною мірою усвідомленості, чіткості й повноти аргументів (високий рівень сформованості).

Бланки анкет були побудовані таким чином, щоб мати можливість за результатами обробки відповідей учасників вибірки педагогічного експерименту дати повну й об'єктивну оцінку міри сформованості й особливостей:

- показників мотиваційно-ціннісного критерію (показники 1, 2, 3, 4, 5, 6), що дозволить охарактеризувати особливості мотивації майбутніх учителів початкових класів до розвитку власної емоційної культури й виховання емоційної культури учнів в умовах НС; усвідомлення цінності й важливості емоційної культури для досягнення психологічного благополуччя й психоемоційної стійкості в кризових умовах сучасності; налаштованості вибудовувати педагогічну взаємодію з усвідомленням небезпек і ризиків переживання НС та їх впливу на психічний стан, інтелектуальний розвиток, соціальну адаптованість школярів; емоційної готовності профілакувати, нівелювати негативний вплив НС на ментальне здоров'я педагога й здобувачів освіти, а також їх навчальну успішність, підсилювати ресурсний потенціал для успішного впорювання з травматичним досвідом;

- показників пізнавально-когнітивного критерію (показники 7, 8, 9, 10, 11, 12) як сукупності знань про НС; специфічні емоційні й безпекові характеристики освітнього процесу в умовах НС; методики надання ефективної індивідуальної й групової психоемоційної підтримки, міжособистісної взаємодії в освітньому процесі в умовах НС; знань і умінь швидко оцінювати ризики й загрози; ідентифікувати й ефективно реагувати на умови НС (або її наслідки); приймати відповідні швидкі й адекватні рішення в конкретних обставинах НС й з урахуванням особливостей реакцій учнів на НС (або її наслідки);

- показників рефлексивно-діяльнісного критерію (показники 13, 14, 15, 16, 17, 18), що розкривають наявні спроможності емоційної саморегуляції й

емоційної регуляції педагогічної взаємодії; емпатійного включення й наснажування освітнього процесу позитивними емоціями; підтримання емоційно стійкого, розуміючого контакту з учнями в різних умовах освітнього процесу (зокрема, за наявності негативного впливу дії факторів НС, або її наслідків); відповідально й швидко ухвалювати адекватні обставинам рішення, діяти стабільно й послідовно під час розгортання подій, що викликають емоційне напруження й супроводжуються переживанням сильних емоцій.

Для дослідження з використанням методу опитування міри сформованості кожного показника в межах визначених критеріїв і компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС було сформульовано по 3 запитання (у т. ч. завдання практико орієнтованого характеру). Максимальна оцінка в балах за одним досліджуваним методом опитування показником дорівнювала 5 б.; відповідно мінімальна – 0 б.

Наприклад, для дослідження показників мотиваційно-ціннісного критерію (показники 1, 2, 3, 4, 5, 6) учасникам вибірки педагогічного експерименту було запропоновано пропрацювати такі запитання / завдання:

1. Будь ласка, оцініть рівень власної емоційної готовності до здійснення професійної діяльності в умовах надзвичайних ситуацій. Оберіть один із запропонованих варіантів:

1	2	3	4	5
низький	нижчий за середній	середній	вище за середній	високий

Примітка: під час оцінювання варіанту відповіді досліджуваних за вибір варіантів «1 (низький)», «2 (нижчий за середній)» присвоювалися числові значення 1 і 2 б.; «3 (середній)», «4 (вище за середній)» – 3 і 4 б. відповідно; «5 (високий)» – 5 б.

2. В умовах воєнного часу за ознакою стабільності/нестабільності вчитель початкової школи подекуди під час уроків і на перервах може

фіксувати ознаки психоемоційної напруги, тривожності, сльози, прояви неврозів і страхів дітей та інші специфічні реакції. Це зумовлює необхідність (оберіть один варіант відповіді):

- а) у будь-який спосіб домагатися дисципліни й послуху;
- б) повідомити батьків про такі реакції і порадити звернутися до психолога;
- в) намагатися стабілізувати психоемоційний стан учнів, використовуючи відповідні знання й навички емоційної регуляції.

Примітка: під час оцінювання обраного варіанту відповіді досліджуваних за вибір варіанту «а» присвоювалося числове значення 1 б.; «б» – 3 б.; «в» – 5 б.

3. Наведіть 3 значущих для Вас особисто аргументи щодо самовиховання емоційної культури як однієї з особистісно-професійних якостей вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій (запишіть, будь ласка, від найбільш важливого до найменш важливого);

Примітка: під час оцінювання аргументам досліджуваних, які містили більшою мірою зовнішню мотивацію щодо самовиховання емоційної культури в умовах НС присвоювалося числове значення 1 б.; внутрішньо-зовнішню – 2-3 б.; внутрішню – 4-5 б. Також бралася до уваги наведена досліджуваними послідовність висловлених аргументів.

4. Прочитайте, будь ласка, опис ситуації і складіть орієнтовний план доцільних дій вчителя початкових класів. Після тривалої нічної тривоги на уроках і під час перерв деякі учні поводитися досить неспокійно: від надмірного збудження, імпульсивних дій, дезорганізації навчальної діяльності, хаотичних відповідей на уроках до стану загальмованості, зосередженості на власних думках, «зовнішньої недоступності» емоцій, неухважності, відстороненості від ситуації «тут і тепер».

Примітка: під час оцінювання запропонованого досліджуваними плану дій зверталася увага на особливості представленості у ньому намірів та опис конкретних адекватних і реальних дій для подолання негативних емоційних

станів учнів і їх попередження на найближчу перспективу внаслідок наявності відстрочених ефектів психотравматизації. Відповідно, за відсутності у відповідях досліджуваних усвідомлених намірів і доречних дій, але наявності прописаних окремих дій вчителя присуджувалося 1 б.; наявність намірів, але обмеженість (непослідовність, фрагментарність) варіантів дій – 2-3 б.; усвідомленість намірів і конкретність дій, повнота, різноманітність й послідовність яких відповідає ситуації – 4-5 б.

5. Пріоритетами в освітньому середовищі початкової школи в умовах сучасної нестабільності та впливу надзвичайних ситуацій для мене є (оберіть 3 із запропонованих варіантів і/або додайте свій) ...

а) виключне зосередження на розширенні знань, формуванні умінь і навичок дітей у непростих умовах здобуття освіти;

б) прагнення до того, щоб всі почувалися комфортно, спілкувалися та взаємодіяли;

в) розширення компетентності учнів початкової школи, що допоможе їм у середніх класах й у житті;

г) намагання створити й підтримувати позитивну психологічну атмосферу;

г) підтримання гармонії у стосунках вчителя й учнів, учнів між собою;

д) розвиток психологічної стійкості, щоб мати можливість вирішувати проблеми й долати стресові ситуації;

е) здатність витримати всі вимоги організації освітнього процесу в початковій школі;

є) профілактика напруженості, конфліктності;

ж) забезпечення можливості для самореалізації, проявів творчого потенціалу;

з) впровадження нових технологій, методів і методик у початковій школі;

и) позитивні стосунки з керівництвом і колегами, можливість отримати допомогу й підтримку;

- і) власна безпека, стабільність та урегульованість;
- й) можливості для професійного розвитку й кар'єрного зростання;
- к) бажання будувати й підтримувати адаптивні взаємини з усіма учнями, їхніми батьками, колегами.

Інше (запишіть, будь ласка, свої варіанти)

Примітка: під час оцінювання обраних (запропонованих додатково) досліджуваними варіантів відповідей зверталася увага на те, наскільки ці вибрані варіанти загалом характеризують їхню налаштованість на пріоритет цінності формування й підтримання психологічно благополучних, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі початкової школи. Якщо вибори досліджуваними окремих варіантів відповідей і їх сукупність не відображали таке прагнення, виставлявся 1 б.; наявність намірів, але й одночасно вибір варіантів відповідей, що містять виключну орієнтацію на задоволення власних педагогічних інтересів, або зосередження на навчальній складовій освітнього процесу – 2-3 б.; усвідомленість прагнення формування й підтримання психологічно благополучного, розуміючого, підтримуючого й орієнтованого на потреби учнів середовища – 4-5 б.

6. Який із запропонованих варіантів завершення речення Вам імпонує. Виховання емоційної культури учнів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій...:

а) є завданням батьків дітей, адже вони мають сприяти розвитку емоційної сфери впродовж всього життя;

б) можливе час від часу (можна розглядати окремі теми на виховних годинах, у конкретних обставинах, на реальних прикладах, якщо такі трапилися тощо);

в) це планомірний і систематичний процес, завдяки якому можливо розвивати їхню емоційну зрілість та емоційний інтелект.

Примітка: під час оцінювання обраного варіанту відповіді досліджуваних за вибір варіанту «а» присвоювалося числове значення 1 б.; «б» – 3 б.; «в» – 5 б.

У якості прикладів запитань/завдань анкети для дослідження показників пізнавально-когнітивного критерію (показники 8, 9, 10, 11, 12) наведемо такі:

1. Назвіть, будь ласка, методики психоемоційної підтримки учнів в освітньому процесі початкової школи в умовах надзвичайних ситуацій. Опишіть більш детально, як Ви будете застосовувати практично кілька (не менше двох) зі згаданих Вами методик.

Примітка: під час оцінювання відповідей досліджуваних враховувалися види й форми згаданих методик психоемоційної підтримки, їх адаптованість до вікових особливостей учнів і умов початкової школи; розуміння ситуаційної контекстності можливостей, призначення, сутності, очікуваного ефекту методик; знання технології використання методик тощо. 1 б. виставлявся у випадку відповіді досліджуваних, яка не вказувала на наявність системних знань про використання методик психоемоційної підтримки, особливості технології їх використання в освітньому процесі початкової школи; 2-3 б. – досліджувані перелічили певні методики, вправи, техніки роботи зі стабілізації емоцій, в цілому описали процедуру використання однієї-двох зі згаданих методик; 4-5 б. – досліджувані описали приклади різних методик психоемоційної підтримки учнів в освітньому процесі початкової школи, з різною чіткістю конкретизували процедури використання понад трьох методик психоемоційної підтримки, означили особливості й контекст ситуацій, за яких вони будуть доцільні.

2. Перелічені ознаки надзвичайних ситуацій співвіднесіть, будь ласка, із мірою впливу на психоемоційний стан учнів початкової школи, їхнє ментальне здоров'я, з результативністю навчальної діяльності, безпечністю освітнього середовища

Ключові ознаки надзвичайних ситуацій	Опис прояву міри впливу на психоемоційний стан учнів початкової школи, ментальне здоров'я, результативність навчальної діяльності, безпечність освітнього середовища
--------------------------------------	--

1. Порушення нормальних умов життєдіяльності	
2. Наявність загрози життю і здоров'ю	
3. Невизначеність появи і розгортання надзвичайної ситуації	
4. Поява суттєвих змін у звичному ритмі життєдіяльності	
5. Погіршення стану навколишнього середовища	
6. Завдання різних економічних збитків	
7. Завдання моральної шкоди	

Примітка: оцінка відповіді досліджуваних враховувала рівень і формат знань щодо ознак НС (їх наслідків) та розуміння міри їх впливу на психічний стан учнів початкової школи, конкретних індикаторів такого впливу, які мають бути в полі зору вчителя початкових класів. Якщо досліджувані не давали чітких пояснень, або уникали конкретної відповіді, не могли описати реакції різних сторін психіки дітей (особливо психоемоційної сфери) на дію факторів НС з огляду на ключові ознаки НС в освітньому середовищі початкової школи виставлявся 1 б.; спроби досліджуваних описати особливості й характер впливу НС, що містили окремі чіткі пояснення, встановлені причинно-наслідкові зв'язки – оцінювалися в 2-3 б.; структуровані й конкретні описи міри впливу НС (та/або їх наслідків) на психоемоційний стан учнів початкової школи, ментальне здоров'я, результативність навчальної діяльності, безпеку освітнього середовища щодо більшості наведених ознак НС оцінювалися в 4-5 б.

3. Діти в умовах війни зіштовхуються з кількома типами травматичних подій – несподіваними й довготривалими, що несприятливо позначаються на їхній психіці та провокують появу непродуктивних стратегій упорунання з травматичним досвідом. Як наслідок, може підвищуватися тривожність, виникати депресія, ПТСР, розлади поведінки й дисоціативні розлади, закріплюватимуться різні прояви дезадаптації. Аргументуйте використання вчителем початкової школи прийомів і технік для профілактики й корекції

впливу ризиків умов надзвичайних ситуацій на психоемоційну сферу учнів.

Заповніть, будь ласка, таблицю

Назва	Ситуація	Форма	Тривалість	Особливості	Очікуваний ефект
Стимулювання позитивних емоцій					
Музикотерапія					
Казкотерапія					
Ізотерапія					
Ароматерапія					
Елементи аутогенного тренування					
Елементи тілесно орієнтованих технік					
Техніки фізичної релаксації					
Техніки дихання й елементи дихальної гімнастики					
Інше					

Примітка: під час оцінювання відповідей досліджуваних бралися до уваги їх повнота й адекватність щодо заданих у графах таблиці найменувань, а також поява додаткових відповідей у графі «Інше» щодо доцільності використання окремих прийомів і технік для профілактики, стабілізації, корекції впливу ризиків умов НС на психоемоційну сферу учнів початкової школи. Якщо вписана досліджуваними у таблицю інформація мала фрагментарний характер, була неконкретною, містила елементарні судження на рівні загального розуміння різних прийомів і технік – виставлявся 1 б.; наявність конкретних пояснень щонайменше щодо половини згаданих у таблиці прийомів і технік, спроба запропонувати інші доцільні у таких ситуаціях педагогічної взаємодії з учнями початкової школи в умовах НС –

2-3 б.; максимально повне заповнення таблиці, влучні й різноманітні додані варіанти – 4-5 б.

4. Будь ласка, запишіть важливі, на Вашу думку, специфічні емоційні й безпекові характеристики освітнього процесу початкової школи в умовах надзвичайних ситуацій (та/або впливу наслідків надзвичайних ситуацій). Просимо Вас структурувати їх за мірою значущості впливу загалом на психічний розвиток і психоемоційну стабільність учнів, їхню навчальну діяльність і міжособистісну взаємодію.

Примітка: під час оцінювання наведених досліджуваними відповідей 1 б. виставлявся в ситуації недоречного виділення (або взагалі відсутності конкретної відповіді на сформульоване запитання) специфічних емоційних і безпекових характеристик освітнього процесу початкової школи в умовах НС; 2-3 б. – за наявності кількох важливих емоційних і безпекових характеристик з-поміж інших типових особливостей освітнього процесу в початковій школі; 4-5 б – наведені специфічні емоційні й безпекові характеристики освітнього процесу початкової школи дійсно повною мірою відповідають умовам впливу НС та/або їх наслідків. Враховувалася також і послідовність записаних досліджуваними специфічних емоційних і безпекових особливостей освітнього процесу початкової школи в умовах НС з огляду на їх суб'єктивну значущість.

5. Оберіть, будь ласка, ознаки гострої стресової реакції учнів початкової школи на надзвичайну ситуацію з перелічених нижче:

- 1) прискорене дихання;
- 2) зниження працездатності;
- 3) швидка стомлюваність;
- 4) систематичні головні болі упродовж кількох місяців;
- 5) емоційна стійкість;
- 6) стан шоку;
- 7) флешбеки;
- 8) часте дихання;

9) зниження концентрації;

10) відчуття безнадії.

Примітка: під час оцінювання числове значення 1 б. виставлялося у випадку обрання більшою мірою неправильних варіантів відповідей; 2-3 б. – за наявності 1-2 помилок; 4-5 б. – більшість або всі варіанти відповідей обрано правильно.

Показники рефлексивно-діяльнісного критерію (13, 14, 15, 16, 17, 18) досліджувалися нами з використанням методів опитування й психодіагностики. У якості прикладів запитань/завдань анкети для дослідження показників рефлексивно-діяльнісного критерію (16, 17, 18) наведемо такі:

1. Напишіть, будь ласка, коротке есе на тему: «Як я бачу наснажування освітнього процесу початкової школи позитивними емоціями в умовах надзвичайних ситуацій».

Примітка: під час контент-аналізу написаного досліджуваними есе 1 б. виставлявся за умови, якщо текст містив абстрактні фрази, заклики, формулювання; 2-3 б. – есе включало опис окремих конкретних педагогічних способів наснаження позитивними емоціями освітнього процесу в початковій школі в умовах НС; 4-5 б. – есе демонструвало усвідомлену, виважену, розуміючу позицію й наміри готовності створення підтримуючого, емпатійного середовища, завдяки якому можливо профілакувати появу психоемоційної напруги, нервових зривів і гострих реакцій у дітей, підтримувати й розвивати їхні особистісні ресурси впорядкування зі стресом, підсилювати відчуття безпеки в освітньому середовищі початкової школи в умовах НС.

2. Проаналізуйте ситуацію. Вранці мама одного з учнів другого класу принесла вчителю виконаний дитиною малюнок (фото малюнка додається (див. рис. 3.3) і на умовах анонімності попросила про допомогу. Вона описала обставини, за яких з'явився цей малюнок і наголосила, що малюнки з таким змістом дитина малює періодично. Коли батьки намагаються

поговорити про малюнки, дитина, як правило, відмовляється, замовкає, сидить з відстороненим виглядом. Потім повертається до виконання щоденних справ. На малюнку – сім'я, яка втікає від ворожого обстрілу в більш безпечне місце до родича.

Поміркуйте, будь ласка, як вчителю доречно діяти в цій ситуації. Зафіксуйте також припущення, що стосуються психоемоційного стану дитини – автора малюнків.

Примітка: у ситуації оцінювання відповідей досліджуваних важливим було зрозуміти як саме ними було ідентифіковано ситуацію із періодичною появою дитячих малюнків; які припущення були висловлені щодо психоемоційного стану учня другого класу; які обставини і з ким саме додатково варто було з'ясувати й обговорити; які напрями, методи й форми роботи з учнем було доцільно використати; кого з учасників освітнього середовища ще варто було б долучити до надання вчасної та дієвої допомоги учневі. 1 б. – перелічені вище індикатори не враховані у процесі роботи над цим завданням; 2-3 б. – частково враховані й розкриті; 4-5 б. – повністю враховані й розкриті.



Рис. 3.3. Малюнок за публікацією [192]

3. Будь ласка, перечитайте наведені нижче фрази. Запишіть діалог в особах зі школярем, уявивши його специфічну реакцію страху й тривоги в бомбосховищі під час довгої тривоги й почутих вибухів. Включіть, будь ласка, в цей діалог на певних етапах розмови з учнем початкової школи в ситуації перебування в бомбосховищі наведені фрази: *«я з тобою поруч», «разом ми впораємося», «розумію, як тобі лячно», «дозволь взяти тебе за руку».*

Примітка: під час аналізу логіки записаного досліджуваними діалогу зверталася увага на розкриття динаміки розмови з дитиною в ситуації негативного впливу дії факторів НС, її послідовності, потенційного ефекту завдяки підтриманню емоційно стійкого, розуміючого контакту з учнем, застосуванню методик психоемоційної підтримки й зняття напруги. Відповідно, 1 б. – логіка діалогу не витримана; 2-3 б. – діалог вибудований з наявністю елементів раціональних висловлювань і дій учителя початкових класів в описаній ситуації; 4-5 б. – діалог вибудований правильно, логічно, послідовно, зрозумілим є ефект від намірів, слів і запропонованих дій.

Психодіагностичний метод під час проведення педагогічного експерименту був використаний нами для операціоналізації показників емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів у НС (показники 7, 13, 14, 15), які можуть бути досліджені з використанням стандартизованих адаптованих інструментів – емоційний інтелект, емоційна саморегуляція, емпатія, розуміння й управління власними емоціями й емоціями інших осіб, життєстійкість, резильєнтність тощо. Вибір у користь психодіагностики був зроблений і у зв'язку з тим, що нам було важливо об'єктивно констатувати міру розвитку особистісних якостей майбутніх учителів початкових класів, які власне репрезентують окремі аспекти їхнього ресурсного й адаптаційного потенціалу в невизначених і екстремальних умовах сьогодення, що безумовно впливає на рівень їхньої емоційної культури як професійно важливої для здійснення фахової діяльності нині якості й можливості її виховання (рис. 3.4).



Рис. 3.4. Психодіагностичні індикатори сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на констатувальному й формульовальному етапах експерименту

У процесі психодіагностики були строго витримані всі вимоги до проведення діагностичних методик й обробки даних досліджуваних згідно з запропонованими авторами ключами. За кожним із психодіагностичних індикаторів, що репрезентують міру сформованості відповідного показника емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, було отримано можливість визначити рівень сформованості (високий, середній або низький) та якісні особливості.

Бланки психодіагностичних методик учасники вибірки педагогічного експерименту опрацьовували разом із запропонованими анкетами.

Весь масив емпіричних даних учасників вибірки ($n=335$), одержаних на констатувальному етапі педагогічного експерименту, був узятий до уваги у процесі формулювання узагальнень щодо міри сформованості виділених показників, критеріїв, компонентів і загального рівня емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Такі узагальнення дозволили нам виділити проблемні аспекти у процесі професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів, обґрунтувати педагогічні умови й

технології, впровадження яких мало б посприяти підвищенню ефективності виховання їхньої емоційної культури в умовах НС у процесі здобування вищої освіти. На основі цих узагальнень способом рандомізації було створено експериментальні (n=169) й контрольні (n=166) групи учасників вибірки дослідження для формувального етапу педагогічного експерименту (статистичні висновки з програми SPSS v.21.0 про відсутність статистично значущих відмінностей у групах вибірки на момент початку формувального етапу педагогічного експерименту представлені у таблиці 1 Додатку О).

Формувальний етап педагогічного експерименту (2022-2024 р.) присвячувався експериментальній перевірці педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, що впроваджувалися тільки для учасників експериментальних груп (ЕГ). Контрольні групи (КГ) не брали активної участі в дослідно-експериментальній роботі на цьому етапі. Усі групи вибірки педагогічного експерименту, як зазначалося вище, наприкінці формувального етапу ще раз повторно досліджувалися з використанням тієї самої процедури й емпіричних методів, що й на констатувальному етапі. Зауважимо, що в основу педагогічного експерименту було покладено план з граничним контролем (попереднім і підсумковим вимірюванням рандомізованих експериментальних груп), завдяки чому вдалося зробити висновки про ефективність педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Узагальнювальний етап педагогічного експерименту (жовтень 2024 р.) передбачав проведення порівняльного аналізу двох масивів емпіричних даних учасників ЕГ і КГ вибірки дослідження щодо сформованості визначених показників, критеріїв, компонентів і рівня емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, одержаних до початку та після завершення формувального етапу педагогічного експерименту. Висновки з програми SPSS v.21.0 про наявність статистично значущих відмінностей у ЕГ і КГ вибірки дослідження щодо емоційної культури майбутнього вчителя

початкових класів в умовах НС на момент завершення формувального етапу педагогічного експерименту представлені у таблиці 2 Додатку О. Динаміка змін у стані емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, виявлена внаслідок упровадження визначених нами педагогічних умов і технологій, буде проаналізована в п. 3.2.

Завдяки кількісному та якісному аналізу й, зокрема, проведеній математично-статистичній обробці даних учасників вибірки педагогічного експерименту стало можливим формулювання висновків про ефективність упроваджених педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, що дозволило підтвердити основну експериментальну гіпотезу.

3.2 Результати експериментального впровадження педагогічних умов і технологій

На узагальнювальному етапі педагогічного експерименту було здійснено порівняння двох масивів емпіричних даних учасників ЕГ і КГ вибірки дослідження, причетної до апробації педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Окремі показники емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, як зазначалося в попередньому підрозділі, досліджувалися з використанням психодіагностичних інструментів. Для того, щоб мати можливість трансформувати результати діагностування у п'ятибальну шкалу й уніфікувати систему вимірювання досліджуваних ознак, нами було застосовано кваліметричний розподіл (див. табл. 3.1).

Отже, з урахуванням системи кваліметричного розподілу за психодіагностичними індикаторами окремих показників емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС і даних, одержаних на основі методу опитування з використанням авторської анкети, всі числові

Таблиця 3.1

Кваліметричний розподіл рівнів психодіагностичних індикаторів на констатувальному й формуальному етапах експерименту

Показники	Назва діагностичного інструменту	Бали	Оцінка за 5-бальною шкалою
Емоційний інтелект	«Методика дослідження емоційного інтелекту особистості» В. Зарицька	Розуміння особистістю власних емоцій	
		51-60 б.	5
Навички емоційної саморегуляції		31-50 б.	4
		16-30 б.	3
		0-15 б.	1
Здатність до емпатії		Самоконтроль і саморегуляція емоцій	
		47-54 б.	5
		28-46 б.	4
		14-27 б.	3
		0-13 б.	1
		Розуміння особистістю емоцій інших	
		55-63 б.	5
	32-54 б.	4	
	17-31 б.	3	
	0-16 б.	1	
	Здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні		
	45-51 б.	5	
	26-44 б.	4	
	13-25 б.	3	
	0-12 б.	1	
	Загальний рівень розвитку емоційного інтелекту		
	198-228 б.	5	
	117-197 б.	4	
	60-116 б.	3	
	0-59 б.	1	
	«Методика діагностики емоційного інтелекту» Н. Холл	Показники парціального емоційного інтелекту:	
		понад 14 б.	5
		8-13 б.	3
		7 і менше б.	1

		Показник інтегративного емоційного інтелекту: 70 і більше б. 40-69 б. менше 39 б.	рівня 5 3 1
Навички життєстійкості, резильєнтності	«Тест життєстійкості» С. Мадді*	Залученість Контроль Прийняття ризику Загальний рівень життєстійкості Високий рівень Вище середнього Середній рівень Низький рівень*	5 4 3 1
	«Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10»	Рівень резильєнтності 31-40 б. 26-30 б. 21-25 б. 16-20 б. 0-15 б.	5 4 3 2 1

*рівні за загальним рівнем і складовими життєстійкості визначаються у відповідності до визначених стандартних відхилень у відповідності до ключа тесту.

значення (середні значення) за всіма вісімнадцятьма показниками учасників ЕГ і КГ вибірки дослідження представлено в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Показники емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (на початку й наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту)

№ з/п	Показники	ЕГ		КГ	
		початок	кінець	початок	кінець
Показники мотиваційно-ціннісного критерію					
1	Емоційна готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС	3,1	3,9	3,1	3,2
2	Усвідомлення важливості оцінки емоційних станів учасників освітнього процесу	2,9	3,8	3,0	3,0
3	Мотивація до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС	3,1	3,8	3,0	3,2

4	Прагнення до попередження та подолання негативних емоційних станів	3,1	3,8	3,2	3,3
5	Прагнення до психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі	3,2	3,8	3,2	3,3
6	Мотивація до виховання емоційної культури учнів в умовах НС	3,0	3,6	3,3	3,3
Показники пізнавально-когнітивного критерію					
7	Емоційний інтелект	3,1	3,8	3,0	3,1
8	Знання методик психоемоційної підтримки	2,9	3,7	3,0	3,1
9	Знання видів НС, їх потенційних ризиків і загроз	3,0	3,6	3,1	3,2
10	Знання емоційних і безпекових аспектів освітнього процесу в умовах НС	3,1	3,6	3,0	3,0
11	Екстремальна компетентність	3,2	3,6	3,0	3,0
12	Знання правил ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС	3,2	3,6	3,1	3,1
Показники рефлексивно-діяльнісного критерію					
13	Навички життєстійкості, резильєнтності	2,9	3,8	2,9	3,0
14	Володіння навичками емоційної регуляції й емоційної саморегуляції	2,8	3,6	3,1	3,2
15	Здатність до емпатії	3,1	3,7	3,1	3,1
16	Здатність оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії	2,9	3,5	2,9	3,0
17	Уміння приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях	3,1	3,6	3,0	3,0
18	Уміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття	3,0	3,6	3,0	3,1

Дані таблиці 3.2 засвідчують наявність позитивної динаміки за всіма визначеними показниками в структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС саме в учасників ЕГ, на відміну від учасників КГ.

Можемо звернути увагу також на той факт, що в учасників ЕГ дещо більшою мірою виражений приріст середніх значень за показниками мотиваційно-ціннісного й рефлексивно-діяльнісного критеріїв емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Це дає нам можливість на рівні емпіричних узагальнень зробити висновки про ефективність упроваджених педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС щодо цих показників.

Водночас, проведені обчислення вказують на те, що саме в ЕГ констатовано більш суттєві зміни за кожним критерієм емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (див. табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Динаміка змін у критеріях емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (на початку й наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту)

Критерії	ЕГ			КГ		
	початок	динаміка змін	кінець	початок	динаміка змін	кінець
Мотиваційно-ціннісний	3,07	+0,71	3,78	3,13	+0,09	3,22
Пізнавально-когнітивний	3,08	+0,57	3,65	3,03	+0,05	3,08
Рефлексивно-діяльнісний	2,97	+0,66	3,63	3,0	+0,07	3,07
За всіма критеріями	3,04	0,65	3,69	3,05	0,07	3,12

Як видно з таблиці 3.3, одержані середні значення після завершення процедури повторного дослідження всієї вибірки наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту характеризують загалом позитивну динаміку зростання за всіма трьома критеріями: мотиваційно-ціннісним – для учасників ЕГ (+0,71), учасників КГ (+0,09); пізнавально-когнітивним – для учасників ЕГ (+0,57), учасників КГ (+0,05); рефлексивно-діяльнісним – для

учасників ЕГ (+0,66), учасників КГ (+0,07). Наявні зміни у стані сформованості критеріїв емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на завершення формувального етапу педагогічного експерименту учасників КГ хоч і присутні, проте не настільки виражені, як в учасників ЕГ. На нашу думку, для КГ їх можна пояснити загальними процесами професійної підготовки та психічного розвитку.

Варті окремого аналізу одержані й узагальнені нами відсоткові дані вибірки дослідження за окремими компонентами емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС на початку й наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту. Можемо констатувати, що відсотковий аналіз вказує на стійку тенденцію до позитивної динаміки в стані сформованості емоційно-психологічного, професійно-педагогічного й соціально-культурологічного компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС саме для учасників ЕГ (див. табл. 3.4).

Як засвідчують дані таблиці 3.4, зміни у відсотковому розподілі за рівнями сформованості окремих компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС в учасників ЕГ вибірки педагогічного експерименту відрізняються більш позитивною динамікою, ніж у представників КГ. Можемо також зробити висновок про те, що впроваджені педагогічні умови й технології виявилися більш ефективними для емоційно-психологічного та професійно-педагогічного компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (динаміка за високим рівнем в ЕГ склала 24,3% й 21,9% відповідно). Зміни за високим рівнем соціально-культурологічного компоненту емоційної культури в учасників ЕГ вибірки педагогічного експерименту виявилися менш динамічними (16%).

Таким чином, у майбутніх учителів початкових класів ЕГ вдалося домогтися суттєвих змін у стані психоемоційної готовності, потенціалу знань і навичок, розуміння й усвідомлення важливості побудови освітнього простору з орієнтацією на безпекові умови сьогодення, з огляду на

Таблиця 3.4

**Відсоткове співвідношення за рівнями сформованості компонентів
емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС
(на початку й наприкінці формувального етапу педагогічного
експерименту)**

Компоненти	Ум од.	Групи вибірки / рівні*											
		ЕГ початок			ЕГ кінець			КГ початок			КГ кінець		
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н
Емоційно- психологічний	ос.	13	68	88	54	90	25	10	69	87	22	75	69
	%	7,7	40,2	52,1	32	53,3	14,7	6	41,6	52,4	13,2	45,2	41,6
Професійно- педагогічний	ос.	12	62	95	49	87	33	16	69	81	17	74	75
	%	7,1	36,7	56,2	29	51,5	19,5	9,6	41,6	48,8	10,2	44,6	45,2
Соціально- культурологічний	ос.	15	75	79	42	79	48	14	72	80	27	85	54
	%	8,9	44,4	46,7	24,9	46,7	28,4	8,4	43,4	48,2	16,3	51,2	32,5

*В – високий рівень; С – середній рівень, Н – низький рівень.

необхідність мінімізувати негативний вплив НС на школярів і збереження ресурсів їхнього психічного здоров'я.

Дані проведеного порівняльного відсоткового аналізу, таким чином, дають підстави зробити висновок, що саме впроваджені педагогічні умови й технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових

класів в умовах НС, зокрема психолого-педагогічні тренінги, технологія соціально-емоційного та етичного навчання, залучення до волонтерської діяльності суттєво вплинули на стан її сформованості в учасників ЕГ вибірки дослідження.

З огляду на те, що нами було визначено вісімнадцять показників за кожним із критеріїв (мотиваційно-ціннісний, пізнавально-когнітивний, рефлексивно-діяльнісний) і компонентів (емоційно-психологічний, професійно-педагогічний, соціально-культурологічний) емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, кожен з яких міг бути оцінений максимально у 5 б., то загальна кількість балів, що характеризує рівень сформованості емоційної культури дорівнює 90 б. У відповідності до розробленої нами моделі й наведеної характеристики кожного рівня сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (п. 1.3), високому рівню емоційної культури відповідають числові значення 60-90 б.; середньому – 30-59 б.; низькому – менше 30 б.

Відсотковий розподіл учасників вибірки педагогічного експерименту ЕГ і КГ за рівнями сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС представлено у таблиці 3.5 й на рис. 3.5.

Отже, з таблиці 3.5 й рисунка 3.5 бачимо, що саме в учасників ЕГ вибірки дослідження після впровадження педагогічних умов і технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС виявлено близько третини здобувачів з високим рівнем її сформованості (на відміну від КГ позитивна динаміка в ЕГ склала 20,7%). Майбутні вчителі початкових класів продемонстрували високу вмотивованість та емоційну готовність здійснювати професійну діяльність у НС; вони орієнтовані на саморозвиток емоційної культури та її виховання у школярів; їм важливо форматувати освітній процес із урахуванням емоційних і безпекових особливостей, а також індивідуальних відмінностей емоційної сфери учнів та їх реакцій на психотравмуючі події; вони мають позитивну динаміку в розвитку особистісних ресурсів емоційного інтелекту, емпатії,

Таблиця 3.5

**Відсотковий розподіл вибірки дослідження ЕГ і КГ
за рівнями сформованості емоційної культури майбутнього вчителя
початкових класів в умовах НС (на початку й наприкінці формувального
етапу педагогічного експерименту)**

Групи вибірки	Ум. од.	Високий рівень			Середній рівень			Низький рівень		
		початок	кінець	динаміка	початок	кінець	динаміка	початок	кінець	динаміка
ЕГ	ос.	13	48	+35	71	85	+14	85	36	-49
	%	7,7	28,4	+20,7	42	50,3	+8,3	50,3	21,3	-29
КГ	ос.	13	22	+9	70	78	+8	83	66	-17
	%	7,8	13,2	+5,4	42,2	47	+4,8	50	39,8	-10,2

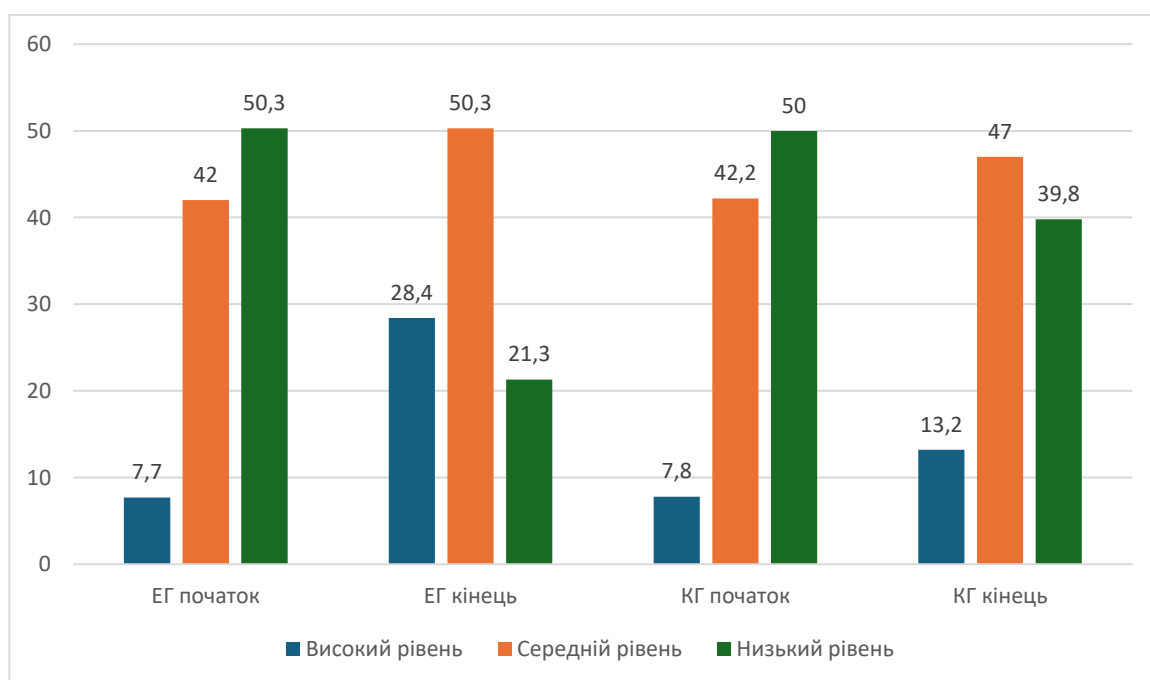


Рис. 3.5. Відсоткове співвідношення за рівнями сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (на початку й наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту)

розуміння власних емоцій та емоційного стану інших осіб, емоційної саморегуляції, життєстійкості й резильєнтності, можуть приймати відповідальні рішення й надавати психоемоційну підтримку школярам в НС.

Понад половини учасників педагогічного експерименту з ЕГ показали середній рівень сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС (50,3%; позитивна динаміка +8,3%). Такі здобувачі вищої освіти мають деяке неузгодження мотиваційних намірів та емоційної готовності до виконання професійних обов'язків у НС; помітна динаміка в стані їхньої екстремальної компетентності, однак присутня певна невпевненість щодо спроможності емоційної саморегуляції та здатності впоруватися з різними емоційними станами школярів попри загальне розуміння особливостей освітнього процесу в умовах НС, невизначеності, стресу; їм відомі методики психоемоційної підтримки, вони усвідомлюють важливість власних зусиль задля збереження життя та здоров'я учасників освітнього процесу в умовах НС, але не завжди вдало показують можливості їх реалізації в різних контекстах майбутньої педагогічної діяльності як щодо ухвалення швидких і відповідальних рішень, так і щодо програмування й виконання чіткої та структурованої програми дій для мінімізації потенційних ризиків. Їхні показники емоційного інтелекту, емпатії, емоційної саморегуляції, життєстійкості, резильєнтності більшою мірою перебувають у зоні середніх значень.

Лише п'ята частина учасників ЕГ після повторного дослідження наприкінці формувального етапу експерименту показала низький рівень емоційної культури (в учасників КГ таких осіб 39,8%), що вказує на слабкі ціннісно-мотиваційні настанови й емоційну неготовність до професійної діяльності в умовах НС; відсутність проявів уваги до власного психоемоційного стану, стійкого бажання розвивати власну емоційну культуру й усвідомленого наміру виховувати емоційну культуру школярів; брак можливостей чітко ідентифікувати емоційний стан і застосовувати методики психоемоційної підтримки щодо дітей в різних ситуаціях

освітнього процесу, зокрема й надзвичайних; відсутня позитивна динаміка щодо розвитку емоційного інтелекту, емпатії, розуміння власних емоцій та емоційного стану інших осіб, емоційної саморегуляції, життєстійкості й резильєнтності, що обмежує можливість швидкого й усвідомленого реагування та самовладання в стресових ситуаціях, а також здатність нормалізувати психоемоційний стан школярів.

Така різниця в результатах учасників ЕГ і КГ вибірки педагогічного експерименту вказує на суттєві відмінності в одержаних даних. Це дає підстави вважати, що різниця в рівнях сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС зумовлена впровадженням обґрунтованих нами педагогічних умов і технологій.

Водночас, вважаємо доцільним підтвердити зроблені емпіричні висновки використанням методів математично-статистичної обробки даних.

Висувалося й перевірялося 2 статистичні гіпотези:

H_1 : відмінності в рівнях сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС ЕГ і КГ значно відрізняються від 0 й зумовлені впровадженням педагогічних умов і запропонованих технологій;

H_0 : відмінності в рівнях сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС не відрізняються від 0 й не зумовлені впровадженням педагогічних умов і запропонованих технологій.

За результатами математично-статистичної обробки одержаних емпіричних даних вибірки дослідження у програмі SPSS v.21.0 (див. додаток О) було доведено, що впроваджені педагогічні умови й технології виявилися ефективними для виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС ($t_{\text{емп}} > t_{\text{крит}}$). Учасники ЕГ вибірки дослідження наприкінці формувального етапу педагогічного експерименту продемонстрували статистично відмінний вищий результат, аніж учасники КГ, що цілком підтверджує експериментальну гіпотезу дисертаційного дослідження.

Висновки до третього розділу

Педагогічний експеримент з експериментальної перевірки ефективності обґрунтованих педагогічних умов і запропонованих технологій виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС реалізовувався у чотири етапи: підготовчий, констатувальний, формувальний і узагальнювальний. У педагогічному експерименті взяли участь 335 майбутніх учителів початкових класів.

Масив емпіричних даних вибірки педагогічного експерименту перед початком формувального етапу засвідчив переважання середнього (в учасників ЕГ – 42%, КГ – 42,2%) і низького (ЕГ – 50,3%, КГ – 50%) рівнів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС, а також її показників, критеріїв і компонентів. Це підтвердило необхідність і доцільність упровадження обґрунтованих педагогічних умов і технологій в освітній процес ЗВО для виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС.

Проведений педагогічний експеримент дозволив підтвердити гіпотезу про те, що обґрунтовані педагогічні умови й запропоновані технології посприяли позитивній динаміці в рівнях сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. Після завершення формувального етапу педагогічного експерименту в ЕГ на 20,7% збільшився відсоток студентів із високим рівнем емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС; на 8,3% відбувся приріст кількості здобувачів вищої освіти з середнім рівнем сформованості емоційної культури в умовах НС; на 29% зменшилася кількість майбутніх учителів початкових класів із низьким рівнем сформованості емоційної культури в умовах НС. Якісні зміни констатовано також у рівнях сформованості всіх компонентів, відповідних їм критеріїв і показників емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС в учасників ЕГ вибірки педагогічного експерименту. Більшою мірою позитивна динаміка виявлена в учасників ЕГ у рівнях сформованості мотиваційно-ціннісного й рефлексивно-діяльного

критеріїв, а також емоційно-психологічного та професійно-педагогічного компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС. В учасників КГ, в порівнянні з ЕГ, досягнуті зміни виявилися незначущими.

Математично-статистична обробка одержаних даних дозволила підтвердити експериментальну гіпотезу про те, що виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС буде ефективним за умови впровадження обґрунтованих педагогічних умов і запропонованих технологій в освітній процес ЗВО.

Окремі результати дослідження, що представлені в третьому розділі, детальніше описані в працях автора [133; 135; 268].

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

1. Негативний вплив надзвичайних ситуацій різного характеру (техногенного, природного, соціального, воєнного), що дедалі частіше виникають на території України, на психоемоційний стан учасників освітнього процесу є вагомим фактором для створення передумов щодо необхідності виховання їх емоційної культури. Формування розуміння психоемоційного стану учнів і впливу надзвичайної ситуації на психіку дитини є важливим завданням професійної підготовки майбутнього вчителя, адже місія налаштування здобувачів освіти до життєдіяльності й навчання в умовах надзвичайної ситуації значною мірою покладена на педагогів. Високий рівень емоційної культури дозволить учителю більш ефективно здійснювати освітній процес в екстремальних умовах.

Здійснений аналіз філософських, педагогічних і психологічних праць українських і зарубіжних науковців дозволяє зробити висновок, що зміст феномена «емоційна культура вчителя» охоплює діапазон від саморегуляції психічних станів до духовної культури педагога.

Враховуючи багатоаспектний характер емоційної культури та різні підходи до її трактування, у дослідженні емоційну культуру майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено як інтегративну якість, яка має складну структуру, поєднуючи в собі: розвинену емоційну сферу педагога; ціннісне ставлення до емоційних проявів (власних і учнів); когнітивний комплекс, що включає знання вчителя про емоційні аспекти педагогічного процесу, особливості емоційного розвитку школяра, способи поведінки в складних ситуаціях; діяльнісно-практичний комплекс, що включає здатність учителя здійснювати регуляцію і саморегуляцію емоцій, вміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, оптимально насичувати емоціями педагогічний процес, концентрувати ресурси, що мобілізують інтелектуальні, емоційні й вольові зусилля на подолання труднощів у досягненні поставленої мети в умовах надзвичайних ситуацій.

2. У структурі емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено три взаємопов'язані компоненти: емоційно-психологічний, професійно-педагогічний, соціально-культурологічний. Відповідно до компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено критерії і показники її сформованості: за мотиваційно-ціннісним критерієм – емоційна готовність до здійснення професійної діяльності в умовах НС, усвідомлення важливості оцінювання емоційних станів учасників освітнього процесу, мотивація до самовдосконалення в галузі емоційної культури задля досягнення ефективності професійної діяльності в умовах НС, прагнення до попередження та подолання негативних емоційних станів, прагнення до психологічного благополуччя, гармонійних і здорових стосунків в освітньому середовищі, мотивація до виховання емоційної культури учнів в умовах НС; за пізнавально-когнітивним критерієм – емоційний інтелект, знання методик психоемоційної підтримки, видів НС, їх потенційних ризиків і загроз, емоційних і безпекових аспектів освітнього процесу в умовах НС, екстремальна компетентність, знання правил ефективної поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії в умовах НС; за рефлексивно-діяльнісним критерієм – навички життєстійкості, резильєнтності, володіння навичками емоційної регуляції й емоційної саморегуляції, здатність до емпатії, здатність оптимально насичувати емоціями освітній процес, створювати позитивний емоційний фон педагогічної взаємодії, уміння приймати відповідальні рішення в емоціогенних ситуаціях, уміння встановлювати емоційний контакт з дітьми, адекватно реагувати на їх почуття. На основі врахування кількісних значень показників виокремлено й описано три рівні сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій: високий, середній і низький, а також дано якісні характеристики кожного з рівнів.

3. На основі аналізу психологічних і педагогічних джерел, з урахуванням особливостей здійснення освітнього процесу в умовах НС, обґрунтовано й реалізовано на практиці педагогічні умови виховання емоційної культури майбутніх педагогів початкової школи в складних реаліях сучасності, а також визначено найбільш доцільні технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій і перевірено їх ефективність у процесі реалізації запропонованих педагогічних умов:

Педагогічна умова 1: Забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти. Розкрито суть психодіагностичного, консультативного, корекційно-розвиткового, просвітницького, профілактичного напрямів діяльності практичних психологів ЗВО, визначено основні способи їхньої реалізації. Доведено, що забезпечення в ЗВО психологічно комфортного середовища, в умовах якого створюються можливості для розвитку емоційно-психологічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів, можливе через імплементацію в освітній процес дієвих технологій (психолого-педагогічні тренінги; рефлексивні технології; коучинг і менторинг; ігрові технології, кейс-технології тощо).

Педагогічна умова 2: Розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. З метою розвитку професійно-педагогічного компонента емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів модернізовано зміст навчальних дисциплін «Загальна психологія» і «Психологія індивідуальності». Важливого доповнення набула просвітницька робота – донесення й роз'яснення необхідної інформації про НС різного характеру, особливості емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах НС, специфіку реагування на стрес і способи допомоги у проживанні НС тощо.

Впроваджено в освітній процес ЗВО технологію соціально-емоційного та етичного навчання, що дозволило поглибити емоційні та професійні компетентності майбутніх учителів початкових класів і підвищити рівень їх емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій.

Педагогічна умова 3: Залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях. Доведено, що систематична участь майбутніх учителів початкових класів у заходах різного спрямування, розробка й проведення ними низки соціально-гуманітарних, профілактичних, розвивальних заходів сприяють підвищенню рівня власної емоційної культури, формуванню емоційної готовності до виконання професійних функцій в умовах НС, усвідомленню необхідності розвитку емоційної культури майбутніх вихованців. Упровадження в освітній процес ЗВО кейс-технології, технології волонтерської діяльності, технології «рівний – рівному» стало ефективним інструментом розвитку соціально-культурологічного компонента емоційної культури майбутніх учителів у складних умовах сучасності.

4. Найбільш доцільними технологіями, що сприяють вихованню емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій визначено: психолого-педагогічні тренінги, технологію соціально-емоційного та етичного навчання; технологію волонтерської діяльності.

Ефективність упровадження запропонованих технологій виховання в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій доведено методами математичної статистики. Числові значення показників кожного з критеріїв оцінювали за допомогою спеціальних тестів, психодіагностичних методик, авторських анкет і практичних вправ.

Результати дослідно-експериментальної роботи засвідчили, що реалізація обґрунтованих педагогічних умов і впровадження відповідних освітніх технологій забезпечують розвиток усіх структурних компонентів емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів у процесі професійної підготовки в умовах НС. На основі аналізу одержаних результатів підтверджено висунуту гіпотезу, що дозволяє зробити висновок про розв'язання поставлених завдань і досягнення мети дослідження.

5. Підсумки здійсненого дослідження дають підстави його автору запропонувати методичний посібник щодо підвищення рівня емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в екстремальних умовах сучасності «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій». Посібник містить ігри, вправи й техніки для допомоги/самопомоги в стані стресу, для зняття емоційного напруження та стабілізації емоційного стану учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій і методичні рекомендації до їх проведення. Матеріали посібника будуть корисними для викладачів і здобувачів вищої освіти педагогічних ЗВО, вчителів початкових класів.

Здійснене дослідження не претендує на повне розв'язання всіх аспектів проблеми виховання в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій. Перспективи подальших досліджень полягають: у з'ясуванні можливостей виховання емоційної культури майбутніх учителів у процесі педагогічної практики в умовах НС; у вивченні й імплементації зарубіжного досвіду виховання емоційної культури здобувачів освіти у процесі діяльності самоврядних організацій в умовах НС; у розробленні методик і методичних матеріалів для вчителів щодо виховання в учнів емоційної культури в умовах НС.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акімова О., Коломієць Д., Бабчук Ю., Грицак А. Організація шкільної освіти в умовах надзвичайних ситуацій воєнного характеру: аналіз світового досвіду. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 73. С. 90–96.
2. Акімова О. В., Коломієць А. М., Наливайко О. Б. Формування культури безпеки життєдіяльності студентів. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. Вип. 4(18). С. 326–334.
3. Акімова О. В., Ромащук О. І., Дяченко М. О. Розвиток логічного мислення майбутніх учителів засобами інтерактивних технологій. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. 2023. № 209. С. 418–423.
4. Амінева Я. Р. Емоційна стійкість особистості як одна з детермінант ефективного подолання складних життєвих ситуацій. *Вісник Дніпропетровського університету*. 2012. № 20. С. 28.
5. Андрєєнкова В. Л., Войцях Т. В., Гриців І. П., Мельничук В. О., Сабліна Н. О., Флярковська О. В., Харківська Т. А. Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу : навч.-метод. посіб. Київ. 2023. 149 с.
6. Андронов В. А., Майстро С. В., Коломен О. М., Мірошніченко Р. В. Державна політика у сфері охорони довкілля та збалансованого природокористування : монографія. Харків : НУЦЗУ, 2019. 185 с.
7. Андрущенко В. П., Бойченко М. І. та ін. Філософія і методологія розвитку вищої освіти України в контексті євроінтеграційних процесів : монографія. НАПН України. Київ : Пед. думка, 2011. 317 с.
8. Аніщенко О. В., Яковець Н. І. Сучасні педагогічні технології: курс лекцій : навч. посібник / за заг. ред. Н. І. Яковець. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2007. 199 с.
9. Анненкова І. П. Формування емоційної культури майбутніх учителів у процесі вивчення педагогічних дисциплін : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Одеський національний ун-т ім. І. І. Мечникова. Одеса, 2002. 240 с.
10. Антонюк Г. Ян Амос Коменський і розвиток педагогічної думки України в XVII ст. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. Львів, 2012. № 6. С. 189–200.
11. Артем'єв С. Р., Малько О. Д. Цивільний захист як чинник системи забезпечення національної безпеки. *Наука і правоохорона*. 2018. № 2. С. 42–49.
12. Афоніна О. І. Емоційна зрілість особистості: практичні проблеми психологічної діагностики. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Педагогіка і психологія*. 2013. Т. 21. Вип. 19. С. 16–22. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupp_2013_21_19_4
13. Байдик В. В., Гопкало Ю. П., Корнієнко І. О., Лунченко Н. В., Луценко Ю. А., Мороз Р. А., Саврасов М. В., Ткачук І. І. Формування безпечного освітнього простору закладу освіти в діяльності працівників

психологічної служби / за наук. ред. Н. В. Лунченко, І. І. Ткачук. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи. 2023. 111 с.

14. Балахтар К. С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія*. 2022. Вип. 1(20). С. 55–62.

15. Балашов Е. М. Психологічна структура волонтерської діяльності як засобу самореалізації студентів. *Наукові записки національного університету «Острозька академія». Психологія і педагогіка*. 2013. Вип. 24. С. 12–16.

16. Балл Г. О. Категорія культури у визначенні орієнтирів. *Діалог культур: Україна у світовому контексті: Філософія освіти : зб. наук. пр. / ред. І. А. Зязюн, С. О. Черепанова, Н. Г. Ничкало, С. О. Сисоєва та ін. Львів : Сполом, 2002. Вип. 8. 384 с.*

17. Барило О. Г., Потеряйко С. П. Визначення раціонального методу організації взаємодії у надзвичайних ситуаціях. *Вісник Національного університету цивільного захисту України*. 2017. Вип. 1. С. 305–313.

18. Бахмат Н. В. Готовність майбутніх учителів початкової школи до реалізації професійної діяльності. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2020. Вип. 29. С. 227–238.

19. Безносюк О. О. Використання методу «Рівний – рівному» у роботі соціального педагога. *Вісник Черкаського ун-ту. Серія «Педагогічні науки»*. 2011. Вип. 203. Ч. I. С. 20–23.

20. Безпечне освітнє середовище: нові виміри безпеки (рекомендації Державної служби якості освіти при МОН України). URL: <https://sqe.gov.ua/bezpechneosvitnie-seredovishhe-novi-vim/>

21. Белай С. В. Державні механізми протидії кризовим явищам соціально-економічного характеру: теорія, методологія, практика : монографія. Харків : Нац. акад. НГУ, 2015. 249 с.

22. Белова О. Актуальний стан сформованості емоційної грамотності дітей старшого дошкільного віку з логопатологією. *Освітологічний дискурс*. 2023. № 1(40). С. 93–112.

23. Бикова М. Емоційна культура креативної особистості в процесі самовизначення. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2017. № 3(67). С. 129–139.

24. Битяк Ю. П. Адміністративне право України: підручник / ред. Ю. П. Битяк. Київ : Юрінком Інтер, 2005. 544 с.

25. Біла І. М. Формування оптимістичного світосприйняття в навчальній діяльності. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2020. Т. 31(70). № 4. С. 177–182.

26. Білик Н. І. Концептуальні підходи до розуміння емоційного інтелекту як професійно значущої якості педагога. Науково-методичний підхід до вдосконалення педагогічної майстерності педагогічних працівників у системі підвищення кваліфікації : електрон. навч.-метод. посіб. / упоряд.: І. О. Калініченко, Н. І. Білик. Полтава : ПОІППО, 2021. С. 49–56. URL: http://poippo.pl.ua/images/FILES/pidrozdzily/kafedra_pedmaisternosti/biblioteka/modul-2021.pdf

27. Білоконна Н. І. Емоційна культура як важливий компонент професіоналізму вчителя початкових класів. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія*. 2015. № 44. С. 112–116.
28. Богданов С. О. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / заг. ред. В. М. Чернобровкіна, В. Г. Панка. Київ : Пульсари, 2017. 208 с.
29. Бойко О.А. Стратегія реформування державного управління у сфері цивільного захисту з урахуванням євроінтеграції України. *Аспекти публічного управління*. 2019. № 9–10. С. 32–39.
30. Борисенко К. Сутність поняття «емоційний інтелект» у психолого-педагогічній літературі. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2021. № 1(1). С. 83–90.
31. Бражнич О. Г. Педагогічні умови диференційованого навчання учнів загальноосвітньої школи : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.09. Кривий Ріг, 2001. 238 с.
32. Бреус Ю. Емоційна готовність до професійної діяльності як інтегративна властивість особистості майбутніх фахівців соціономічних професій. *Психологія розвитку особистості в системі фахової підготовки*. 2017. № 1. С. 27–48.
33. Бутиріна М. В., Бабенко В. О. Формування культури безпеки життєдіяльності як соціально-педагогічна проблема сучасної системи освіти України. *Педагогічні науки*. 2014. Вип. 119. С. 33–40.
34. Василішина Т. В. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Ін-т психології АПН України. Київ, 2000. 19 с.
35. Васійчук О. В., Гончарук С. І., Качан С. І., Мохняк С. М. Основи цивільного захисту : навч. посіб. Львів : Вид-во Національного університету «Львівська політехніка», 2010. 417 с.
36. Васянович Г. П. Вибрані твори: в 5 т. Т. 1: Філософія : навч. посібник. Львів : Сполом, 2010. 348 с.
37. Ващенко Г. Виховний ідеал. Полтава : Полтавський вісник, 1994. 191 с.
38. Верітова О. С. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх педагогів вищої школи в процесі магістерської підготовки : дис. канд. пед. наук : 13.00.04. Запоріжжя, 2019. 235 с.
39. Вибрані матеріали міжнародної програми з формування м'яких навичок СЕЕ-навчання / за заг. ред. О. Елькіна, О. Масалітіної, Я. Фюрста. Харків : Дім реклами, 2019. 60 с.
40. Вихрущ В. О. Педагогіка рефлексії у професійній діяльності викладача вищого навчального закладу. *Науковий часопис НРУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічна наука: реалії та перспективи*. 2018. № 60. С. 86–90.
41. Вівчар О. І., Зяйлик М. Ф. Організаційний механізм управління соціогуманітарною компонентою забезпечення економічною безпекою

підприємств у фокусі сучасних викликів та загроз. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2020. № 2. С. 42–46.

42. Візнюк І. М., Долинний С. С., Волохата К. М., Ромащук О. І. Психокорекційна програма підвищення рівня посттравматичного зростання у волонтерів в умовах воєнного часу. *Вісник науки та освіти*. 2024. Вип. № 1(19). С. 750–759.

43. Візнюк І. М., Долинний С. С., Сорочан М. П., Марцев О. М. Позитивний досвід посттравматичного зростання в організації волонтерської діяльності. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. № 2(11). С. 5–14.

44. Вітвицька С. С. Педагогічна спрямованість як компонент професійної майстерності майбутніх вчителів. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2003. № 12. С. 78–81.

45. Вітебська П. В. Педагогічний оптимізм як важливий елемент формування образу особистості сучасного вчителя. *Науковий вісник Донбасу*. 2011. № 2. С. 52. URL: <http://nvd.luguniv.edu.ua/archiv/NN14/11vpvosv.pdf>

46. Войтович О. В. Емоційна культура в професійній підготовці майбутніх вихователів. *Наука і освіта*. 2015. № 9. С. 25–29.

47. Войціх І. Педагогічні умови формування емоційної компетентності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2016. Вип. 4. С. 18. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadped_2016_4_6

48. Волинець О. В. Ігри та ігрові тренінги в початковій школі. Практичні поради. *Методичні орієнтири*. 2013. № 7(19). С. 2–8.

49. Воловик П. М. Теорія імовірностей і математична статистика в педагогіці. НАПН України, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих / за ред. В. Є. Береки. Хмельницький, 2010. 250 с.

50. Волянський П. Б. Теоретичні засади державного управління медичним захистом населення від наслідків надзвичайних ситуацій в Україні : дис. ... док. наук з держ. упр. : 25.00.02. Київ, 2014. 489 с.

51. Вороніна Н. В. Щодо питання надзвичайних ситуацій та суміжних понять: правове регулювання. *Підприємництво, госп-во і право*. 2018. № 9. С. 10–13.

52. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». URL: <https://www.howareu.com/>

53. Всеукраїнський урок з ментального здоров'я 1-6 класи: «Ти як? Повертаємось до школи!». URL: <http://surl.li/qdxjew>

54. Гаваза А. Світовий досвід формування культури безпеки протимінної діяльності та можливість імплементації його в Україні. *Науковий вісник: Державне управління*. 2021. № 1(7). С. 40–65. URL: [https://doi.org/10.32689/2618-0065-2021-1\(7\)-40-65](https://doi.org/10.32689/2618-0065-2021-1(7)-40-65)

55. Галузьяк В., Бойко В. Формування резильєнтності майбутніх учителів як предмет досліджень у зарубіжній психології. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 75. С. 103–114.

56. Галузяк В. М. Підготовка майбутніх учителів у контексті особистісно зорієнтованого підходу. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені М. Коцюбинського. Серія: «Педагогіка і психологія»*. Вип. 42. Ч. 2. 2014. С. 162–169.

57. Галузяк В. Розвиток емпатії в учнів підліткового віку. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія*. 2020. № 62. С. 210–219.

58. Герман Л. В. Основні стресові реакції людини в умовах війни : збірник тез всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму. 2022. № 139. С. 139–141.

59. Гершанов О., Макієнко Н. Шлях до зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій. Israel Trauma Coalition. 2023. 72 с.

60. Гірченко О., Перетятко В. Дослідження компоненту духовності в структурі ціннісних орієнтацій волонтерів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2015. Вип. 126. С. 43–46.

61. Гончаренко С. У. Методологічні засади побудови педагогічної теорії. Професійна освіта: Педагогіка і психологія / за ред. Т. Левовицького, І. Вільш, І. Зязюна, Н. Ничкало. Ченстохова. Київ : 2012. С. 37–48.

62. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 376 с.

63. Горелов Д. М. Волонтерський рух: світовий досвід та українські громадянські практики : аналітична доповідь. Київ : НІСД, 2015. 36 с.

64. Горохівська Т. М. Прогностичне обґрунтування перспективних напрямів розвитку професійно-педагогічної компетентності викладачів технічних закладів вищої освіти. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2022. Вип. 53. Т. 1. С. 284–290.

65. Гра по-новому, навчання по-іншому : метод. посіб. / упор. О. Рома. The LEGO Foundation, 2018. 44 с.

66. Григоренко Н. В. Надзвичайні ситуації як чинник впливу на розвиток системи надання державних послуг у сфері цивільного захисту. *Вісник Національного університету цивільного захисту України*. 2018. Вип. 1(8). С. 389–398.

67. Григорович О., Демченко О., Родюк Н. Формування інноваційної культури педагога як стратегічна мета національної освіти. *Рідна школа*. 2018. № 9/12. С. 32–38.

68. Гриценко Л. І. Особливості впровадження принципу «рівний-рівному» у простір навчального процесу. *«Вісник»*. 2016. № 3(31). С. 16–21.

69. Groshovenko O. P., Zhovnich O. V., Koval T. V. Використання технології проблемного навчання на уроках інтегрованого курсу «Я досліджую світ». *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2022. Вип. 63. С. 87–95.

70. Губерський Л. В., Андрущенко В. П. Філософія як теорія та методологія розвитку освіти. Київ : МП Леся, 2008. 516 с.

71. Гуревич Р., Кадемія М., Опушко Н., Ільніцька Т., Плахотнюк Г. Роль цифрових технологій навчання в епоху цивілізаційних змін. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2021. Вип. 62. С. 28–38.

72. Гуревич Р. С., Кадемія М. Ю. Сучасні інтерактивні технології навчання студентів. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2014. № 4. С. 99–104.

73. Гуревич Р., Кобися В., Кобися А., Кізім С., Куцак Л., Опушко Н. Використання цифрових сервісів та інструментів у професійній підготовці майбутніх учителів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2022. Вип. 64. С. 5–22.

74. Гусак Н., Чернобровкіна В., Чернобровкін В., Максименко А., Богданов С., Бойко О. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс : посібник з проведення тренінгу / за заг. ред. Н. Гусак. Київ : НаУКМА, 2017. 174 с.

75. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.

76. Дабіжа Л. П., Комарівська Н. О., Любчак Л. В. Культура мовлення і спілкування як складові фахової підготовки майбутніх учителів початкової школи. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 73. С. 63–68.

77. Давидюк М., Мотрук В. Методичні аспекти застосування інтерактивних освітніх технологій в умовах дистанційного та онлайн-навчання. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 3(9). С. 365–376.

78. Демида С., Носок М. Мотивація студентів до волонтерської діяльності. *Збірник наукових праць ЛДУ БЖД*. 2016. № 13. С. 169–174.

79. Демченко О., Драбинюк С. Формування емоційної культури молодших школярів засобами театрального мистецтва в інклюзивному освітньому просторі. *Молодий вчений*. 2022. № 12(112). С. 65–71. URL: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-12-112-12>

80. Денисенко В. В. Аксіологічні засади проблеми формування емоційної культури майбутнього педагога. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія»*. Серія: Педагогіка. 2014. Т. 245. Вип. 233. С. 108–113.

81. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології. Практикум : навч. посіб. Київ : «Слово», 2013. С. 370.

82. Дмитренко Н., Волошина О., Мельничук Т., Головська І., Дутка Г. Кейс-метод у квазіпрофесійній підготовці майбутніх учителів. *Незалежний журнал менеджменту та виробництва*. 2022. Т. 13. Вип. 3. С. 1–17.

83. Дорошенко Т. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до формування емоційної культури молодших школярів засобами театрального мистецтва. *Збірник наукових праць. Серія : Педагогічні науки*. Херсон : ХДУ, 2008. Вип. 49. С. 229–233.

84. Дослідження якості організації освітнього процесу в умовах війни у 2022/2023 навчальному році. [Електронний ресурс]. URL: <http://surl.li/lolcrw>

85. Дубяга С. М. Педагогічні технології в початковій школі : навч.-мет. посіб. для студентів вищих навчальних закладів напряму підготовки «Початкова освіта» / авт.-укл. С. М. Дубяга. Мелітополь : вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2015. 160 с.

86. Дудоладова А. В. Формування емоційної культури майбутніх перекладачів у фаховій підготовці : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Харк. нац. ун-т ім. В. Н. Каразіна. Харків, 2011. 220 с.

87. Дужик Н. Соціально-емоційне навчання в системі сучасних педагогічних знань. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2020. Вип. 27. Т. 2. С. 186–192.

88. Дьюї Дж. Моральні принципи в освіті / пер. з англ. Львів : Літопис, 2001. 32 с.

89. Дядюшенко О. О., Хаткова Л. В., Заїка П. І. Шляхи автоматизації класифікатора надзвичайних ситуацій. *Системи обробки інформації*. 2014. Вип. 9. С. 220–222. URL: http://nbuv.gov.ua/jpdf/soi_2014_9_48.pdf

90. Ефективні поради від емоційного вигорання під час війни. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/efektivni-poradi-vid-emocijnogovigorannya-pid-chas-vijni>

91. Євдін О. М., Калиненко Л. В. Моніторинг і прогнозування ризику виникнення надзвичайних ситуацій в Україні – сучасний стан та проблеми. *Науковий вісник: цивільний захист та пожежна безпека*. 2016. № 2. С. 75–82.

92. Євченко І. М. Емоційний стан українців під час російсько-української війни. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми*. 2022. С. 45–49.

93. Єжова О. О. Сутність організаційно-педагогічних умов педагогічного процесу. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2014. № 3. С. 39–43.

94. Жванія Т. В., Волкова О. Г. Емоційна готовність майбутніх психологів до професійної діяльності: діагностика і формування. *Харківський осінній марафон психотехнологій* : мат. III міжрегіон. наук.-практ. конф., м. Харків, 26 жовт. 2019 р. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди . Харків : Діса плюс, 2019. С. 126–130. URL: <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/5472>

95. Журбинський Д., Тарасенко А. Культура безпеки як система знань та умова сталого розвитку суспільства. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності*. 2018. № 17. С. 47–52.

96. Задорожний З.-М. В., Крупка Я. Д., Назарова І. Я. Обліково-інформаційне забезпечення реорганізаційних процесів у надзвичайних умовах. *Фінансово-кредитна діяльність: проблеми теорії та практики*. 2020. № 2 (33). 139–148.

97. Зарицька В. В. Методика дослідження емоційного інтелекту особистості. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 3. Т. 2. С. 37–41.

98. Засекін А., Тертична Т. Роль психологічної освіти у формуванні емоційної стійкості педагога в умовах викликів сучасності. *Стійкість освіти і науки в умовах трансформації* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. до 30-річчя створення Закладу вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая» (м. Київ, 23-24 травня 2023 р.). Київ : ЗВО «МНТУ», 2023. С. 58–61.

99. Зданевич Л. В. Оптимізм учителя та учня у педагогічній спадщині Василя Сухомлинського. *Педагогічний дискурс*. 2011. Вип. 10. С. 176–178.

100. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с.

101. Зоріна М. О. До проблеми визначення актуальності й особливостей формування культури безпеки життєдіяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2010. № 8. С. 149–153.

102. Зязюн І. А. Філософія педагогічної дії : монографія. Черкаси : ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008. 608 с.

103. Інклюзивна освіта. Підтримка розмаїття у класі : практ. посіб. / Т. Лорман, Дж. Деспелер, Д. Харві; пер. з англ. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Плеяди»», 2011. 296 с.

104. Івашкевич Є. М. Компоненти культури безпечної професійної поведінки педагога в умовах надзвичайних ситуацій. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2023. № 67. С. 160–171. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2023-67-160-171>

105. Інновації в освіті: перспективи розвитку : матеріали I Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Тернопіль, 20 трав. 2021 р.). Тернопіль : ЗУНУ, 2021. 357 с.

106. Ісаєв С. А., Пашков А. П. Формування культури безпеки життєдіяльності у вищих навчальних закладах України. *Культура безпеки, екології та здоров'я*. 2010. № 2. С. 27–29.

107. Іщук О. В., Лукасевич О. А. Емоційна гнучкість майбутніх психологів: результати емпіричного дослідження. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 2. С. 40–44.

108. Кадемія М. Ю. Інформаційно-комунікаційні технології навчання : словник глосарій / М. Ю. Кадемія, М. М. Козяр, Т. Є. Рак. Львів : «СПОЛОМ», 2011. 327 с.

109. Казьмірчук Н. С., Яковишина М. С. Вивчення емоційної культури майбутніх учителів початкових класів. *NewInception*. 2020. Вип. 2. С. 41–48. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4695791>

110. Каниболоцька М. Емоційна грамотність. Аспект полегшення адаптації дитини до школи. *Психолог дошкілля: інформаційно-методичне видання*. 2020. № 11–12 (136–137). С. 16–19.

111. Каплінський В. В., Белінська Т. В., Міненко А. О. Особливості зарубіжного досвіду підготовки майбутніх учителів в контексті їх професійного становлення. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. № 4. С. 32–38. URL: [https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2020.4\(124\).06](https://doi.org/10.31392/NPUnc.series15.2020.4(124).06)

112. Каськов І. В. Теоретичні аспекти формування стресостійкості студентів ВНЗ до негативних чинників навколишнього середовища. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 1(54). С. 104–113.

113. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації : [пер. з англ.] / Міжвідомчий постійний комітет. Київ : Унів. вид-во «Пульсари», 2017. 216 с.

114. Кисельова О. І., Єфіменко А. С. Застосування технологій проблемного навчання в умовах стандартизації вищої освіти. *Наука і освіта*. 2013. № 1–2. С. 169–172.

115. Кізім С. С., Люльчак, С. Ю., Савчук І. В. Використання технологій дистанційного навчання у закладах вищої освіти. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*, 2022. Вип. 43. Том 1. С. 188–198.

116. Кіліченко О. І., Борисевич Л. В. Розвиток педагогічного артистизму майбутніх учителів засобами української культури. *Імідж сучасного педагога*. 2023. № 3(204). С. 60–65. URL: <https://doi.org/10.33272/2522-9729>

117. Книга виживання. Протимінна безпека : навч.-практ. посібник для гурткової роботи для дітей від 6 до 12 років / Т. Репеде. Київ, 2024. 38 с. URL: <https://fair-ukraine.org/doc/knigdemo.pdf>

118. Коваленко В. Є. Особливості діагностики емоційного розвитку розумово відсталих молодших школярів у контексті різних науково-теоретичних підходів. «Наука і освіта». 2013. № 1–2. С. 48–51.

119. Коваленко Н. В. Професійна ідентифікація майбутніх учителів в умовах глобальних викликів: на прикладі пандемії COVID-19. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2020. № 8(102). С. 190–202.

120. Кобко Є. В. Шляхи удосконалення адміністративно-правових заходів запобігання та ліквідації надзвичайних ситуацій техногенного характеру. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2017. Вип. 1. С. 202–211.

121. Коваль О. Тематичний словник-довідник з психології та педагогіки : навч. посіб. 2-ге вид., доп. Тернопіль : ТНЕУ, 2013. 138 с.

122. Ковальова С. М. Технологія застосування кейс-методу в професійній підготовці вчителя в Україні. *Вісник Житомирського*

державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки. 2017. Вип. 3(89). С. 100–104.

123. Ковальчук Л. Педагогічна спрямованість як інтегрований чинник формування культури професійного мислення майбутнього вчителя хімії. *Наукові записки. Серія: Педагогіка*. 2008. № 3. С. 55–63.

124. Кодекс цивільного захисту України. Відомості Верховної ради України від 02.10.2012 № 5403-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17>

125. Кожушко С. П. Інтерактивні технології навчання в підготовці майбутніх фахівців до професійної взаємодії. *Педагогіка формування творчої особистості в загальноосвітніх школах*. 2013. Вип. 30. С. 185–191.

126. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник : практ. посіб. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 25 с.

127. Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни / упоряд.: Д. Арцимеєва, Г. Терентьєва, О. Чуйко, В. Шкуро, А. Голотенко [Електронний ресурс]. URL: <https://globaloffice.org.ua/wp-content/uploads/2023/02/Koli-svit-na-mezhi-zmin-strategiyi-adaptatsiyi.pdf>

128. Коломієць А. М., Громов Є. В., 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. № 65. С. 147–155. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2022-65-147-154>

129. Коломієць А., Жовнич О., Коломієць Т. Формування готовності педагогів до організації дистанційного навчання в умовах карантину. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2022. Вип. 69. С. 63–72.

130. Коломієць А., Жовнич О., Литвин А., Тертична Т. Формування навичок емоційної стійкості учасників освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2023. Вип. 76. С. 79–85. URL: <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2023-76-79-85>

131. Коломієць А. М., Коломієць Д. І., Івашкевич Є. М. Стратегії організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій: аналіз закордонного досвіду та можливості імплементації в Україні. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2023. № 68. С. 19–32. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2023-68-19-32>

132. Коломієць А. М., Лазаренко Н. І. Сучасні методологічні підходи в організації вищої педагогічної освіти. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. Серія: Педагогіка*. Одеса : ПНПУ, 2016. Вип. 3(110). С. 47–52.

133. Коломієць А. М., Тертична Т. Д. Емоційна культура у професійній діяльності вчителя під час воєнного стану. *Сучасна наука та освіта: стан, проблеми, перспективи* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Полтава, 20-21 березня 2023 р.). Полтава : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2023. С. 75–78.

134. Коломієць Д. І., Івашкевич Є. М., Грицак А. В., Добринський В. С., Хомік О. М. Необхідність вивчення європейського досвіду організації освітнього процесу в умовах воєнного стану та в післявоєнний час. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2022. Т. 1. С. 164–168.

135. Коломієць Д., Івашкевич Є., Тертична Т. Розвиток емоційної культури педагогів під час воєнного стану. *Виклики сучасної освіти, зумовлені екстремальними умовами функціонування* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Берегове, 30–31 березня 2023 р.). Берегове : ЗУІ ім. Ф. Ракоці ІІ, 2023. С. 413–417.

136. Коломієць Л. І., Шульга Г. Б. Особливості стратегій емоційної саморегуляції осіб юнацького віку. *Габітус*. 2020. Вип. 18. Т. 2. С. 66–71. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/18-2020/part%202/14.pdf>

137. Коломієць Л. І., Шульга Г. Б. Практикум із діагностики здібностей особистості : навч.-метод. посіб. Вінниця, 2012. 176 с.

138. 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.

139. Коломієць Т. Д., Тертична Т. Д., Івашкевич Є. М. Емоційна культура майбутнього вчителя в умовах дистанційного навчання. *Стратегії наукового пошуку в соціальній роботі, соціальній педагогіці та соціальній освіті: поліфункціональність ідей [Електронне видання]* : зб. тез доп. І Всеук. наук.-практ. конф. здобувачів вищої освіти та молодих учених (м. Тернопіль, 4-5 травня 2023 р.). Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2023. С. 245–249.

140. Конституція України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80>

141. Концептуальна записка «Модернізація психологічної служби та надання послуг з ПЗПСП в системі освіти». URL: <http://nmcps.sumy.sch.in.ua/Files/downloadcenter.pdf>

142. Концепція освіти «рівний-рівному» щодо здорового способу життя серед молоді України. URL: <https://lektsii.org/3-89737.html>

143. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року. Схвалено розпорядженням КМУ від 14 грудня 2016 р. № 988-р. URL: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpddocid=249613934>

144. Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text>

145. Кордунова Н. О., Дмитріюк Н. С. Емоційна стійкість як важлива складова особистості у період фахової підготовки. *Актуальні проблеми психології*. Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2020. Т. 6. Вип. 17. С. 129–138.

146. Кочарян О. С., Півень М. А. Емоційна зрілість особистості: дослідження феномену. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки*. 2012. Т. 2. Вип. 9. С. 140–144. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2012_2_9_29

147. Кочерга О. В. Психофізіологія чутливості емоційно-сенсорної сфери учнів початкової школи. *Початкова школа*. 2017. № 12. С. 5–8.

148. Кошечко Н. Інноваційні освітні технології навчання та викладання у вищій школі. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогіка*. 2015. Вип. 1. С. 35–38.

149. Кравець Н. М., Гречановська О. В. Ігрові технології навчання як одна з інноваційних форм навчально-виховного процесу ВНЗ. URL: <http://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/17640/2013.pdf?sequence=3>

150. Кравцова І., Кравцова А. Формування емоційної культури у дітей з особливими освітніми потребами. *II Всеукраїнська міждисциплінарна науково-практична конференція «Інклюзивна освіта: ідея, стратегія, результат»*. ТНПУ ім. В. Гнатюка. 2022. С. 107–109.

151. Кравченко Л. В. Психолого-педагогічна основа формування культури безпеки життєдіяльності студентів педагогічного ВНЗ. URL: http://gnpu.edu.ua/files/VIDANNIY/Visnik_19/V19_20_25.pdf

152. Кремень В. Г., Ільїн В. В. Синергетика в освіті: контекст людиноцентризму : монографія. Київ : Педагогічна думка, 2012. 368 с.

153. Кривошей К. Ю., Бужинська С. М., Міхалець І. В. Копінг-стратегії особистості як чинники стресостійкості в людей дорослого віку під час війни. *Габітус: науковий журнал з соціології та психології*. 2023. Вип. 51. С. 153–157.

154. Кузнєцова О. В. Життєстійкість педагога в умовах війни: аналіз парціальних позицій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. Вип. 1. С. 67–72. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.1.13>

155. Кузнєцов М. А. Емоційна пам'ять: монографія. Харків : Крок, 2005. 568 с.

156. Кулик О. До питання розвитку емоційної грамотності здобувачів освіти на уроках української мови. *Теоретична і дидактична філологія*. 2023. Вип. 35. С. 28–39.

157. Курси СЕЕН. URL: <https://101.seelearning.emory.edu/uk/courses-login-required>

158. Курс підвищення кваліфікації для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час та після завершення воєнних дій». URL: <https://hryoutest.in.ua/category-course/programa-pidvishchennya-kvalifikaciji-psihologichnoji-pidtrimki-dlya-osvityan-ta-batkiv>

159. Лазаренко Н. І. Нові вимоги до професіоналізму вчителя в умовах євроінтеграції. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія.* 2018. № 54. С. 100–106.

160. Лазаренко Н. І. Тенденції розвитку та реформування вищої освіти: зарубіжний досвід. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія.* 2018. № 56. С. 197–202.

161. Лазаренко Н., Гуревич Р., Опушко Н., Гордійчук Г., Кобися В. Підготовка майбутніх педагогів до професійної діяльності засобами цифровізації. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: педагогічні науки.* 2022. Т. 30. С. 291–315.

162. Леонтєва І. В. Педагогічний кейс як засіб розвитку критичного мислення майбутніх викладачів. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка.* 2019. № 32. С. 29–38.

163. Лист ІМЗО від 29.03.2023 р. № 21/08-479 «Про Всеукраїнську програму метального здоров'я «Ти як?». URL: <https://drive.google.com/file/d/111ML2SZrPxZQiRXfUPxsOwPQ7SIacqI8/view>

164. Лист ІМЗО від 15.05.2023 № 21/08-793 «Про психологічні хвилинки». URL: https://drive.google.com/file/d/1w-RfIjMthls_ZRhclzOpoAhrfhfIL3rj/view

165. Лист МОН України від 04.04.2022 р. № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій»». URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-persha-psihiologichnadopomoga-algoritm-dij>

166. Лист МОН України від 22.04.2022 р. № 1/4408-22 «Рекомендації щодо проведення бесід із здобувачами фахової передвищої, вищої освіти з питань уникнення враження мінами і вибухонебезпечними предметами та поведінки у надзвичайній ситуації». URL: <http://ztk.org.ua/images/koledz/novyny/lyst%20MON.pdf>

167. Лист МОН України від 26.07.2022 р. № 1/8462-22 «Інструктивно-методичні матеріали щодо порядку підготовки закладу освіти до нового навчального року та опалювального сезону з питань цивільного захисту, охорони праці та безпеки життєдіяльності».

168. Лист МОН України від 02.08.2022 р. № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році». URL: <https://drive.google.com/file/d/1Ik18d0NXeqp-D-pPgaO1zObVBOtNKuLv/view>

169. Лист МОН України від 21.08.2023 р. №1/12492 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2023/2024 навчальному році».

170. Литвин А., Мацейко О. Методологічні засади поняття «педагогічні умови». *Педагогіка і психологія професійної освіти.* 2013. № 4. С. 43–63.

171. Литвин А. Типологія поняття «умови» в науково-педагогічних дослідженнях. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2013. № 5. С. 9–28.

172. Літовка О. П. Педагогічна спрямованість особистості як базова основа розвитку професійної позиції майбутнього вчителя. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* : зб. наук. пр. / ред. Т. І. Сущенко та ін. Запоріжжя : Класич. приват. ун-т, 2014. Вип. 38. С. 216–219.

173. Лобач О. О. Емоційна культура майбутнього вчителя як умова емоційної вихованості дитини. *Збірник наукових праць Полтавського державного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*. Полтава, 2002. Вип. 5/6 (26-27). С. 135–142.

174. Любінський А. М. Сучасний стан та перспективи модернізації системи цивільного захисту України. *Ефективність державного управління*. 2015. Вип. 43. С. 104–109.

175. Любчак Л. В., Демченко О. П., Лазаренко Н. О. Інформаційно-комунікаційні технології у підготовці майбутніх педагогів до роботи з обдарованими дітьми. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2021. Т. 86. № 6. С. 123–143.

176. Лящ О. П. Методичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологічні науки*. Хмельницький, 2019. № 4(12). С.148–164.

177. Лящ О. П. Роль емоційної сфери у структурі професійної ідентичності педагога. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. *Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія*. 2020. Вип. 56. С. 91–97.

178. Майстренко Л. Вплив біологічних факторів на розвиток емоційного інтелекту. *Молодий вчений*. 2017. № 4. С. 25–28.

179. Макаренко А. С. Книга для батьків. Київ : Рад. школа, 1980. 327 с.

180. Максименко С. Д. Механізми розвитку особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 40. С. 7–23.

181. Малишева Н. Р. Надзвичайна ситуація : юридична енциклопедія. Київ : Укр. енциклопедія ім. М.П. Бажана, 2002. 720 с.

182. Манько В. М. Дидактичні умови формування у студентів професійно-пізнавального інтересу до спеціальних дисциплін. *Соціалізація особистості*. Київ : Логос, 2000. Вип. 2. С. 153–161.

183. Марусинець М. Педагогічні умови та засоби формування професійної рефлексії майбутніх учителів початкових класів. *Гірська школа Українських Карпат*. 2015. № 12–13. С. 196–199.

184. Маршицька В. Емоційна грамотність педагога як складова його професійної компетентності. *Вісник Запорізького національного університету: Збірник наукових статей. Педагогічні науки*. 2010. № 1(12). С. 38–41.

185. Маслей В. М. Управління процесами попередження надзвичайних ситуацій та мінімізації їх наслідків : дис. ... док. філ. екон. наук : 073 / Західноукраїнський національний ун-т. Тернопіль, 2021. 232 с.

186. Матеріали Першої конференції «Безпека в сучасних закладах освіти від учня до вчителя». 2018. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/mobilizaciynarobota/2018/10/30/konferentsi-i-bezpeka-v-suchasnikh-zakladakh-osviti-vid-uchnya-dovchitelya.pdf>

187. Матійків І. М. Емоційна компетентність фахівця професій типу «людина–людина»: результати теоретичного дослідження. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2011. № 2. С. 109–121.

188. Мачинська Н. І. Впровадження ігрових технологій навчання у практику підготовки майбутніх магістрів. *Педагогічні науки. Наукові праці*. 2011. Т. 158. Вип. 146. С. 18–22.

189. Мельничук В., Флярковська О., Черниш О., Чуприна О. «Психологічна хвилинка» (вправи для зняття психоемоційного напруження) : метод. посіб. 2022. 86 с.

190. Мешко Г. Формування саногенного мислення майбутніх педагогів як умова збереження і зміцнення їх професійного здоров'я. *Вісник Львівського університету. Серія педагогічна психологія*. 2009. № 25. С. 258–264.

191. Мирошник Р. Г. Рефлексивні процеси і емоційний інтелект в юнацькому віці. *Теорія та практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 143–147.

192. Місюра О. М., Сова В. А., Анопрієнко О. В., Судика О. С., Меркотан А. І., Хайтович М. В. Емоційний стан дітей України, які зазнали впливу воєнних факторів на окупованій території. *Medical science of Ukraine / Медична наука України*. 2022. Вип. 18. № 3. С. 60–65. DOI: <https://doi.org/10.32345/2664-4738.3.2022.09>

193. Могілей І. В. Формування емоційної культури майбутніх учителів музики : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Харк. держ. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Харків, 2000. 18 с.

194. Можливості для реалізації соціально-емоційного навчання в рамках реформи «Нова українська школа» / за заг. ред. Л. Гриневич, С. Калашнікової. Київ: Видавнича група «Шкільний світ», 2021. 312 с.

195. Москвічова Ю. О., Родрігес М. І. Емоційна культура молодших школярів як педагогічна проблема. *«Актуальні проблеми сучасної науки, суспільства та освіти»* : мат. VII Міжнар. наук.-практ. конф. Харків, 2022. С. 929–935.

196. Мулик К. О. Сутність і структура поняття експресивних здібностей. *Наука і освіта*. 2010. № 8. С. 91–95.

197. Наказ МОН України від 21.11.2016 р. № 1400 «Про затвердження Положення про функціональну підсистему навчання дітей дошкільного віку, учнів та студентів діям у надзвичайних ситуаціях (з питань безпеки

життєдіяльності) єдиної державної системи цивільного захисту». URL : <https://ips.ligazakon.net/document/RE29753>

198. Національний класифікатор України «Класифікатор надзвичайних ситуацій» ДК 019:2010. [Електронний ресурс]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/va457609-10#Text>

199. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців / заг. ред. К. Возніцина, Л. Литвиненко. 2-ге вид. Київ, 2023. 164 с.

200. Ничкало Н. Г. Методологічна культура в науковому зростанні педагога-дослідника. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*: зб. наук. пр. Київ; Вінниця : ТОВ «Планер», 2016. Вип. 44. С. 22–29.

201. Нова українська школа : poradnik dla vchytelja / za zag. red. N. M. Bibik. Київ : Літера ЛТД, 2018. 160 с.

202. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи : навч.-метод. посіб. для вчит. поч. школи. Тернопіль : Астон, 2020. 192 с.

203. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища шк., 2003. 126 с.

204. Олійник Ю. О., Романів А. С., Параняк Н. М. Домедична психологічна допомога в умовах війни. *Габітус*. 2022. № 37. С. 174–179.

205. Онопрієнко О. В. Результати вивчення досвіду організації освітнього процесу в початковій школі під час війни (контекст використання навчально-методичної літератури). *Проблеми сучасного підручника: навчально-методичне забезпечення освітнього процесу в умовах воєнного часу* : збірник тез доповідей. Педагогічна думка. 2022. С. 50–56.

206. Оперативний план Міністерства освіти і науки України на 2023 рік. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/rizne/Plany.roboty/2023/10.01.2023/Operativn.plan.MON.2023.pdf>

207. Основи організації сучасної цивільної оборони. URL: www.grobor.narod.ru/p451.htm

208. Павленко В. В. Методи проблемного навчання. Нові технології навчання: наук.-пед. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки України, Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки. Київ, 2014. Вип. 81 (спецвипуск). С. 75–79.

209. Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2005. 212 с.

210. Паламарчук В. Ф., Барановська О. В. Педагогічні технології навчання в умовах нової української школи: вектор розвитку. *Український педагогічний журнал*. 2018. № 3. С. 60–66.

211. Паламарчук О. М., Короцінська Ю. В. Технології розвитку емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*. 2020. Вип. 1(11). С. 267–270.

212. Пальшкова І. О. Особливості формування емоційної культури майбутніх учителів початкової школи. *Наука і освіта. Педагогіка*. 2015. № 9. С. 151–156.

213. Панченко В. В. Соціально-емоційне навчання як сучасна педагогічна парадигма у вищій освіті. *Інноваційна педагогіка*. 2023. Вип. 65. Т. 2. С. 91–94.

214. Пащенко С., Москаленко А., Пащенко К. Технологія «рівний-рівному» як метод соціалізації студентів закладів вищої освіти. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2018. № 1(12). С. 99–107.

215. Педагогічна майстерність: тексти / за заг. ред. І. А. Зязюна. Модуль 1. Ч.1. Полтава, 2001. 224 с.

216. Пехота О. М. Технології педагогічної освіти: мета, зміст, особливості застосування у сучасних умовах. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Педагогічні науки*. 2013. Вип. 140. С. 26–31. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdup_2013_1

217. Пилипенко К. В. Емоційна стійкість освітянина у контексті його професійної діяльності. *Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності* : зб. матер. III Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Тернопіль, 09–10 квіт. 2020 р.). Тернопіль : Тайп, 2020. С. 282–283.

218. Пилипенко К. В. Емоційна стійкість як професійно важлива якість майбутнього педагога. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. № 9. С. 154–159. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v9i0.3723>

219. Плекання ментального здоров'я у сфері освіти: відбулося засідання МКР. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/plekannya-mentalnogo-zdorovya-u-sferi-osviti-vidbulosya-zasidannya-mkr>

220. Подковко Х. В. Інноваційні технології навчання в контексті компетентнісного підходу в освіті. *Медична освіта*. 2016. № 1. С. 41–43.

221. Положення про психологічну службу у системі освіти України. *Офіційний вісник України*. 2018. 17 серп. (№ 63). С. 69.

222. Полковниченко Д. Ю. Класифікація надзвичайних ситуацій: державноуправлінський підхід. *Теорія та практика державного управління*. 2014. Вип. 1(44). С. 1–7.

223. Полянський П. Б. Теоретичні засади державного управління медичним захистом населення від наслідків надзвичайних ситуацій в Україні : дис. ... док. наук з держ. упр. : 25.00.02. Київ, 2013. 626 с.

224. Практичні навички подолання стресу. URL: <https://hromada.academy/courses/praktichni-navichki-podolannya-stresu>

225. Предко В., Бондар М. Психологічні особливості взаємозв'язку життестійкості та поведінкових копінг-стратегій особистості підлітка. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Серія:*

Психологія. 2022. № 2(55). С. 5–13. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.2.1>

226. Предко В. В., Предко Д. Є. Психологічне значення життєстійкості задля розвитку фрустраційної толерантності особистості у складних життєвих ситуаціях. *Особистість у життєвих ситуаціях: світові тенденції й національні особливості (PLSWTNP)* : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 5 листопада. 2021. С. 98–100.

227. Предко В. В., Сомова О. О. Вплив війни на зміну рівня стресу та стратегій збереження життєстійкості українців. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2022. Т. 33(72). № 4. С. 89–98. URL: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/16>

228. Пріоритетні багатосекторні заходи з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні під час та після війни: оперативна дорожня карта. Відкритий документ (5 грудня 2022 року). URL: <http://surl.li/kkzjff>

229. Програма «Діти та війна: навчання технік зцілення». URL: <https://drive.google.com/file/d/16yCTn6CmrDEF9kf6Iwd2oTod3wuvAJpp/view>

230. Проєкт «Емоційна стійкість». URL: <https://ipid.org.ua/emociyna-stiykist>

231. Прокопович Т. Градації вираження емоційної стабільності у студентів творчих спеціальностей. *Освіта регіону.* 2013. № 3. С. 224–228.

232. Психологічна допомога з Дмитром Карпачовим та Оленою Адамовою. URL: <https://www.youtube.com/playlist?list=PL4lmqF0LvYNEJk3uHhO9f7M8O6k7xH4Rb>

233. Психологічна ресурсність особистості : теорія і діагностика. / упор. Л. Коломієць, К. Гук, О. Ласкус. Вінниця, 2021. 136 с.

234. Психологічний супровід та соціально-педагогічна робота. URL: <https://imzo.gov.ua/psychohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/>

235. Психосоціальний супровід особистості в складних життєвих обставинах : колективна монографія / за ред. В. І. Шахова [та ін.]. Вінниця : ТОВ «Твори», 2023. 248 с.

236. Пугач С. С., Візнюк І. М., Долинний С. С., Бреславська Г. Б. Волонтерська діяльність у розвитку професійної компетентності працівників. *Актуальні питання у сучасній науці.* 2023. № 7(13). С. 673–685.

237. Пухно С. В., Щербак Т. І. Емоційна стійкість як складова емоційно-етичної компетентності майбутніх вчителів. *Актуальні питання природничо-математичної освіти.* 2022. Вип. 2(20). С. 136–143.

238. Реальність освітян у воєнних умовах. URL: https://globaloffice.org.ua/wp-content/uploads/2023/11/Realnist_osvityan_u_vijskovih_umovah_.pdf

239. Рекомендації щодо дій у разі загрози виникнення або виникнення надзвичайної ситуації. URL: <https://mon.gov.ua/ua/ministerstvo/diyalnist/civilnij-zahist-tabezpeka->

[zhittyediyalnosti/rekomendaciyi-shodo-dij-u-razi-zagrozi-viniknennya-aboviniknennya-nadzvichajnoyi-situaciyi](#)

240. Ришко Г. М. Психологічна технологія розвитку і підтримки стресостійкості особистості науково-педагогічних працівників вищих навчальних закладів. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Київ : Фенікс, 2014. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 19. С. 86–93.

241. Роман Т. М. Формування емоційно-вольової культури майбутніх учителів початкових класів у процесі психолого-педагогічної підготовки : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка. Полтава, 2016. 288 с.

242. Романюк С. З., Костащук О. І. Педагогічні технології в початковій школі «Початкова освіта» : навч.-метод. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. С. 163.

243. Ромін А. В. Напрями міжнародного співробітництва у сфері державного управління запобіганню і ліквідацією надзвичайних ситуацій. *Вісник Національного університету цивільного захисту України*. 2014. Вип. 2. С. 156–166.

244. Рудницька Н. Ю., Синиця М. О. Педагогічні технології в початковій школі: методичні рекомендації. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2010. 87 с.

245. Рудякевич Т. О. Організація волонтерського руху у вищих навчальних закладах. Діагностичний інструментарій : методичні розробки. Житомир, ЖДУ. 2020. 48 с.

246. Русова С. Вибрані твори. Київ : Освіта, 1996. 304 с.

247. Савелюк Н. М. Переживання стресу в умовах війни: досвід українського студентства. *Психологія: реальність і перспективи*. 2022. № 18. С. 141–152.

248. Савчук Б., Височан Л., Височан З. Формування когнітивної гнучкості як базової компетентності майбутнього педагога: педагогічний експеримент. *Нова Педагогічна Думка*. 2022. Т. 109. № 1. С. 55–60.

249. Сбітнева Л. М. Виховання емоційної культури підлітків засобами вокально-хорової музики : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Луганський держ. педагогічний ін-т ім. Т. Г. Шевченка. Луганськ, 1996. 24 с.

250. СЕЕН-путівник. Соціально-емоційне та етичне навчання: освітня програма для навчання серця й розуму / гол. ред. О. Елькін. Харків : Дім реклами, 2021. 144 с.

251. Скалецький Ю. М., Бірюков Д. С., Мартюшева О. О., Яценко Л. Д. Проблеми впровадження культури безпеки в Україні. К.: НІСД, 2012. 17 с.

252. Скиданович В. Психологічна структура волонтерської діяльності студентів. *Збірник наукових праць. Психологія*. 2018. № 22. С. 62–68.

253. Сковорода Г. Пізнай в собі людину / пер. М. Кашуба; пер. поезії В. Войтович. Львів : Світ, 1995. 528 с.

254. Соціально-емоційне та етичне навчання: навчальна програма для початкової школи / голов. ред. О. Елькін. Харків : Дім реклами, 2021. 339 с.

255. Соціально-емоційне та етичне навчання. EdCampUkraine : веб-сайт. URL: <https://www.edcamp.ua/seelukraine>

256. Спільно до навчання. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/20222023-spilno-do-navchannya>

257. Стас Т. В. Формування емоційної культури майбутніх учителів початкової школи засобами образотворчого мистецтва : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського. Одеса, 2014. 269 с.

258. Стеблюк М. І. Цивільна оборона та цивільний захист: підручник / Київ : Знання, 2010. 111 с.

259. Степаненко Л. В. Характеристика стилів життєстійкості емоційно-функціонального потенціалу особистості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33(72). № 1. С. 24–30.

260. Стрельников В. Ю. Сучасні технології навчання у вищій школі : модульний посібник для слухачів авторських курсів підвищення кваліфікації викладачів МІПК ПУЕТ / В. Ю. Стрельников, І. Г. Брітченко. Полтава : ПУЕТ, 2013. 309 с.

261. Струтинська В. М. Безпека – передусім. *Надзвичайна ситуація*. 2018. № 7(13). С. 1.

262. Сухомлинський В. О. Сто порад учителеві. Київ : Рад. школа, 1988. 304 с.

263. Сущенко Т. І. Науково-практичні проблеми професійної підготовки викладачів вищої школи. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2015. Вип. 44. С. 458–466. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pfto_2015_44_62

264. Терентьева А. Досвід держави Ізраїль щодо управління безпекою цивільного населення в умовах кризових ситуацій. *Науковий вісник: Державне управління*. 2023. № 2(14). С. 310–333. URL: [https://doi.org/10.33269/2618-0065-2023-2\(14\)-310-333](https://doi.org/10.33269/2618-0065-2023-2(14)-310-333)

265. Терентьева А. Механізм адміністрування наслідків надзвичайних ситуацій в Україні у контексті імплементації світового досвіду щодо безповоротних санітарних втрат. *Науковий вісник: Державне управління*. 2021. № 3(9). С. 175–198. URL: [https://doi.org/10.32689/2618-0065-2021-3\(9\)-175-198](https://doi.org/10.32689/2618-0065-2021-3(9)-175-198)

266. Тертична Т. Д. Актуальність виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах воєнного стану в Україні. *Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх професійно-педагогічних фахівців* : матеріали Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. (м. Кривий Ріг, Криворізький державний педагогічний університет, 21 квітня 2023 р.). Кривий Ріг : КДПУ, 2023. С. 189–192.

267. Тертична Т. Д., Бровчак Л. С., Громов Є. В., Бабчук Ю. М. Освіта як засіб покращення емоційного стану внутрішньо переміщених українських дітей в умовах війни. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід,*

проблеми. 2023. № 69. С. 91–99. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2023-69-91-99>

268. Тертична Т. Д. Відповідальність учителя за емоційний стан учнів початкової школи в умовах надзвичайних ситуацій. *Соціальна відповідальність людства в контексті аксіологічних трансформацій* : матеріали Всеук. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 20 вересня 2023 р.). Одеса : ОАНО, 2023. С. 73–75.

269. Тертична Т. Д. Вплив надзвичайних ситуацій на емоційний стан учасників освітнього процесу. *Наукові підсумки 2023 року* : зб. наук. праць XII Наукової конференції (м. Харків, 20 грудня 2023 р.). Харків : Технологічний центр, 2023. С. 74.

270. Тертична Т. Емоційна саморегуляція майбутнього вчителя в умовах надзвичайних ситуацій. *Актуальні проблеми професійної педагогіки та освіти: досвід, новації, перспективи* : зб. матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 25 квітня 2024 р.). Львів : Національний університет «Львівська політехніка», 2024. С. 604–605.

271. Тертична Т. Д., Коломієць А. М., Бровчак Л. С. Волонтерство як форма виховання емоційної культури майбутнього вчителя (практичний досвід). *Духовні витoki Поділля: волонтери в історії краю* : зб. матеріалів XIV Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Хмельницький, 22 березня 2024 р.). Хмельницький : Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія, 2024. С. 88–95.

272. Тертична Т., Коломієць А. Життєстійкість як структурна складова емоційної культури майбутнього вчителя в екстремальних умовах сучасності. *Особистість в екстремальних умовах* : матеріали XI Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Львів, 24 травня 2024 р.). Львів : Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, 2024. С. 53–57.

273. Тертична Т. Д., Коломієць А. М., Литвин А. В. Емоційна культура вчителя: дефінітивний аналіз і феноменологія явища в контексті надзвичайних ситуацій. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2024. № 71. С. 54–67. URL: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2024-71-54-66>

274. Тертична Т. Д. Педагогічні умови й освітні технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій. *Вісник науки та освіти*. 2024. № 7(25). С. 1085–1092. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-7\(25\)-1085-1092](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-7(25)-1085-1092)

275. Тертична Т. Д. Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій : методичний посібник. Вінниця : ТОВ «Фірма «Планер», 2024. 56 с.

276. Тертична Т. Структура емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла*

Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія. 2024. Вип. 78. С. 33–41. URL: <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2024-78-33-41>

277. Тертична Т. Формування резильєнтності майбутнього вчителя в умовах воєнного стану. *Наукова молодь–2023* : матеріали XI Всеукр. наук.-практ. конф. молодих вчених (м. Київ, 21 листопада 2023 р.). / упоряд.: А. Яцишин. К.: ЦП «КОМПРИНТ», 2023. С. 274–278.

278. Тривожна валіза URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/civilniyazahist/2022/03.02/Rekom.vmist.tryv_ozhnoyi.valizy.03.02.pdf

279. Турська О. В. Виховання емоційної культури підлітків засобами предметів мовно-літературного циклу : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Запорізький держ. ун-т. Запоріжжя, 2000. 201 с.

280. Указ Президента України від 24 лютого 2022 року № 64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні». URL: <https://www.president.gov.ua/documents/642022-41397>

281. У разі надзвичайної ситуації або війни. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/civilniy-zahist/2022/03.02/BroshuraU.razi.nadzvychnoyi.sytuatsiyi.abo.03.02.pdf>

282. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання : Вибрані твори. Київ : Рад. школа, 1974. Т. 1. 326 с.

283. Федій О. Ігротерапія як психолого-педагогічна фасілітація. *Інноваційні педагогічні рішення у початковій освіті.* 2021. Вип. 4. С. 5–15.

284. Федій О. Ідеї синергетики у змісті підготовки майбутнього вчителя. *Імідж сучасного педагога.* 2021. № 1(196). С. 52–57.

285. Федій О., Процай Л., Гібалова Н., Починок Є. Навчально-наукова лабораторія інноваційних освітніх рішень у початковій освіті: педагогічні тренди та креативи. *Витоки педагогічної майстерності.* Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленко, 2021. № 28. С. 188–197. URL: <http://sources.pnpu.edu.ua/issue/view/15049/8222>

286. Федорова О. В., Ворник М. М., Рибачук Ю. Л., Бабічева М. Г. Формування здатності до емоційної рефлексії при вивченні іноземної мови в інклюзивному класі ЗЗСО. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми.* 2023. № 68. С. 76–84.

287. Фогель Т. Емоційний інтелект вчителя як запорука ефективності навчального процесу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. Драгоманова. Серія 5 : Педагогічні науки : реалії та перспективи.* 2018. Вип. 60(2). С. 200–202.

288. Хіля А., Колосова О., Блашкова О., Годлевська В. Використання арт-педагогіки в процесі адаптації студента-імігранта до університету. *Суспільство. Інтеграція. Освіта* : матеріали міжнар. наук. конф. 2021. Том 1. С. 259–269. URL: <https://doi.org/10.17770/sie2021vol1.6319>

289. Цільмак О. М. Компетентність фахівців кримінальної міліції в екстремальних ситуаціях. *Актуальні проблеми психології.* Київ. 2009. Т. 7. Вип. 20. Ч. 2. С. 228–232 с.

290. Цюняк О., Довбенко С. Проблема розвитку соціально-емоційного інтелекту майбутніх учителів початкових класів у період війни. *Освітні обрії*. 2022. № 2. С. 94–97.

291. Цюняк О. П. Формування емоційної культури вчителів початкових класів у період війни. *Імідж сучасного педагога*. 2022. № 3(204). С. 48–52.

292. Цюняк О. Формування рефлексивної культури майбутніх учителів початкових класів у закладах вищої освіти. *Освітні обрії*. 2023. № 2. С. 81–84.

293. Чебикін О. Я. Становлення емоційної зрілості особистості : монографія / О. Я. Чебикін, І. Г. Павлова. Одеса : СВД Черкасов, 2009. 230 с.

294. Чебикін О. Емоційний інтелект, його пізнавально-мисленнєві ознаки та функції. *Наука і освіта*. 2020. № 1. С. 19–28.

295. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара. Одеса, 2015. 187 с.

296. Чиханцова О. А., Гуцол К. В. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 128 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/732913/>

297. Чорна М. Т., Заєць В. А. Психологічний захист населення в надзвичайних ситуаціях. *Наукові праці Національного університету харчових технологій*. 2009. № 28. С. 102–104.

298. Чуба О. Є. Шляхи формування в майбутніх учителів емоційної культури. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2012. № 31. С. 500–504.

299. Чумакова А. А. Емоційна культура як педагогічний феномен: підходи, поняття, структура. *Вісник Запорізького національного університету. Сер. Педагогічні науки*. Запоріжжя : ЗНУ, 2019. № 1(31). С. 63–71.

300. Шахов В. І., Кудирко О. І. Педагогічні умови виховання моральної свідомості старших підлітків. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2020. Вип. 61. С. 93–99. URL: <https://vspu.net/nzped/index.php/nzped/issue/view/186>

301. Шахов В. І., Шахов В. В. Психологічні детермінанти агресії як професійно обумовленої деформації особистості педагога. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія*. 2022. Вип. 71. С. 133–137.

302. Шевченко Н. Ф. Розвиток емоційно-вольової саморегуляції студентів в умовах вищого навчального закладу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2010. № 3(5). С. 270–280.

303. Шевчишена О. В. Проблема емоційної стійкості в контексті професійного здоров'я вчителя. *Збірник наукових праць Національної*

академії Державної прикордонної служби України. Сер. : Педагогічні та психологічні науки. 2014. № 4. С. 531–540.

304. Шпак М. Емоційна культура вчителя як чинник гуманізації педагогічної освіти. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Педагогіка.* 2009. № 5. С. 49–52.

305. Шульга Г. Б., Нікуліна В. В., Черненко М. О. Особливості переживання смисложиттєвої кризи в період ранньої дорослості. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія.* 2022. Вип. 68. С. 133–139.

306. Шульга Г. Особливості стратегій емоційної саморегуляції майбутніх учителів в умовах надзвичайних ситуацій. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету ім. М. Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія.* 2023. № 76. С. 93–99.

307. Шульга Т. В. Формування емоційної культури майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти у процесі фахової підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний університет». Слов'янськ, 2021. 285 с.

308. Шульженко Д. І., Шульженко О. Є. Емоційна стабільність як чинник особистісної готовності майбутнього психолога до корекційної роботи з аутичними дітьми. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки).* 2015. Вип. № 5. С. 378–390.

309. Щербань П. Застосування ігрових технологій в освіті: історія і перспективи. *Витоки педагогічної майстерності.* 2014. Вип. 13. С. 286–291.

310. Що таке програма соціально-емоційного та етичного навчання і як вона працює. НУШ: Нова українська школа : веб-сайт. URL: <https://nus.org.ua/articles/shho-take-programa-sotsialno-emotsijnogo-taetychnogo-navchannya-i-yak-vona-pratsyuje/>

311. Ягоднікова В. В. Кейс-метод як форма інтерактивного навчання майбутніх фахівців. URL: http://www.rusnauka.com/1_NIO_2008/Pedagogica/25496.doc.htm

312. Як підготувати дітей до можливих надзвичайних ситуацій. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/civilniyzahist/2022/03.02/My.hotovi.Pro.dit ey.03.02.pdf>

313. Якубовська О. М., Гапійчук, І. М. Основи дидактичної емоційної взаємодії : навч.-метод. посіб. до спецкурсу. Вінниця : Велес, 2001. 107 с.

314. Янкович О. І., Кузьма І. І. Освітні технології у початковій школі. Тернопіль: ТНПУ імені Володимира Гнатюка, 2020. 290 с.

315. Ян Л. Розвиток емоційної чутливості майбутнього вчителя музики у творчому надбанні В. О. Сухомлинського. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки.* 2018. № 3(62). С. 186–189.

316. Ящук І. Сівак Н. Залучення молоді до волонтерської діяльності: методичний посібник. Хмельницький : ХГПА, 2019. 136 с.

317. Ackermann K., Manatschal A. Online volunteering as a mean to overcome unequal participation? The profile of online and off line volunteers compared. *New Media and Society*. 2018. P. 1–20.

318. Aguilar P., Retamal G. Rapid Educational Response in Complex Emergencies: A Discussion Document. Geneva: International Bureau of Education. 1998. Box 199, 1211, 49 p.

319. Ahmad A., Sofi M., Sundelin-Wahlsten V., von Knorring A. Posttraumatic stress disorder in children after the military operation & «Anfal»; in Iraqi Kurdistan. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2000. 9. P. 235–243.

320. Akresh R., Lucchetti L., Thirumurthy H. Wars and child health: Evidence from the Eritrean–Ethiopian conflict. *Journal of Development Economics*. 2012. 99. P. 330–340.

321. Alves R., Lopes, T., Precioso J. Teachers' well-being in times of Covid-19 pandemic: factors that explain professional well-being. *International Journal of Educational Research and Innovation*. 2021. 15. P. 203–217.

322. Amone-P'Olak K., Garnefski N., Kraaij V. Adolescents caught between fires: Cognitive emotion regulation in response to war experiences in Northern Uganda. *Journal of Adolescence*. 2007. 30. P. 655–669.

323. Balakhtar K. S. Peculiarities of the influence of creativity on the subjective well-being of foreign languages teachers of higher education institutions. *SHEI «University of Education Management» NAPS of Ukraine*. 2021. P. 38.

324. Bao W. COVID-19 and online teaching in higher education: A case study of Peking University. *Hum Behav & Emerg Tech*. 2020. № 2. P. 113–115. URL: <https://doi.org/10.1002/hbe2.19>

325. Bar-On R., Parker J. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.

326. Bessaraba O., Melnyk I., Shakhov V., Shakhov V., Mateiko N., O. Rygel. The Role of Positive Thinking in Overcoming Stress by a Person: The Neuroscientific Paradigm BRAIN. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2022. Vol. 13. Issue 3. P. 1–15.

327. Bodulev O. Ju., Dykyi O. M., Mohylnyk A. I. *Emergency and urgent medical care: a textbook*. Vinnytsia: New book, 2017. P. 37

328. Bogdan A., Balázs R., Lupu V., Bogdan V. Treating primary insomnia: A comparative study of self-help methods and progressive muscle relaxation. *J Cogn Behav Psychother*. 2009. Vol. 9(1). P. 67– 82.

329. Bonanno G., Galea S., Bucciareli A., Vlahov D. What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2007. № 75(5). P. 671–682.

330. Bosqui T., Marshoud B. Mechanisms of Change for Interventions Aimed at Improving the Wellbeing, Mental Health and Resilience of Children and Adolescents Affected by War and Armed Conflict. *A Systematic Review of Reviews*. *Conflict and Health*. 2018. 12(1) P. 1–17.

331. Bridgman T., Cummings S., McLaughlin C. Restating the case: How revisiting the development of the case method can help us think differently about the future of the business school. *Academy of Management Learning and Education*. 2016. № 15(4). P. 724–741. URL: <http://dx.doi.org/10.5465/amle.2015.0291>

332. Buck R., Strongman K. Motivation emotion and cognition: A developmental interactionist view. *International review of studies on emotion*. Chichester : Wiley, 1991. V. 1. P. 101–142.

333. Conley, Colleen S. SEL in Higher Education. *Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice*. New York : The Guilford Press, 2015. P. 197–212.

334. Cooley J., Fite P., Hoffman L. Interactive effects of coping strategies and emotion dysregulation on risk for peer victimization. *Journal of applied developmental psychology*. 2022. No 78. P. 56. URL: <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101356>

335. Czerwenka K. Belastungen im Lehrerberuf und ihre Bewältigung. *In: Bildung und Erziehung*. 1996. Vol. 49(3). P. 295–316.

336. Day C. Committed for life? Variations in teachers' work, lives and effectiveness. *Journal of Educational Change*. 2008. 9(3). P. 243–260.

337. Durlak J. A., Domitrovich C. E., Weissberg R. P., Gullotta T. P. Social and Emotional Learning: Past, present, and future. *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. New York : The Guilford Press, 2015. P. 3–19.

338. Education under attack. URL: <https://www.unicef.org/education-under-attack>

339. Fundamentals of SEL. CASEL : web-site. URL: <https://casel.org/fundamentals-of-sel/>

340. Gerhold L. COVID-19: Risk perception and Coping strategies. Results from a survey in Germany. *PsyArXiv*. 2020. 25. P. 38–54.

341. Ghanbari N., Nowroozi S. Iranian EFL teachers' challenges and coping strategies during COVID-19 pandemic: a case study. *Qual. Rep.* 2022. 27. P. 605–625.

342. Gordon S. L. The socialization of children's emotions: Emotional culture, competence, and exposure. *Children's Understanding of Emotion*. Cambridge University Press. Cambridge, 1989. P. 319–349.

343. Goryunova L. V., Shatravkina A. V. Teacher training for higher education in the context of foreign researches. *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*. 2022. № 6(208). P. 102–108.

344. Greeff A., Dutoit C. Resilience in remarried families. *The American Journal of Family Therapy*. 2009. № 37. P. 114–126.

345. Gross J. J., John O. P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85(2). P. 348–362.

346. Hargreaves A. Mixed emotions: teachers' perceptions of their interactions with students. *Teaching and Teacher Education*. 2000. Vol. 16. Is. 8. P. 811–826. URL: [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(00\)00028-7](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(00)00028-7)

347. Heltne U., Dybdahl R., Elkhalfi S., Breidlid A. Psychosocial Support and Emergency Education: An Explorative Study of Perceptions among Adult Stakeholders in Sudan and South Sudan. *Sustainability*. 2020. 12(4). P. 1410.

348. Huang F., Zhao M., Oi J., Zhang R. English teachers' perceptions of emergency remote teaching: Emotional attitudes, professional identity, and coping strategies. *Front. Psychol. Sec. Educational Psychology*. 2023. Vol. 13. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1064963>

349. Huisman S., Singer N., Catapano S. Resiliency to success: supporting novice urban teachers. *Teacher Development: An International Journal of Teachers' Professional Development*. 2010. 14(4). P. 483–499.

350. Ivanchenko O. Z. Experience in the organization of the educational process in the medical university during the war in Ukraine. *Scientific trends and trends in the context of globalization: Proceedings of the 4th International Scientific and Practical Conference*, Umeå, Sweden. 2022. 19. P. 60–66.

351. Jennings P. A., Snowberg K. E., Coccia M. A., Greenberg M. T. Improving classroom learning environments by Cultivating Awareness and Resilience in Education (CARE): results of two pilot studies. *The Journal of Classroom Interaction*. 2011. 46(1). P. 37–48.

352. Jovanović H., Prebeg Z., Stanić I., Vuletić G. Impact of war on growth patterns in school children in Croatia. *Collegium Antropologicum*. 2004. № 27(2). P. 573–579.

353. Kecmanovic M. The Short-run Effects of the Croatian War on Education, Employment, and Earnings. *Journal of Conflict Resolution*. 2012. № 57(6). P. 991–1010.

354. Khatoony S., Nezhadmehr M. EFL teachers' challenges in integration of technology for online classrooms during Coronavirus (COVID-19) pandemic in Iran. *AJELP: Asian Journal of English Language and Pedagogy*. 2020. 8(Special Issue), P. 1-16. URL: <https://doi.org/10.37134/ajelp.vol8.sp.1.2020>

355. Kim L., Oxley L., Asbury K. «My brain feels like a browser with 100 tabs open»: a longitudinal study of teachers' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *Br. J. Educ. Psychol.* 2022. 92. P. 299–318.

356. Klapproth F., Federkeil L., Heinschke F., Jungmann T. Teachers' experiences of stress and their coping strategies during COVID-19 induced distance teaching. *Journal of Pedagogical Research*. 2020. 4. P. 444–452.

357. Kliap M. Innovative teaching methods in higher education institutions as a tool for internationalization of higher education. *Higher education is in Ukraine*, 2015. 15. P. 45–53.

358. Kolomiets A. M., Gromov I. V., Brovchak L. S., Babchuk Y. M., Tertychna T. D. Approbation of Emergency Education Strategies for Internally Displaced Ukrainian Children under the Martial Law Conditions. *The New Educational Review*. 2023. Vol. 72. P. 49–65. URL:

<https://czasopisma.marszalek.com.pl/en/10-15804/tner/1268-tner2023/1294-tner72/11179-tner2023204>

359. Kraft M., Simon N., Lyon M. Sustaining a sense of success: The importance of teacher working conditions during the COVID-19 pandemic. *EdWorkingPaper*. 2020. 20. P. 279.

360. Llapi G., Peterson C. Education Interrupted: Kosovo 1980–1999. Commission for International Adult Education, Proceedings of the Commission for International Adult Education (CIAE) International Conference. 64th, Oklahoma City, Nov 15–17. 2015. № 1. P. 95–105.

361. MacIntyre P., Gregersen T., Mercer S. Language teachers' coping strategies during the COVID-19 conversion to online teaching: correlations with stress, wellbeing and negative emotions. *System*. 2020. 94. P. 102.

362. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr. 4. P. 279–298.

363. Maddi S. R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2002. No 54 (3). P. 173–185. URL: <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>

364. Masten A. S. Resilience in developing systems: The promise of integrated approaches. *Eur. J. Dev. Psychol.* 2016. 13. P. 297–312.

365. Mayer J., Salovey P. The Intelligence of emotional Intelligence. *Intelligence*. 1993. № 17. P. 433–442.

366. Mayer Richard E. Searching for the role of emotions in e-learning. *Learning and Instruction*. 2020. Vol. 70. URL: <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2019.05.010>

367. Mohamad N., Husnin H., Mahmud S., Halim L. Mitigating the COVID-19 pandemic: a snapshot from Malaysia into the coping strategies for pre-service teachers' education. *J. Educ. Teach*. 2020. 46. P. 546–553.

368. Morgan M. Resilience and recurring adverse events: testing an assets-based model of beginning teachers' experiences. *The Irish Journal of Psychology*. 2011. 32(3–4). P. 92–104.

369. Mukhametshin L. M., Karamova K. K., Salekhova L. L., Usmanov S. F. Barriers of teacher formation in the implementation of distance learning technologies in modern education. *Revista on line de Política e Gestão Educacional Araraquara*. 2021. 25(n. esp.1). P. 398–407. URL: <https://doi.org/10.22633/rpge.v25iesp.1.14976>

370. Nicolai S., Triplehorn C. The role of education in protecting children in conflict. Humanitarian Practice Network (HPN). 2003. 32 p.

371. Nylund B. V., Legrand J. C., Holtsberg P. The Role of Art in Psychosocial Care and Protection for Displaced Children. *Forced Migration Review*. 1999. № 6. P.16–19.

372. Ozamiz-Etxebarria N., Idoiaga Mondragon, N., Bueno-Notivol J., Pérez-Moreno M., Santabárbara J. Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic: a rapid systematic review with meta-analysis. *Brain Sci*. 2021. 11. P. 117.

373. Petal M. Standard Operating Procedures and Safety Rules for Students. International Child Rights Resource Center «Save the Children». 2015. URL: https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/355_sops_and_safety_rules.pdf/
374. Pirisi A. Healing the Minds of War Exposed Children. *The Journal of Addiction and Mental Health*. 2001. 4(6). URL: www.camh.net/journalv4no6/healing_minds_children.
375. Pressley T. Factors contributing to teacher burnout during COVID-19. *Educational Researcher*. 2021. 50. P. 325–327. URL: <https://doi.org/10.3102/0013189X211004138>
376. Pressley T., Ha C., Learn E. Teacher stress and anxiety during COVID-19: an empirical study. *Sch. Psychol*. 2021. 36. P. 367–376.
377. Safe Schools Declaration: Global Coalition to Protect Education from Attack. 2015. URL: [http://www.protectingeducation.org/sites/default/files/documents/safe_schools_declaration\\$final.pdf](http://www.protectingeducation.org/sites/default/files/documents/safe_schools_declaration$final.pdf)
378. Saija E., Ioverno S., Baiocco R., Pallini S. Children experiencing sadness: Coping strategies and attachment relationships. *Current Psychology*. 2022. P. 1–10. URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02771-2>
379. Saleem A., Mevawala A. Resilience among Adolescents: A Concept, Construct, Process, Outcomes and Nurses' Role, i-manager's. *Journal on Nursing*. 2019. 9(1). P. 32–38. URL: <https://doi.org/10.26634/jnur.9.1.16078>
380. Shatri B. Albanian education in Kosovo 1990-1999: House-schools-Challenges, achievements, and aspirations. Prishtina, Kosovo: Libri Shkollor-Prishtinë. 2010. 159 p.
381. Sijbrandi M., Horn R., Esliker R., Ager Ar. The Effect of Psychological First Aid Training on Knowledge and Understanding about Psychosocial Support Principles: A Cluster Randomized Controlled Trial. *Int Journal Environ Res Public Health*. 2020. № 17(2). P. 484.
382. Silva F., Proença T., Ferreira M. Volunteers' perspective on online volunteering a qualitative approach International. *Review on Public and Nonprofit Marketing*. Vol. 15. Issue 4. 2018. P. 531–552.
383. Slepski L. A. Emergency preparedness: concept development for nursing practice. *Nursing Clinics of North America*. 2005. Vol. 40, Issue 3, P. 419–430.
384. Soh J., Simmons B., Graham G., Greenhill A., Lintott C., Masters K., Woodcock J. Doing good online: The changing relationship between motivations, activity, and retention among online volunteers. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*. Vol. 47(5). 2018. P. 1031–1056.
385. Soichuk R., Petrenko O., Budz I., Pustovit H., Pavelkiv R. Specifics of National Self-Assertion Upbringing of Students in Extracurricular Activity Against a Background of the Russian Armed Aggression. *The New Educational Review*. 2022. № 68. P. 19–31. URL: <https://doi.org/10.15804/tner.22.68.2.01>
386. Steiner C. Emotional Literacy. *Intelligence with a Heart*. 2003. 192 p. URL: <https://dgek.de/wp-content/uploads/2015/09/Steiner-EmotionalLiteracy.pdf>

387. Stukas A., Snyder M., Clary E. The social marketing of volunteerism. A functional approach. Handbook of consumer psychology Mahwah / in C. Haugtvedt, P. Herr, F. Kardes (Eds.). NJ : Erlbaum, 2008. P. 959–979.

388. Sundeen R., Raskoff S., Garcia M. Differences in perceived barriers to volunteering to formal organizations. Lack of time versus lack of interest. *Nonprofit Management Leadership Nonprofit Management and Leadership*. 2007. № 17(3). P. 279–300.

389. Triplehorn C. Education in Emergencies. Children in Crisis Unit, Save the Children. Field guide, part of the Children and War Capacity Building Initiative. 2001. URL: <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/education-care-protection-children-emergencies-field-guide/>

390. Trust T., Whalen J. Should teachers be trained in emergency remote teaching? Lessons learned from the COVID-19 pandemic. *J. Technol. Teach. Educ.* 2020. 28. P. 189–199.

391. Turnbull D., Chugh R., Luck J. Transitioning to e-learning during the COVID-19 pandemic: How have higher education institutions responded to the challenge? *Education and Information Technologies*. 2021. 26. P. 1–19.

392. Ungar M. Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecol. Soc.* 2018. 23. P. 28.

393. Vecina M., Chacón F., Marzana D., Marta E. Volunteer Engagement and Organizational Commitment in Nonprofit Organizations: What Makes Volunteers Remain within Organizations and Feel Happy? *Journal Of Community Psycholog.* 2013. № 41(3). P. 291–302.

394. Walsh F. Family resilience: A developmental systems framework. *Eur. J. Dev. Psychol.* 2016. 13. P. 313–324.

395. Weiss T., Berger R. Posttraumatic Growth and Culturally Competent Practice. *Lessons Learned from Around the Globe Wiley, Hoboken, NJ*. 2010. P. 73–85.

396. Wenderoth A., Sang B. Situational analysis of education in Kosovo. Prishtina, Kosovo: United Nations Children’s Fund – UNICEF. 2004. 186 p.

397. What is Social Emotional Learning (SEL): Why It Matters. National University : web-site. URL: <https://www.nu.edu/blog/social-emotional-learning-sel-why-itmatters-for-educators/>

398. What Schools Can Do to Protect Education from Attack. Global Coalition to Protect Education from Attack. 2017. URL: http://www.protectingeducation.org/sites/default/files/documents/technical_guide_2017.pdf

ДОДАТКИ

Додаток А

Нормативно-правове забезпечення діяльності психологічної служби в системі освіти України в умовах дії воєнного стану

1. Закон України від 11.04.2023 р. № 3051-IX «Про внесення зміни до статті 51 Закону України «Про повну загальну середню освіту» щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу».

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3051-20#Text>

2. Розпорядження КМУ від 7 квітня 2023 р. № 301-р «Про схвалення Концепції безпеки закладів освіти».

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/301-2023-%D1%80#Text>

3. Наказ МОНУ від 09.09.2022 р. № 805 «Про затвердження Положення про атестацію педагогічних працівників».

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1649-22#Text>

4. Наказ МОНУ від 21.04.2023 р. № 461 «Про затвердження Типової програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти «Психолого-педагогічна підтримка дітей, батьків та педагогів в умовах надзвичайної ситуації».

URL: <file:///C:/Users/204/Downloads/644a7e5a0d71a368825496.pdf>

5. Наказ МОНУ від 02.05.2023 р. № 516 «Про затвердження Типової програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників щодо набуття (вдосконалення) компетентностей із здійснення наставницької діяльності».

URL: <file:///C:/Users/204/Downloads/6459053e2426d464791856.pdf>

6. Наказ МОНУ від 15.05.2023 р. № 560 «Про затвердження Типової програми підвищення кваліфікації практичних психологів закладів освіти «Психолого-педагогічні методи та інструменти роботи з психологічною травмою, обумовленою воєнним станом».

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0560729-23#Text>

7. Лист МОНУ від 21.10.2022 р. № 1/12392-22 «Про атестацію та підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти у період воєнного стану в Україні».

URL: <file:///C:/Users/204/Downloads/635a750c1bf90140644662.pdf>

8. Лист МОНУ від 04.04.2022 р. № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій».

URL: <https://drive.google.com/file/d/16esXuCScmCqB5kXLugnKkM-E6SaKg1u0/view>

9. Лист МОНУ від 15.11.2022 р. № 1/13921-22 «Про проходження профорієнтаційного тестування здобувачів освіти». URL: https://drive.google.com/file/d/1BJ6RgB6g0TEUhg6iXkT-agtqfM_WcRCx/view

10. Безпечне освітнє середовище: нові виміри безпеки (рекомендації розроблені Державною службою якості освіти спільно із експертами

ініціативи «Система забезпечення якості освіти», що впроваджується в рамках проекту «Супровід урядових реформ в Україні» (SURGe), що реалізується компанією Alinea International за кошти Уряду Канади). URL:https://sqe.gov.ua/wpcontent/uploads/2022/08/Bezpechne_osvitnie_seredovy_sche_2022_SQE-SURGe.pdf

11. Лист ДНУ «ІМЗО» від 21.04.2023 р. № 21/08-624 «Щодо надання інформаційно-аналітичних матеріалів проведення моніторингу наркотичної та алкогольної ситуації в Україні».

URL:<https://drive.google.com/file/d/1jg1N7IScPFiQjQFc2xyTPCf1urmHmPZf/view>

12. Лист ДНУ «ІМЗО» від 30.03.2023 р. № 21/08-494 «Про удосконалення роботи фахівців психологічної служби у системі освіти України».

URL:https://drive.google.com/file/d/1TPrqWitf9EYWnLjDKg_7eAQjs8FWPTXj/view

13. Лист ДНУ «ІМЗО» від 24.03.2023 р. № 21/08-425 «Про проєкт «Психосоціальна і емоційна підтримка та поліпшення громадських служб психічного здоров'я».

URL:https://drive.google.com/file/d/1vHP1yOawJx40TkQzWn9B_am1IihLknbk/view

14. Лист ДНУ «ІМЗО» від 02.03.2023 р. № 21/08-300 «Про проведення спецкурсу підвищення кваліфікації».

URL:<https://drive.google.com/file/d/1YEmjevRMwXvdNVOWCOxdYxBdpmzfM8x7/view>

15. Лист ДНУ «ІМЗО» від 15.06.2023 р. № 21/08-1042 «Про курси підвищення кваліфікації педагогічних працівників».

URL:<https://drive.google.com/file/d/14k58m9uLZ4FVjtSKP7VGGyg6-oNK3LZD/view>

Додаток Б

Алгоритм допомоги постраждалим в умовах війни



Додаток В

Способи педагогічного спілкування, що сприяють/перешкоджають створенню безпечного освітнього середовища

Сприяють	Перешкоджають
Увага до актуального емоційного стану дитини, який стоїть за складною/ризикованою поведінкою.	Використання «екстрених» способів і прийомів вгамувати поведінку дитини без розуміння й уваги до її емоційного стану.
Позитивне ставлення до дитини, прийняття складної поведінки чи труднощів у навчальній діяльності як нормальної реакції на складні ситуації чи обставини розвитку.	Негативне оцінювання, фіксація та наголошення на «проблемах» і «недоліках» поведінки чи навчальної успішності.
Заохочення, наснаження, надання можливості вибору чи самостійного прийняття рішення (з урахуванням критерію безпеки).	Контроль, примус і тиск.
Порівняння стану чи досягнень дитини сьогодні з її ж станами чи успіхами вчора, наголошення на позитивних моментах такого порівняння.	Порівняння дитини з іншими, успішнішими в навчанні й поведінці дітьми, підкреслення негативних моментів такого порівняння.
Особистий емоційний діалог з дитиною про її почуття та мотиви, розуміння емоційних механізмів проблемної поведінки.	Емоційний вплив на дитину через звинувачення, присоромлення, залякування (особливо в присутності інших дітей).
Позиція ціннісного ставлення до дитини як до рівної собі людини.	Владна позиція завжди правого, невразливого «судді» за правом віку та професійної компетенції.

Додаток Г

Ознаки, на які необхідно звернути увагу педагогу, спостерігаючи за дітьми під час навчального процесу та в позаурочний час в умовах НС

Прояви травматичного стресу в дітей та підлітків

Зазвичай дитина реагує на стрес доволі гостро, через що виникають емоційні та поведінкові проблеми. Ознаками того, що вона переживає стресовий стан, є такі розлади:

- фізичні – порушення сну (від безсоння до постійної сонливості), порушення апетиту (від відмови від їжі до постійного відчуття голоду), постійні скарги на головний біль, біль у ділянці серця, нудота; періодичні травми, надмірна незграбність, нервові тики (сіпання повік, часте ковтання, смикання, куйовдження волосся тощо), поява шкідливих звичок, нетримання сечі, нечітка дикція або заїкання, швидка втомлюваність;

- емоційні – надмірна стурбованість своїм здоров'ям, невмотивовані спалахи гніву, подразливість, небажання спілкуватися з друзями (замкненість, відчуженість від оточення), схильність до перфекціонізму (педантизм, максималізм під час виконання домашніх обов'язків, навчальних завдань, доручень, потреба в постійному схваленні), зниження самооцінки;

- когнітивні – байдужість, відсутність інтересу до усього, труднощі з концентрацією уваги (нездатність зосереджуватися на конкретному предметі), зниження рівня успішності навчальної діяльності;

- поведінкові – повернення до поведінкових форм більш раннього віку, жорстоке поводження з тваринами та/або людьми, крадіжки, утечі з дому, вандалізм, постійна і безпричинна брехня, уживання психоактивних речовин, значне підвищення рухової активності, метушливість або, навпаки, – завмирання у часі та просторі.

Деструктивні прояви в поведінці дітей

Травмовані учні можуть проявляти в класі дратівливість і агресивну поведінку. Вчителям буває особливо важко з такими дітьми. Однак така поведінка є нормальною посттравматичною стресовою реакцією. Вона може бути також реакцією на специфічні нагадування про втрату. Наприклад, учень, який втратив близького друга, може проявляти занепокоєння, коли інші учні говорять про особисті стосунки.

Деякі діти молодшого віку бувають агресивнішими в іграх. Важливо пам'ятати, що багато з них пережили травму, що набагато переважає за своїм рівнем їхню здатність зрозуміти і впоратися з пережитим. Діти можуть почати відтворювати агресію у своїй творчості. Часто це засмучує дорослих. Втім це нормальна реакція для дітей, які тим самим повідомляють про свою поінформованість про події навколо них. Якщо гра не є по-справжньому агресивною, варто спокійно ставитися до таких проявів. Поговоріть з дітьми про їхню творчість, про ті емоції, які ви побачили.

Один зі способів контролювати агресивну, деструктивну поведінку – усвідомлювати її причини. Водночас, ви можете спробувати допомогти своїм

учням зрозуміти, чому вони проявляють агресію в певній ситуації. Можна запропонувати такому учневі зустрітися після уроків, щоб наодинці поговорити про те, що його турбує і викликає злість. Поясніть дитині, що з ним відбувається, і розкажіть про способи контролю за своєю поведінкою.

Якщо ж агресивна поведінка не зникає, такому учневі може знадобитися спеціалізована допомога.

Депресивні настрої в поведінці дитини

Депресія проявляється у постійному пригніченому або дратівливому настрої, втраті апетиту, труднощах з концентрацією уваги, легкій стомлюваності, втраті інтересу до таких звичних видів діяльності, як навчання, спорт, хобі, спілкування з друзями. Депресія може стати причиною неуспішності дитини у школі, викликати соціальну ізоляцію. Учні середніх і старших класів можуть вживати алкоголь і психоактивні препарати, демонструвати під час уроків та перерв неконтрольовану емоційну поведінку.

Учень, який знаходиться у депресивному настрої, може відчувати власну непотрібність або провину, відчувати безнадійність і нездатність щось змінити. Іноді в нього з'являються думки про суїцид. Якщо ви помічаєте за окремими натяками і зауваженнями, роздумами, розмовами, що підліток думає про самогубство, потрібно поставитися до цього вкрай серйозно. Тому дуже важливо встановити з дитиною довірливі стосунки, аби вона могла поділитися своїми можливими думками про суїцид. Таким учням може знадобитися спеціалізована допомога.

Діти, які проявляють регресивну поведінку

Діти можуть бути більш неспокійними, перебуваючи окремо від батьків, членів сім'ї чи вчителів. Вони можуть бути менш незалежними в тому, що роблять, можуть «прилипати» до когось та іноді відчувати труднощі у відвідуванні школи. Навіть підлітки можуть проявляти таку, здавалося б, невластиву для свого віку поведінку. Батьки можуть посилювати цю реакцію, оскільки іноді надмірно прив'язані до своїх дітей після перенесеної травми. Один зі способів впоратися з регресивною поведінкою – запропонувати підлітку скласти план дій, щоб він таким чином міг сам керувати процесом свого повернення до нормального стану. При цьому слід зрозуміти, що такий план повинен бути гнучким і допускати час від часу затримки, зриви і регрес. Утримуйтеся від насмішок або суворої критики такої поведінки. Якщо ж регресивна поведінка не проходить або ви не бачите поліпшення, зверніться за спеціалізованою допомогою.

Надмірно замкнені або тихі діти

Такі діти не є проблемою у класі, проте вони можуть страждати від стресового або депресивного стану. Важливо помічати таких дітей і допомагати їм так само, як і агресивним. Їм може знадобитися допомога в тому, щоб вернутися до колишньої поведінки в класі та з друзями. Їм теж потрібні розрада й підбадьорення. Якщо таких учнів ігнорувати, вони стануть більш ізольованими, неуспішними у навчанні та втрачатимуть навички нормального соціального життя. Ви можете запропонувати їм зустрітися

після уроків, аби обговорити те, що їх турбує. Необхідно звернутися до фахівця психологічної служби, якщо дитина відмовляється йти на контакт з учителем і брати участь у соціальному житті школи і класу.

Гіперактивні діти

Гіперактивні діти відрізняються відсутністю наполегливості у діяльності, що вимагає розумової зосередженості. Вони постійно відволікаються з однієї справи на іншу без доведення їх до кінця. Одночасно з цим відзначається неорганізована, нерегульована і надмірна активність, яку їм важко контролювати і стримувати, наприклад, під час уроку, на ігровому майданчику чи у шкільній їдальні.

Гіперактивні діти часто проявляють імпульсивність: вони діють без належних роздумів, здійснюють необачні, а іноді небезпечні вчинки, на уроках відповідають без дозволу, перебивають дорослих і дітей та не чекають своєї черги в іграх. Вони можуть опинитися в ізоляції, тому що інші діти їх не люблять. Їхні взаємовідносини з дорослими теж часто соціально розбалансовані, без звичайної передбачливості й стриманості.

Гіперактивність у підлітковому віці може проявлятися у неувважності, імпульсивності та внутрішньому відчутті неспокою, що може вплинути на рівень навчальних досягнень дитини.

Якщо педагог відзначає ознаки гіперактивності дитини у навчальній діяльності та соціальній сфері, необхідно звернутися до спеціаліста психологічної служби.

Додаток Д

Протокол надання першої психологічної допомоги в гострих стресових ситуаціях (О. Гершанов)

1. Увага! Працюйте лише в стабільному емоційному стані.
2. Вкрай важливо!!! Про емоції не говоримо, нам потрібно «увімкнути» інші частини мозку.
3. Не говоримо наступні фрази: «Заспокойтеся. Все буде добре. Все минеться. Життя наладиться» тощо. Подібні слова замість надії додадуть людині, якій ви допомагаєте, відчуття самотності. Вона вам не повірить і відчує, що ви її не розумієте, навіть якщо на словах погодиться з вами.
4. Нам потрібно самим сповільнити темп, щоб уповільнити реакції людини, якій надаємо допомогу. Говоримо в повільнішому темпі, ніж зазвичай (набагато повільнішому). Чому? Для людини, якій ми надаємо допомогу, зовнішній світ зруйнувався, більше немає нічого стабільного. Тому ми повинні бути реальними і дати відчуття опори, впевненості та стабільності.
5. Говорити чіткими короткими фразами. Можна навіть підвищити голос. «Подивися на мене. Ти бачиш мене?» З цього можна почати. Людина досліджує ефект тонального зору. Потрібно розширити цю тональність.
6. Встановлюємо контакт і даємо перше відчуття того, що є ще щось крім пережитого жаху. Спочатку представляємося: «Я Іванна, арттерапевт». Не кажіть, що ви психолог/психологиня.
- Фах психолога, психіатра, психотерапевта краще не озвучувати – людина може додатково хвилюватися, що з нею щось не так.
7. Запитайте ім'я людини: «Як вас звати?».
8. Далі – куди ти йшов, що ти робив, що ти збирався робити, коли (завила сирена, почалися обстріли – назвіть ситуацію, про яку раніше вам розповідала людина). Гострий стрес може розірвати безперервність життя. Ці запитання з'єднують ситуації в одну ціль, повернуть відчуття безперервності життя.
9. Повторюйте за людиною відповідь – чітко та ясно. Додайте якісь слова від себе, якщо знаєте ситуацію. Без емоцій та подробиць. Ми озвучуємо порядок до того, як відбулася ситуація, потім саму ситуацію і те, що відбулося після неї.
10. Ще потрібно включити мислення, повернути відчуття контролю та особистої значущості. Цей етап потребує вашої творчості. Можна, наприклад, попросити порахувати присутніх людей, поміряти комусь тиск (якщо є можливість), подивитися номери будинків довкола. Приклад формулювання: «Допоможіть мені, мені дуже потрібно дізнатися, які номери найближчих будинків – того і того, у мене поганий зір».
11. Нормалізація. Говоримо: «Всі твої реакції, які ти відчуваєш (перерахувати те, що ви бачите, наприклад, сльози, розгубленість, тривога,

спустошення, загальмованість, агресія тощо), – це нормальні реакції на ненормальну ситуацію».

12. Пошук ресурсів. Мета – ми завершуємо розмову з людиною на ресурсі. Важливо, щоб людина згадала свої приклади, варіанти впоратися зі стресовою ситуацією. Будь-які можливості давати собі раду – комп'ютерні ігри, прогулянки з собакою, пробіжка, споживання їжі – всі варіанти, крім алкоголю та наркотиків, можливі. Не наше завдання зараз оцінювати способи впоратися зі стресом. Найкращий спосіб пережити шоківі стресові ситуації – це відновити контроль (за допомогою дій) і зв'язки з іншими людьми.

13. Ситуація – людина в ступорі. Якщо людина залякла та не реагує – подайте голос (скажіть що-небудь впевнено та гучно), застосуйте візуальні подразники (помахайте рукою перед очима). Можна пробувати давати до рук щось контрастне (якщо поряд є швидка допомога, можна в них взяти лід і дати в руки). Не потрібно бити по щоках.

Додаток Е

Завдання педагогічних працівників в роботі з дітьми, які пережили травмуючу подію

1. Турботливе відновлення довірливих стосунків

Діти, які зазнали травми, не здатні довіряти, тому що травмуюча подія підриває їхню довіру до світу та людей. У них розвиваються захисні механізми, які допомагають не відчувати біль, страх та інші сильні почуття, що в будь-якому випадку призводить до прагнення дитини «закритися» і менше спілкуватися та підтримувати стосунки. Але такою є їхня стратегія «виживання». Відновити довірливі стосунки в таких випадках може бути непросто, але поступово, без тиску та поспіху педагог може допомогти дитині відчувати, що вона може комусь довіряти. Важливі інструменти формування та відновлення довірливих стосунків – підтримуюче педагогічне спілкування, спостереження, виявлення потреб дитини та повага до них, прийняття та розуміння емоційних станів дитини, які виявляються в поведінці, відновлювальна комунікація.

2. Допомога в подоланні дисфункційних установок і переконань

Переживання дитиною важких подій і негативний емоційний досвід спонукають появу так званих «непродуктивних» (дисфункційних) думок і переконань, які можуть бути дуже стійкими та навіть нав'язливими (наприклад, «Жити дуже страшно», «Все погано», «Завжди може трапитись щось погане», «Нікому не можна довіряти», «Ніде немає захисту» тощо). Подолати непродуктивні переконання можна, якщо допомогти дитині поділитися цими думками та поступово сформувані позитивніші установки та її віру в них, зокрема про можливість отримати захист і підтримку, набуті довіру та безпеку тощо. Важливим є власний приклад дорослого – як він говорить, формулює висловлювання, поводить себе в складних ситуаціях, яким є його ставлення до подій, здатність говорити з дитиною як про емоції дитини, так і про власні емоції, як підтримує та створює умови для позитивної безпечної діяльності дитини, наскільки уважний до успіхів дитини, вірить у її можливості, формує ситуації успіху тощо.

3. Допомога в інтегруванні важких для проживання подій до особистого досвіду

Після травмуючих подій дитина має болючі спогади, від яких намагається захиститися через уникання (не думати, не згадувати, витіснювати болісні асоціації). Дуже часто саме це пропонують дитині й дорослі, навмисно переключаючи її на щось оптимістичне та позитивне та виставляючи вербальні або невербальні «заборони» згадувати чи говорити про ці спогади («Скільки ти ще будеш скиглити», «Роби вже щось корисніше» тощо). Такі засоби можуть допомогти лише на короткий час, а заборони матимуть ще травматичніші наслідки. Для дитини важливо, щоб дорослий прийняв її разом з цими важкими спогадами, оскільки забути та зробити вигляд, що «цього не було», – неможливе

для дитини завдання. Якщо дорослий, педагог здатен сприймати важкий досвід дитини як такий, що є і його можна подолати, то він полегшить їй можливість у певний момент розповісти про це. Якщо у відповідь дитина почує конструктивний емоційний відгук дорослого на свою розповідь (слова розуміння, співпереживання, підтримки), то поступово вона відчуватиме полегшення через те, що про важкі спогади можна думати, згадувати, говорити, з ними, зрештою, можна жити і, отже, важкі події можна залишити в минулому, перетворивши спогади про них на досвід, або на «історію, яка трапилася зі мною».

4. Допомога знайти сенс життя на теперішній момент

Багато дітей, які зазнали впливу травмуючих подій, особливо, якщо вони переживають втрату (близької людини, своєї домівки чи значущих контактів з друзями), можуть розчаруватися та розгубитися, не знаходячи сенсу та радості для себе в новій життєвій ситуації. Це може виявлятися в тому, що дитина часто порівнює нове місце проживання зі своїм рідним («Вдома було краще», «Тут у мене немає таких друзів, як там», «Вдома в мене була власна кімната», «Там, у нашому дворі, ми добре гуляли разом, тут цього немає» тощо). В таких ситуаціях дуже важливо, не знецінюючи переживання дитиною суму чи горя, допомогти їй помітити щось цікаве та позитивне в теперішній ситуації, підказати щось таке, заради чого варто жити далі.

Попри те, що різні дорослі (батьки, педагогічні працівники, інші) можуть мати різні емоційні реакції у відповідь на важкі події, найважливіше, зокрема й для педагогів, у взаємодії з дітьми залишатися щирими. Діти дуже добре помічають, як їхні батьки, вчителі, інші значимі для них дорослі долають важкий досвід. Тому цілком нормально виражати свої справжні емоції, наприклад, сум. Учням важливо розуміти, що процесу відновлення можуть потребувати як діти, так і дорослі.

5. Прийняття дитини

Однією з найважливіших складових у ставленні дорослих, зокрема і педагогів, до дитини є прийняття (безумовне прийняття). У загально-психологічному розумінні прийняття – це світоглядна позиція, обраний людиною спосіб мислення та сприйняття світу, який виявляється у безумовно-ціннісному ставленні до життя, до себе та інших. Прийняття формується в процесі становлення життєвого досвіду та ґрунтується на свідомій повазі до розмаїття навколишнього світу.

Прийняття іншої дорослої людини (дитини) означає:

- готовність бути поруч із нею під час її переживань, не втручаючись у її внутрішній світ;
- віру в її сили та здібності;
- надання їй свободи вирішувати за себе, готовність поважати її рішення;
- дозвіл для неї бути такою, як вона є («Я не заперечуватиму тебе»);
- увагу до її думок та почуттів і готовність почути, якщо вони будуть озвучені;

- здатність до підтримки попри розуміння й усвідомлення, що ваші цінності й системи поглядів можуть не збігатися;
- здатність ділитися власними цінностями та поглядами, щоб бути зрозумілим іншою людиною;
- готовність до відкритості та набуття нового досвіду.

Дитині необхідне «прийняття». Водночас важливе завдання дорослого – створити (сприяти створенню) безпечний простір для прояву ідентичності дитини, навчити її (зокрема й власним прикладом) відрізняти ризики небезпеки для життя та здоров'я, робити вибір та ухвалювати рішення з урахуванням критерію безпеки для себе та інших, виявляти рівне ставлення до різних дітей.

На практиці це означає, що дорослі:

- прагнуть відновити (створити) таке середовище для дитини, де про «погані» речі можна говорити відкрито і де є захист від будь-яких проявів насильства;
- зменшують (мінімізують) негативні (руйнівні) установки, спричинені травмою (почуття провини, сорому, відрази до себе тощо);
- приймають дитину з її складними проявами (емоційними, поведінковими), даючи їй можливість зміцнити віру в себе, в свої можливості, досягти успіху та стану благополуччя в нових умовах.

6. Адаптація до навчання в нових умовах, мінімізація труднощів у навчанні дитини, яка пережила травмуючі події

Травмуючі події відбиваються на учнях, вчителях і на процесі навчання загалом. Це виявляється в тому, що у дітей, які зазнали травмуючих подій, виникають труднощі з концентрацією, увагою та поведінкою. Деякі учні можуть бути занадто тихими та замкненими в собі, інші – надмірно активними. У багатьох із них виникають труднощі з успішністю.

Процес адаптації до навчального процесу в нових умовах у кожної дитини відбуватиметься по-різному – залежно від рівня травматичного досвіду та його наслідків. Важливою є роль кожного вчителя, вихователя, який працює з дитиною (дітьми) в цей період, зокрема їхня здатність бачити, розуміти та конструктивно ставитися до емоційних та поведінкових проявів дітей, що виникають внаслідок переживання ними стресових/травмуючих ситуацій.

Полегшити процес адаптації до нових умов навчання також може внесення певних допустимих змін до навчального процесу. Наприклад, на певний час варто планувати коротші та менш інтенсивні уроки, зменшити обсяг домашнього завдання, змінити вимоги до перевірки рівня знань дитини, проводити більше заходів, спрямованих на нормалізацію життя закладу освіти та учнів, залучати дитину до активностей, що дозволяють їй виявити свої сильні сторони, шукати можливості для проведення з дитиною та дитячими колективами необхідних додаткових занять (наприклад, корекційної роботи, профілактичних занять, психологічних тренінгів тощо). Це допоможе посилити здатність дітей долати фактори, що нагадують про травмуючу подію.

Важливою є також співпраця з батьками.

Додаток Є

Алгоритм емоційного діалогу вчителя з учнем у стресовій ситуації За матеріалами посібника «Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни»

Застосування запропонованих нижче інструментів комунікації з дитиною у стресових ситуаціях є можливим лише за умови, коли вчитель/-ка знаходиться у стані емоційної рівноваги та стабільності. Принципово важливим є дотримання принципу: «Не нашкодь!». У випадку, коли вчителі відчують, що дитина потребує допомоги, але у них бракує ресурсів для її надання, необхідно залучити кваліфікованого фахівця у галузі психічного здоров'я.

Емоційний діалог – це особливий вид взаємодії дорослої людини з дитиною, під час якої



Обидва співрозмовники є рівноправними партнерами діалогу.

- Емпатія
- Емоційний інтелект
- Повноцінні взаємодія та взаємовплив
- Вільне висловлення/виявлення емоцій
- Ненасильницьке спілкування

Золоте правило емоційного діалогу:

«Говорити так, щоб тебе слухали, слухати так, щоб з тобою говорили»

Алгоритм емоційного діалогу

1. Створювати середовище безпеки та довіри, щоб до діалогу спонукав не примус, а потреба дитини.
2. Під час розмови застосовувати стратегії **активного та емпатичного слухання**:
 - підтримувати зоровий контакт;
 - реагувати на сказане жестами, мімікою, киванням головою;
 - за потреби використовувати заохочувальні фрази: «так», «ага», «зрозуміло» тощо;
 - називати емоції дитини, відокремлюючи почуття і реакції/дії;
 - реагувати на паузи як на природну потребу дитини у часі й тиші, щоб зібратися з думками, підібрати слова.
3. Вибудовувати взаємодію на основі спостереження та аналізу власних почуттів та реакцій, викликаних розмовою.
4. Спонукати дитину до вираження сильних емоцій чи задоволення бажань/потреб через гру, за допомогою уяви чи фантазії.

Додаток Ж

Психологічні хвилинки, розроблені фахівцями психологічної служби в системі освіти України

Донецька область

Шамардіна Анна Володимирівна

https://drive.google.com/file/d/1RqV_fWgMDtJpHvXs4crQD_NR0ez_tYRP/view?usp=sharing

Матушенко Олена Анатоліївна

<https://youtu.be/hVTqEEVUZaw> <https://youtu.be/hVTqEEVUZaw>

<https://youtu.be/NHBEUdOaHg8> <https://youtu.be/hguSKqCOJOM>

https://youtu.be/Ox_vERq7Gu4 <https://youtu.be/nvT2vyWfa6I>

Унгурян Лариса Георгіївна

https://www.youtube.com/watch?v=dC0_Q-oaUuY

Твердохліб Людмила

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=ktKeIPQmXRA&feature=youtu.be>

Київ

Доманська Оксана Олександрівна

https://www.youtube.com/watch?v=jbZiqpLI_B8 <https://youtu.be/G8SdLwKW1JA>

Алексеенко Марина Віталіївна

<https://www.youtube.com/watch?v=tQrNeTGYPkQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=BzF3w0bwqj8>

Гольцева Інна Михайлівна

<https://www.youtube.com/watch?v=4NjGc1QYur8>

<https://www.youtube.com/watch?v=Z3IHzbW4eQ4>

Скобленко Наталія Ігорівна, Янчук Марія Василівна

<https://www.youtube.com/watch?v=idL1fkIhSxU>

<https://www.youtube.com/watch?v=lWnDhWNJw0M>

Кіровоградська область

Гриджук Надія Олександрівна <https://www.youtube.com/watch?v=cSeKzUtp14>

<https://www.youtube.com/watch?v=LqERsYGCpnw>

<https://www.youtube.com/watch?v=hSmEmL6W010>

<https://www.youtube.com/watch?v=cRGZTT2ZwYc>

<https://www.youtube.com/watch?v=PKZcnCe001A>

<https://www.youtube.com/watch?v=EuPTMOo8wd0>

<https://www.youtube.com/watch?v=t07QmzRwn8Y>

Федорова Вікторія Федорівна

<https://drive.google.com/file/d/1sfJIzLSomSkoNV1aFim5R5Dn-OITcOp/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/116M23UyPOHnQnmdwFOEDTna8Tk-OaGGR/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/17j0d9gxb9QhWnoCAQo1MbghVXYT31K1i/view?usp=sharing>

Ланчуковська Ліна Анатоліївна

<https://www.youtube.com/watch?v=cIrQWwajEKs>

Ларіонова Олена Миколаївна

<https://www.youtube.com/watch?v=-zeYLQZvD0I>

Брайко Оксана Василівна

https://www.youtube.com/watch?v=afHKj_U72ck

Лизун Світлана Михайлівна

https://drive.google.com/file/d/1iB7rHR_gwGnFp0qc87gbD7PnpT4WmzMr/view

Суржко Ольга Миколаївна

<https://www.youtube.com/watch?v=kiKA8B3JDS4>

Хмельницька область

Шеремета Тетяна Петрівна

<https://youtu.be/AYpaRocfHGk><https://youtu.be/V4DkcwnAoXk><https://youtu.be/g5w0WoXt2PU> <https://youtu.be/bC5qQk-znp8>https://youtu.be/L_19ZOcm1N0 <https://youtu.be/MYIfofIC0ho>

Воксар Оксана Андріївна

<https://www.youtube.com/watch?v=HgavoJOdMWI>**Сумська область**

Акіменко Марина Анатоліївна

<https://youtu.be/Xe5k5Qt1mg> <https://youtu.be/WbIio9nA94I>

Юсиченко Анна Вікторівна

<https://youtu.be/LT1NhLBLv64><https://youtu.be/gyTw0dQNSyI><https://youtu.be/uwqhuJNs0iw>**Черкаська область**

Недопас Ольга Михайлівна

<https://youtu.be/QGYDudnmoqA>

Туркот Оксана Петрівна

<https://youtu.be/QGYDudnmoqA>

Константинова Леся Миколаївна

<https://www.youtube.com/watch?v=PMnQHBsoxCM> <https://youtu.be/WAP8eTJ8eFU>

Дула Ольга Анатоліївна

<https://www.youtube.com/watch?v=qK9zTDOAJY0>

Толочна Оксана Іванівна

<https://www.youtube.com/watch?v=XgyEyno6toA>

Урожай Оксана Олександрівна

<https://youtu.be/XOaN3ybDxdI>

Ковальська Тетяна Миколаївна

<https://youtu.be/61P3zRncyGE>Частина 2. <https://youtu.be/a7HkrcSq518>Частина 3. <https://youtu.be/2-m44m1joYk>**Чернівецька область**

Гузик Сніжана Михайлівна

<https://www.youtube.com/watch?v=Ypv9WEz3tZg&t=3s>https://www.youtube.com/watch?v=IfWIH_7Y_is&t=10s<https://www.youtube.com/watch?v=Ou1bPsyWAcg&t=194s><https://www.youtube.com/watch?v=TsHNYtN45nI&t=2s><https://www.youtube.com/watch?v=-2qwM9jmkGU&t=1s><https://www.youtube.com/watch?v=JnWb4FCAYDc&t=11s><https://youtu.be/U2VBTUKVcLo>

Колотило Наталія Танасіївна

https://www.youtube.com/watch?v=1Y8I2DqMmeA&ab_channel=NataliaKolotyloКушнірюк Світлана Василівна <https://youtu.be/wHbj3LLmiRo><https://youtu.be/178c8e68JcQ> <https://youtu.be/2yY7YgOvDPU><https://fb.watch/bL1JF7xNkC/>

Гальчук Крістіна Володимирівна

<https://youtu.be/2kvZogkb-fs> <https://youtube.com/shorts/0FdG19WQFDk?feature=share><https://youtube.com/shorts/qpxelscUJCg?feature=share> <https://youtu.be/AesyWTq7JtM><https://youtu.be/a24EngtE8M8> <https://youtu.be/CrHrwwkwrTg>

Гедз Наталія Іванівна

<https://youtube.com/shorts/FqTbKgeqBxE?feature=share><https://youtube.com/shorts/Ha7Gm9W-56I?feature=share>

Додаток 3

Хвилинні практики СЕЕН для щоденного використання

У процесі розвитку стійких умінь СЕЕН в учнівства важливо робити невеликі перерви – особливо в періоди підвищеної зайнятості та у несподіваних стресових ситуаціях. Пропонуємо кілька вправ, які можна неодноразово виконувати протягом дня і які займуть не більше хвилини. На початку рекомендуємо ставити таймер на одну хвилину, бо спершу вам може здаватися, що шістдесят секунд спливають дуже повільно або дуже швидко!

Навіть хвилинна перерва на одну з цих вправ може допомогти відновити енергію і повернутися у зону стійкості (або утриматися в ній). Якщо маєте час, можете виконувати ці вправи довше, ніж хвилину, або робити кілька різних хвилинних вправ за одну перерву.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА ЗАЗЕМЛЕННЯ

Змініть положення тіла або торкніться до предмету, від якого ви почуваетесь більш заземленими. Зверніть увагу на те, що ви відчуваєте всередині. Якщо помітили приємне або нейтральне відчуття у певній частині тіла, зосередьтеся на ній або відчутті ще на секунд десять-п'ятнадцять.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА РЕСУРСНОСТІ

Уявіть собі внутрішній, зовнішній або уявний ресурс, із яким ви почуваетесь краще, безпечніше або благополучніше. Візуалізуйте його детально, а якщо можливо – то й конкретними самовідчуттями, протягом 20-30 секунд. Зверніть увагу на те, що ви відчуваєте всередині. Якщо помітили приємне або нейтральне відчуття у певній частині тіла, зосередьтеся на ній або відчутті ще на секунд десять-п'ятнадцять.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА НА ВДУМЛИВЕ ДИХАННЯ

Щоб заспокоїти тіло і підготуватися, проведіть заземлення на 10-20 секунд. Сядьте якомога зручніше і зверніть увагу на те, як і на чому тримається ваше тіло. Дозвольте розуму спокійно спостерігати за тим, як ви розслаблено вдихаєте і видихаєте повітря. Якщо хочеться, можете казати про себе «Я вдихаю», коли вдихаєте, і «Я видихаю», коли видихаєте. Повторіть протягом 3-5 вдихів і видихів. Якщо відволічетесь, просто поверніться до думок про дихання. Наприкінці зверніть увагу на те, що ви відчуваєте всередині.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА НА СТЕЖЕННЯ ЗА МИСЛЕННЯМ

Виділіть 10-20 секунд і проведіть заземлення або ресурсність. Тепер просто розслабте розум і спостерігайте за думками, які виникають. Звертайте увагу на думки, відчуття та емоції, як вони приходять і минають, не зосереджуючись на них. Якщо затримались на думці або емоції, просто поверніться до стеження.

Через 40 секунд закінчіть вправу і зверніть увагу на свої відчуття.

(ДВО)ХВИЛИННА ПРАКТИКА НА ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ

За можливості почніть із повноцінної хвилини заземлення чи ресурсності, особливо якщо відчуваєте, що вийшли із зони стійкості.

Протягом 10-20 секунд подумайте про свої потреби у конфліктній ситуації. Спробуйте зрозуміти, чи присутні в ній глибші, універсальні потреби, наприклад, у повазі, безпеці, довірі, дружбі тощо.

Тепер протягом 10-20 секунд спробуйте визначити, які універсальні потреби може мати інша людина у цій конфліктній ситуації. Обміркуйте, що може допомогти їй задовольнити ці потреби і що може допомогти вам задовольнити ваші. Насамкінець згадайте про спільність із людством, яка об'єднує вас та інші сторони конфлікту: у всіх вас є потреби і почуття, що виникають із цих потреб.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА СПІВПЕРЕЖИВАННЯ СОБИ

Займіть найзручнішу для вас позу та протягом 10-20 секунд виконуйте практику заземлення або ресурсності.

Тепер витратьте кілька секунд на усвідомлення свого природного прагнення до благополуччя і небажання переживати стреси і негаразди. Пам'ятайте, що у всіх бувають важкі часи, але все завжди змінюється.

Подумайте, чи не занадто сильно ви тиснете на себе через нереалістичні сподівання, яких ви би не мали щодо хорошого друга або подруги. Яку гарну і мудру пораду ви би дали їм, якби вони були у вашій ситуації?

Завершіть практику: подумайте про себе щось позитивне, пошліть собі позитивну емоцію або думку, яка вам зараз найбільше потрібна. Якщо хочете, можете візуалізувати щось, що відображає вашу сильну сторону, стійкість чи впевненість (наприклад, кулю світла, яка починається від серця і заповнює все ваше тіло). Зверніть увагу на внутрішні відчуття.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА СПІВПЕРЕЖИВАННЯ

Займіть найзручнішу для вас позу. Згадайте людину, якій ви хотіли би послати любов і співпереживання (якщо це допоможе, уявіть, як вона сидить або стоїть перед вами). Нагадайте собі, що перед вами – така сама людина, як і ви. Вона хоче бути щасливою і не бажає собі стресів чи зайвих труднощів.

Подумайте над тим, які складнощі вона переживає зараз, пережила в минулому або переживе в майбутньому. А тепер подумки відправте цій людині свою любов і співпереживання – так, як ви це найкраще вмієте. Якщо хочете, можете уявити собі певний образ – наприклад, промінь світла, що виходить із вашого серця і поступово заповнює тіло цієї людини благополуччям. Можете також уявити, як ви кажете цій людині: «Бажаю тобі щастя і звільнення від усіх страждань». Зверніть увагу на внутрішні відчуття.

ХВИЛИННА ПРАКТИКА ВДЯЧНОСТІ

Щоб заспокоїти тіло і підготуватися, відведіть 10-20 секунд для виконання вправи на заземлення. Займіть найзручнішу позу. Згадайте ситуацію доброти, коли хтось допоміг вам. Це могло статися сьогодні, минулого тижня або дуже давно. Це могло бути щось значне або щось дрібне. Витратьте 10-20 секунд або більше на те, щоб подумати про цю мить або уявити її. Потім зверніть увагу на те, що ви відчуваєте у своєму тілі. Якщо у вас є час, подумайте про інші добрі речі, які вам зробили нещодавно або в минулому.

Додаток И

Онлайн-ресурси, спрямовані на психоемоційну підтримку учасників освітнього процесу

Джерело: лист Міністерства освіти і науки України від 10.08.2022 р. №1/9105-22 «Щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 н. р.»

Психологічна підтримка учасників освітнього процесу під час війни:

Курс підвищення кваліфікації для освітян «Перша психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час і після завершення воєнних дій» <https://hryoutest.in.ua/courses/programapidvishchennya-kvalifikaciji-psihiologichnoji-pidtrimki-dlya-osvityan-tabatkiv>

Освітяни зможуть надавати якісну першу психологічну допомогу <https://mon.gov.ua/ua/news/osvityani-zmozhut-nadavati-yakisnu-pershupsihiologichnu-dopomogu>

Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-pershupsihiologichna-dopomoga-algoritm-dij>

Для підтримки дітей, особливо з ООП створено телеграм канал «Підтримай дитину» <https://t.me/pidtrumaidutuny>, а для підтримки дорослих «Подбай про себе» <https://t.me/PodbayProSebe>.

Інформаційна підтримка:

Підтримка дітей: поради для вчителів <https://mon.gov.ua/ua/news/pidtrimka-ditej-poradi-dlya-vchiteliv>

Канал «Підтримай дитину» <https://mon.gov.ua/ua/news/kanal-pidtrimaj-ditinu-obyednav-ponad-12-tisbatkiv-i-vchiteliv>

Психологи і педагоги дбають про психічне здоров'я дітей та дорослих <https://mon.gov.ua/ua/news/psihiologi-i-pedagogi-dbayut-pro-psihiichnezdorovya-ditej-ta-doroslih>

Як пережити горе та втрату – поради психологів <https://mon.gov.ua/ua/news/yak-perezhati-gore-ta-vtratu-poradi-psihiologiv>

«Підтримай дитину»: захисники і захисниці України читають казки та вірші <https://mon.gov.ua/ua/news/pidtrimaj-ditinu-zahisniki-i-zahisniciukrayini-chitayut-kazki-ta-virshi>

Контроль емоційного стану під час війни – пояснення психологів <https://mon.gov.ua/ua/news/kontrol-emocijnogo-stanu-pid-chas-vijnipoyasnennya-psihiologiv>

Як контролювати емоційний стан під час воєнного стану? – поради психологів <https://mon.gov.ua/ua/news/yak-kontrolyuvati-emocijniy-stanpid-chas-voyennogo-stanu-poradi-psihiologiv>

Поради команди «Підтримай дитину»: як допомогти дітям з ООП опанувати нову навичку <https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-komandipidtrimaj-ditinu-yak-dopomogti-dityam-z-oop-opanuvati-novu-navichku>

Ефективні поради від емоційного вигорання під час війни
<https://mon.gov.ua/ua/news/efektivni-poradi-vid-emocijnogo-vigorannyapid-chas-vijni>

Посттравматичний стресовий розлад в умовах війни: роз'яснення психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/posttravmatichnij-stresovij-rozladv-umovah-vijni-rozjasnennya-psihologiv>

Симптоми посттравматичного стресового розладу в умовах війни
<https://mon.gov.ua/ua/news/simptomi-posttravmatichnogo-stresovogorozladu-v-umovah-vijni>

Діагностика ПТСР в умовах війни: поради психологів
<https://mon.gov.ua/ua/news/diagnostika-ptsr-v-umovah-vijni-poradipsihologiv>

Посттравматичний стресовий розлад в умовах воєнних дій: методи лікування
<https://mon.gov.ua/ua/news/posttravmatichnij-stresovij-rozladvumovah-voyennih-dij-metodi-likuvannya>

Поради психологів проекту «Підтримай дитину» для освітян та батьків, які займаються з дітьми із ООП
<https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-psihologiv-proyektu-pidtrimaj-ditinudlya-osvityan-ta-batkiv-yaki-zajmayutsya-z-ditmi-iz-ooop>

Як говорити з учнями на складні теми? Поради для педагогів від психологів проекту «Підтримай дитину»
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-govoriti-z-uchnyami-na-skladni-temiporadi-dlya-pedagogiv-vid-psihologiv-proyektu-pidtrimaj-ditinu>

Психологи проекту «Підтримай дитину» пояснюють, чому дітям часом важко спілкуватися
<https://mon.gov.ua/ua/news/psihologiproyektu-pidtrimaj-ditinu-poyasnyuyut-chomu-dityam-chasom-vazhkospilkuvatisya>

Як підтримати дитину, яка переживає посттравматичний стрес: поради для батьків
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-pidtrimati-ditinyaka-perezhivaye-posttravmatichnij-stres-poradi-dlya-batkiv>

Як виникає та впливає злість на стан людини під час війни?
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-vinikaye-ta-vplivaye-zlist-na-stan-lyudinipid-chas-vijni>

Чек-лист на канікули: 8 кроків для організації ранкового простору дитини
<https://mon.gov.ua/ua/news/chek-list-na-kanikuli-8-kroktiv-dlyaorganizaciyi-rankovogo-prostoru-ditini>

Підтримай дитину: типові реакції дитини 12-18 років під час травматичних подій
<https://mon.gov.ua/ua/news/pidtrimaj-ditinu-tipovireakciyi-ditini-12-18-rokiv-pid-chas-travmatichnih-podij>

Розроблено анімаційний ролик «Як говорити з дитиною про війну. 7 порад від психологів»
<https://mon.gov.ua/ua/news/yak-govoriti-z-ditinoyu-pro-vijnu-7-porad-vid-psihologiv-u-mezhah-proyektu-pidtrimajditinu>

Серія вебінарів:

Для фахівців інклюзивно-ресурсних центрів «Психологічна травма: основні відомості та першочергові кроки»
<https://mon.gov.ua/ua/news/osnovni-vidomosti-ta-pershochergovi-krokipid-chas-psihologichnih-travm-vidbuvsya-seminar-dlya-fahivciv-irc>

Вебінар-практикум для освітян «Техніки роботи зі стресом та тривогою для дорослих та дітей» <https://mon.gov.ua/ua/news/11-travnya-vebinarpraktikum-dlya-osvityan-tehniki-roboti-zi-stresom-ta-trivogoyu-dlyadoroslih-ta-ditej>

Для поліцейських підрозділів ювенальної превенції Національної поліції України та державних службовців МВС «Психологічна травма в дітей шкільного віку: причини, ознаки, наслідки»
<https://www.facebook.com/UAMON/videos/549314236943351/>

Матеріали ЮНІСЕФ:

Поради від експертів ЮНІСЕФ: «Як підтримати дітей у стресових ситуаціях» <https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-ekspertiv-yunisef-yakpidtrimati-ditej-u-stresovih-situacijah>

Стартує набір на групи психологічної підтримки вчителів у межах проекту «Поруч» <https://mon.gov.ua/ua/news/startuye-nabir-na-grupipsihologichnoyi-pidtrimki-vchiteliv-u-mezhah-proyektu-poruch>

Поради експертів ЮНІСЕФ: як говорити з дітьми про смерть близької людини <https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-ekspertiv-yunisef-yak-govoritiz-ditmi-pro-smert-blizkoyi-lyudini>

Як доглядати за дитиною під час війни і вимушеного переміщення: поради від експертів ЮНІСЕФ <https://mon.gov.ua/ua/news/yakdoglyadati-za-ditinoju-pid-chas-vijni-i-vimushenogo-peremishennyaporadi-vid-ekspertiv-yunisef>

ЮНІСЕФ запускає індивідуальні психологічні консультації для дітей і батьків <https://mon.gov.ua/ua/news/yunisef-zapuskaye-individualnipsihologichni-konsultaciyi-dlya-ditej-i-batki>

Матеріали #stop_сехтинг:

Актуальні матеріали щодо психологічної підтримки та захисту дітей від сексуального насильства в інтернеті
<https://mon.gov.ua/ua/news/aktualni-materiali-shodo-psihologichnoyidtrimki-ta-zahistu-ditej-vid-seksualnogo-nasilstva-v-interneti>

Інші матеріали:

Поради з надання першої психологічної допомоги людям, які пережили кризову подію <https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-z-nadannyapershoyi-psihologichnoyi-dopomogi-lyudyam-yaki-perezchili-krizovupodiyu>

Поради від експертів ЮНІСЕФ: «Правила підтримки дитини під час евакуації» <https://mon.gov.ua/ua/news/poradi-vid-ekspertiv-yunisefpravila-pidtrimki-ditini-pid-chas-evakuaciyi>

Для українських учителів створять інтерактивні групи психологічної підтримки <https://mon.gov.ua/ua/news/dlya-ukrayinskih-uchiteliv-stvoryatinteraktivni-grupi-psihologichnoyi-pidtrimki>

Презентація буклета з управління тривогою
<https://mon.gov.ua/ua/news/25-travnya-prezentaciya-bukleta-z-upravlinnyatrivogoyu>

Презентація посібника для освітян про адаптацію до умов воєнного часу <https://mon.gov.ua/ua/news/4-lipnya-prezentaciyauposibnika-dlya-osvityan-pro-adaptaciyu-do-umov-voyennogo-chasu>

Додаток Й











Покликання на посібники з надання доказових інтервенцій

Джерело: упорядковано автором

Посібник	Назва та короткий зміст	Покликання
	<p>«Керівництва та інструменти у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, а також удосконалення систем охорони психічного здоров'я та послуг від Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) та Міжвідомчого постійного комітету ООН (МПК)»</p> <p>Посібник з публікаціями ВООЗ та Міжвідомчого постійного комітету.</p>	
	<p>«Базові навички турботи про себе та інших»</p> <p>У стресовій ситуації ми нібито втрачаємо звичні радари та опори, можемо звинувачувати себе та знецінювати свої здобутки. Цей довідник пропонує техніки з допомоги іншим і собі насамперед, бо за будь-яких обставин кисневу маску спершу надягаємо на себе. Довідник базується на матеріалах ВООЗ та є адаптованим посібником «Базові психосоціальні навички. Довідник для осіб, залучених до реагування на COVID-19».</p>	
	<p>«Мінімальний пакет послуг з ПЗПС»</p> <p>Ініціювання або посилення проведення психологічних інтервенцій. Відповідні рекомендації, стандарти та інструменти. МПП із ПЗПСП окреслює набір заходів із розрахунком витрат, які відносяться до найбільш пріоритетних з огляду на задоволення невідкладних нагальних потреб груп населення, які постраждали внаслідок надзвичайної ситуації, ґрунтуючись на існуючих рекомендаціях, наявній доказовій базі та консенсусі експертів.</p>	
	<p>«Важливі навички в періоді стресу: ілюстроване керівництво»</p> <p>Ця книга, складена з п'яти розділів, представляє читачам інноваційні ідеї та практичні техніки для управління стресом і підвищення психологічного добробуту. Кожен розділ містить конкретну концепцію та методикку, які легко засвоюються, і вимагає всього кількох хвилин на день для впровадження в рутину.</p>	
	<p>«Твоя сила»</p> <p>Книжка-практикум для занять на розуміння емоцій з дітьми. Вона містить 22 практичних завдань. Можна працювати як в самій книжці, так і вирізати запропоновані шаблони й працювати з ними окремо.</p>	

	<p>«Ментальне здоров'я дітей під час війни: поради батькам та опікунам»</p> <p>Допоможе краще зрозуміти те, через що зараз проходять українські діти та як їм допомогти. У ній розміщено набір корисних вправ і технік.</p>	
	<p>«Вдих-видих. Картки для дихальних практик стабілізації»</p> <p>За допомогою них можна заспокоїти дитину, взяти під контроль тривогу та прояви стресу або ними можна просто розпочати чи завершити урок. Картки підходять для дітей від 3 років, для підлітків і дорослих.</p>	
	<p>«Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях»</p> <p>Цей посібник призначений тим, хто має можливість надавати допомогу людям, які пережили стресову ситуацію. У посібнику описана процедура надання людям підтримки з повагою до їхньої гідності, культури та можливостей. Посібник також надає інформацію про те, як починати діяти в новій ситуації безпечно для себе та інших і не завдавати своїми діями шкоди.</p>	
	<p>«Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти»</p> <p>Навчально-методичну розробку присвячено висвітленню сутності та показників профілактики насильства в освітньому середовищі, методів його дослідження та умов створення безпечного освітнього простору. Програма складається з теоретичного матеріалу та практичної складової.</p>	
	<p>«Протидія булінгу в закладах освіти: системний підхід»</p> <p>Як організувати системну роботу з протидії насильства та булінгу в закладі освіти? Як діагностувати наявність булінгу в освітньому середовищі? Який алгоритм дій у разі його виявлення? Які практичні інструменти має знати кожен на випадок, якщо стає учасником булінгу під час освітнього процесу? Які практичні інструменти створення безпечного середовища в закладі освіти? Відповіді на ці та інші питання можна буде знайти в цьому посібнику.</p>	

	<p>«Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту»</p> <p>Видання містить аналіз становища сімей з дітьми в Україні в умовах військового конфлікту; опис міжнародного та вітчизняного досвіду соціально-педагогічної та психологічної роботи в такій ситуації; теоретичні та методичні матеріали з надання психологічної допомоги постраждалим унаслідок масових зіткнень і бойових дій, вимушеним переселенцям, особливо дітям.</p>	
	<p>«Психологічна хвилинка» (вправи для зняття психоемоційного напруження)</p> <p>Методичний посібник призначений для застосування в роботі педагогічних працівників закладів дошкільної, загальної середньої, позашкільної, професійної (професійно-технічної), передвищої освіти.</p>	
	<p>«Книга виживання. Протимінна безпека для дітей від 6 до 17 років»</p> <p>Посібник розроблено з метою привернення уваги дітей до понять основ безпечного середовища свого життя. Зважаючи на те, що культура застосування заходів безпеки закладається з дитинства, тому основний напрям діяльності проєкту, на який необхідно звернути увагу, це охоплення просвітництвом дітей.</p>	
	<p>«Коли світ на межі змін: стратегії адаптації. Психологічна підтримка вчителів та дітей у часи війни»</p> <p>Посібник розроблено експертною групою освітян та психологів як зручний і доступний ресурс для допомоги вчителям в опануванні інструментами психологічної підтримки та адаптації до нових умов у воєнний час.</p>	
	<p>«Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс»</p> <p>У навчально-методичному посібнику представлено основні підходи й стратегії роботи соціальних працівників та інших фахівців в умовах надзвичайних ситуацій. Особливу увагу зосереджено на резилієнс, розглянуто основні принципи психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, а також різні форми інтервенцій залежно від впливу надзвичайних ситуацій на людину, родину і громаду.</p>	

	<p>«Супергерої безпеки. Як підготувати дітей до можливих надзвичайних ситуацій»</p> <p>Рекомендації психолога Світлани Ройз.</p>	
	<p>«Діти та війна: навчання технік зцілення. Робочий зошит»</p> <p>Цей збірник вправ пропонує методи роботи під час проведення п'яти структурованих занять із дітьми, які постраждали внаслідок війни/стихійного лиха.</p>	
	<p>«Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати?»</p> <p>Довідник присвячений різним аспектам роботи з травмою та її наслідками. Видання стане простим практичним інструментом у вирішенні складних питань на практиці.</p>	
	<p>«Шлях до зцілення: основи роботи з наслідками травматичних подій»</p> <p>У посібнику з'ясовано сутність стресу, травматичного стресу та їх впливу на людину, висвітлено протоколи самопомогти та протоколи надання першої психологічної допомоги. Розглянуто основні реакції, симптоми впливу травматичних подій на людину та основні види допомоги в залежності від надзвичайної події.</p>	
	<p>«Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу»</p> <p>Посібник розкриває теоретичні та практичні засади психосоціальної підтримки освітян для отримання ними терапевтичного захисту. У ньому узагальнюється сутність критичних і кризових ситуацій, їхньої типології, характерних особливостей кризових станів і специфіки їхнього переживання особистістю.</p>	

Додаток К

Наказ МОН України від 18.11.2019 р. №1431 «Про проведення експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАКАЗ

18 11 20 19 р.

м. Київ

№ 1431

Про проведення експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років

Відповідно до пунктів 7 і 8 Розділу I, пунктів 5,7–11 Розділу II Положення про порядок здійснення інноваційної освітньої діяльності, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 07 листопада 2000 року № 522, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 26 грудня 2000 року за № 946/5167 (у редакції наказу Міністерства освіти і науки України від 11 липня 2017 року № 994), урахувуючи листи Управління освіти, науки та молоді Волинської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 3015/07/2-19, Департаменту освіти і науки Дніпропетровської обласної державної адміністрації від 15.10.2019 № 6005/0/211-19, Департаменту освіти і науки Донецької обласної державної адміністрації від 04.09.2019 № 2213/0/161-19/01-23, Управління освіти і науки Житомирської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 1867-2/3-19, Департаменту освіти і науки Закарпатської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 01-17/3288, Департаменту освіти і науки Запорізької обласної державної адміністрації від 10.10.2019 № 3587/03.2-16, Департаменту освіти, науки та молодіжної політики Івано-Франківської обласної державної адміністрації від 26.09.2019 № 1132/01-11/04, Департаменту освіти і науки Київської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 12-01-08/3289, Департаменту освіти і науки виконавчого органу Київської міської ради (Київської міської державної адміністрації) від 26.09.2019 № 063-7791, Управління освіти, науки, молоді та спорту Кіровоградської обласної державної адміністрації від 23.10.2019

№ 35-09/3323/0.35, Департаменту освіти і науки Луганської обласної державної адміністрації від 27.09.2019 № 01/01/04-3981, Департаменту освіти і науки Львівської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 07-10/1725, Департаменту освіти і науки Миколаївської обласної державної адміністрації від 30.09.2019 № 4262/02/01-01.12, Департаменту освіти і науки Одеської обласної державної адміністрації від 26.09.2019 № 2601/02/52-02-03, Департаменту освіти і науки Полтавської обласної державної адміністрації від 27.09.2019 № 03.02-12/2346, Департаменту освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації від 24.09.2019 № 04.1-10/4441, Управління освіти і науки Тернопільської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 02-15/2768-04.13, Департаменту науки і освіти Харківської обласної державної адміністрації від 24.09.2019 № 01-28/4377, Департаменту освіти, науки та молоді Херсонської обласної державної адміністрації від 26.09.2019 № 5550-02-13/0/19/323.05, Департаменту освіти і науки Черкаської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 02/11-03/1480/04-12, Управління освіти і науки Чернівецької обласної державної адміністрації від 12.11.2019 № 01-13/2963, Управління освіти і науки Чернігівської обласної державної адміністрації від 25.09.2019 № 05-09/3059, на підставі висновків комісії з питань інноваційної діяльності та дослідно-експериментальної роботи з проблем виховання, розвитку дітей та учнівської молоді у загальноосвітніх навчальних закладах Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України (протокол від 01 жовтня 2019 року № 53) та з метою перетворення інноваційних технологій у ключовий інструмент системного аналізу та прийняття рішень в освітній управлінській діяльності й практичної реалізації Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, схваленої розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 р. № 988-р,

НАКАЗУЮ:

1. Розпочати проведення експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років.

2. Затвердити як такі, що додаються:

1) заявку на проведення експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років (далі – Заявка);

2) програму проведення експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років.

3. Науковим керівникам експерименту всеукраїнського рівня за темою «Організаційно-педагогічні умови формування в учнів м'яких навичок шляхом соціально-емоційного та етичного навчання» на базі закладів загальної середньої освіти України на листопад 2019 – грудень 2024 років (далі – Експеримент) надавати комісії з питань інноваційної діяльності та дослідно-експериментальної роботи з проблем виховання, розвитку дітей та учнівської молоді у загальноосвітніх навчальних закладах Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України (далі – Комісії) звіти про виконання кожного етапу проведення Експерименту, а звіт про його завершення подати до Міністерства освіти і науки України.

4. Комісії здійснювати експертизу виконання програми кожного етапу проведення Експерименту, а після закінчення проведення Експерименту підготувати і подати до Міністерства освіти і науки України висновки про результати проведення Експерименту.

5. Державній науковій установі «Інститут модернізації змісту освіти» надавати організаційну та науково-методичну допомогу педагогічним колективам закладів загальної середньої освіти, які є учасниками Експерименту і зазначені у Заявці до цього наказу.

6. Управлінню освіти, науки та молоді Волинської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Дніпропетровської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Донецької обласної державної адміністрації, Управлінню освіти і науки Житомирської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Закарпатської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Запорізької обласної державної адміністрації, Департаменту освіти, науки та молодіжної політики Івано-Франківської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Київської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки виконавчого органу Київської міської ради (Київської міської державної адміністрації), Управлінню освіти, науки, молоді та спорту Кіровоградської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Луганської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Львівської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Миколаївської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Одеської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Полтавської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації, Управлінню освіти і науки Тернопільської обласної державної адміністрації, Департаменту науки і освіти Харківської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти, науки та молоді Херсонської обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Черкаської

обласної державної адміністрації, Департаменту освіти і науки Чернівецької обласної державної адміністрації, Управлінню освіти і науки Чернігівської обласної державної адміністрації сприяти педагогічним колективам закладів загальної середньої освіти, які є учасниками Експерименту і зазначені у Заявці до цього наказу, у забезпеченні необхідних умов для організації та проведення Експерименту.

7. Контроль за виконанням цього наказу покласти на заступника Міністра Мандзій Л. С.

Міністр



Ганна НОВОСАД

Додаток Л

«Стійкі вміння» СЕЕН

Компонент: Увага й самоусвідомленість	
<ol style="list-style-type: none"> 1 Дослухатися до свого тіла і відчуттів Помічати й описувати відчуття в тілі, та розуміти, як вони пов'язані зі стресом і благополуччям. 2 Дослухатися до емоцій Дослухатися до своїх емоцій, визначати їхній тип та інтенсивність мірою виникнення. 3 Схематизувати зв'язки Розділяти емоції на категорії залежно від переживань та наявних емоційних моделей. 	
Компонент: Співпереживання собі	
<ol style="list-style-type: none"> 1 Розуміти емоції в контексті Розуміти, як виникають емоції в контексті покладених в основу потреб, уявлень та ситуацій. 2 Приймати себе Приймати себе та свої емоції через розуміння контексту та не судити себе. 	
Компонент: Саморегуляція	
<ol style="list-style-type: none"> 1 Зрівноважувати своє тіло Знаходити баланс для свого тіла та нервової системи з метою поліпшення благополуччя, особливо в стані стресу. 2 Контролювати свій розум та імпульси Скеровувати та підтримувати увагу на вибраних предметах, завданнях або враженнях, не відволікатися. 3 Управляти емоціями Конструктивно реагувати на імпульси й емоції, виховувати в собі поведінку та ставлення, які сприяють благополуччю в тривалій перспективі. 	
Компонент: Міжособистісна усвідомленість	
<ol style="list-style-type: none"> 1 Зважати на соціальну реальність Визнавати, що людина є істотою соціальною; зважати на присутність інших та їхні ролі в нашому житті. 2 Зважати на реальність, у якій перебуваємо спільно з іншими Цінувати базові спільні людські цінності: наприклад, бажання бути щасливими й уникати труднощів, переживання емоцій та різних тілесних станів, та іншого універсального досвіду. 3 Цінувати культурне розмаїття й відмінності між людьми Цінувати, що нашій спільній реальності притаманні культурне розмаїття та унікальність й інакшість окремих особистостей та груп; навчитися поважати наші відмінності та їхні переваги для глобальної громади. 	

Компонент: Співпереживання іншим

- 1 **Розуміти почуття та емоції інших людей у контексті**
Розуміти почуття та реакції інших людей у контексті ситуацій, у яких вони стаються; розуміти, що інші люди, як і ми самі, мають почуття, спричинені їхніми потребами.
- 2 **Цінувати та виховувати в собі доброту й співпереживання**
Цінувати переваги доброти й співпереживання й свідомо виховувати їх у собі як моральні установки.
- 3 **Цінувати й виховувати в собі інші етичні установки**
Цінувати та виховувати в собі етичні установки та про-соціальні емоції, такі як прощення, терпіння, задоволеність, щедрість та смиренність.



Компонент: Навички побудови взаємин

- 1 **Слухати емпатично**
Слухати уважно, щоб ще краще зрозуміти інших та їхні потреби.
- 2 **Спілкуватися вміло**
Проявляти в спілкуванні співпереживання, аби підтримати себе та інших.
- 3 **Допомагати іншим**
Пропонувати допомогу іншим відповідно до їхніх потреб та своїх можливостей.
- 4 **Трансформувати конфлікти**
Конструктивно реагувати на конфлікти: сприяти порозумінню, примиренню та встановленню мирних взаємин.



Компонент: Поцінювання взаємозалежності

- 1 **Розуміти взаємозалежні системи**
Усвідомити взаємозалежну природу нашого світу та освоїти методи системного мислення.
- 2 **Розуміти співіснування людей у контексті систем**
Усвідомити, що всі особистості співіснують у контексті систем; зрозуміти, як вони впливають на нього, а він – на них.



Компонент: Визнання спільності з людством

- 1 **Цінувати фундаментальну рівність усіх людей**
Зрозуміти, що фундаментальна рівність та спільність із людством стосується не лише найближчого кола спілкування, а всього світу.
- 2 **Цінувати вплив систем на благополуччя**
Збагнути, як системи сприяють (або підривають) благополуччя на культурному та структурному рівнях – наприклад, через промоцію позитивних цінностей або ж увічнення нерівності й проблемних переконань.



Компонент: Залученість до локальної й світової спільнот

- 1 **Вивчити свої можливості запроваджувати позитивні зміни в локальній та світовій спільнотах**
Розпізнати свій потенціал особисто або колективно впливати на позитивні зміни, виходячи з власних здібностей і можливостей.
- 2 **Залучатися до локальних та глобальних рішень**
Вивчати й обдумувати креативні та колективні рішення проблем, які впливають на місцеву громаду або все людство.



Додаток М

Урок соціально-емоційного та етичного навчання для учнів початкової школи на тему: «Групи емоцій»

Мета уроку – допомогти учням створити словник лексики, що позначає емоції, шляхом поділу емоцій на групи за подібністю.

Діти дізнаються, що різні групи емоцій пов'язані з різними ситуаціями, породжують у нас різні відчуття й провокують нас на різні типи поведінки.

Навчальні результати:

Учні:

- розширяють свої словникові запаси на тему емоцій;
- дізнаються про взаємозв'язок емоцій.

Ключові складові: увага й самоусвідомленість.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали для уроку:

- роздруковані картки, подані наприкінці попереднього уроку;
- групи емоцій із попереднього уроку;
- робочі зошити СЕЕН;
- письмове приладдя.

«РОЗІГРІВ» - 4 хвилини

- Попрактикуймо ресурсність або заземлення, щоб заспокоїтися й розслабитися.
- Спершу розмістимося зручно, спину тримаємо рівно. Погляд зосередьте на підлозі або заплющте очі.
- Тепер кожен нехай обере свій ресурс. Це може бути щось із вашого набору, або ж уявіть новий.
- У повній тиші подумайте про цей ресурс і ненадовго зосередьте всю увагу на ньому.
- Якщо вам більше підходить заземлення, можете попрактикувати його (зробіть паузу).
- Що ви помічаєте у своєму тілі? Якщо вам зараз приємно або нейтрально, зосередьтеся на цьому відчутті.
- Якщо вам зараз неприємно, то змініть ресурс або проведіть заземлення. Можете також спробувати змінити положення тіла, але постарайтеся не потурбувати інших учнів. А тоді затримайте увагу на своєму ресурсі (зробіть паузу).

На цьому розігрів завершується, але якщо у вас іще є час, можете продовжити практикою зміцнення уваги.

- Тепер зосередьмося на диханні. Спробуємо простежити за тим, як ми вдихаємо й видихаємо.
- Якщо вам некомфортно стежити за диханням, можете повернутися до практики ресурсності або заземлення чи просто перепочити. Головне – нікого не потурбувати при цьому (зробіть паузу на 15-30 секунд).

- Якщо ви відволікаєтеся, спробуйте потримати увагу на диханні. Можете порахувати свої вдихи й видихи (зробіть паузу трохи на довше: секунд 30-60 або більше).
- Увагу можна поліпшити, якщо зосереджуватися на відчуттях у тілі або на диханні. Вибір завжди за вами.
- Що ви помітили? (дайте учням можливість поділитися вголос).

ВПРАВА ДЛЯ ОСМИСЛЕННЯ – 15 хвилин

Створюємо групи емоцій

Під час цієї вправи учні поділять емоції на групи з метою розширення свого словникового запасу на тему емоцій і розуміння, як вони пов'язані між собою.

Що вивчатимемо

- Емоції бувають сильнішими й слабшими.
- Деякі емоції пов'язані між собою.

Матеріали для уроку

- 5 наборів роздрукованих карток з емоціями.

Схема дій:

- Поділіть клас на групи по троє-п'ятеро або ж робіть цю вправу разом (запропонований приклад проведення написано для невеликих груп). Групи мають сидіти довкола столів або разом на підлозі.
- Роздайте кожній групці картки з основними емоціями (подані наприкінці уроку). Поясніть, що кожна них є «головною» в своїй групі емоцій.
- Потім роздайте кожній групці по одному набору інших карток з емоціями. Це – додаткові «учасники» груп емоцій.
- Разом прочитайте всі слова на картках, щоб пересвідчитися, що діти знайомі з цими словами.
- Скажіть класові, що їхнє завдання – знайти й виокремити групи пов'язаних між собою емоцій.
- Виділіть групу «щасливих емоцій» спільно з усім класом. Попросіть учнів дібрати інші слова, схожі на «щасливі», та покласти поруч із картокою «щасливі». Решту груп вони доберуть таким же чином.
- Запросіть дітей виконати решту вправи в невеликих групках і знайти до кожної «головної» емоції її «помічників».

Підказки для вчительства

Ось список емоцій за групами:

- щасливі: радісні, захоплені, задоволені, втішені;
- добрі: турботливі, люблячі, дружні, співчутливі;
- сумні: самотні, похмурі, нещасні;
- сердиті: засмучені, нетерплячі, роздратовані;
- налякані: стривожені, боязкі, нервові.
- Дітям потрібно достатньо місця (на столі або підлозі), щоб розташувати картки по групах.
- Можна також домалювати на картках «емоджі», щоб полегшити завдання для тих дітей, які ще не дуже добре читають.

Приклад проведення

- Перед нами – зображення п'яти головних емоцій. Зараз я їх вам роздам. Це – головні емоції ваших «емоційних груп». Прочитаймо їх разом уголос.
- Ще в нас є картки з іншими емоціями. Це ніби родичі наших «головних» емоцій. Кожна з них приєднається до своєї групи (учитель/-ка показує кожну карту й зачитує вголос разом із класом).
- Тепер потренуймося разом. Почнімо з групи «щасливі емоції».
- Коли ми щасливі, які ще емоції відчуваємо? Із чим пов'язане відчуття щастя? Відшукайте картки з такими словами у своїх наборах (радісні, захоплені). Чудово, розташуйте емоцію «радісні» ось тут, під «головною» емоцією «щасливі».
- Які ще емоції супроводжують «щасливі»? (попросіть учнів озвучити свої ідеї).
- Тепер продовжуємо в групах. Доберіть картки до кожної «головної» емоції та розташуйте їх довкола неї (виділіть дітям час для роботи в групах і спостерігайте за кожною з них).
- А тепер поділіться результатами. Яка група хоче виступити першою? Назвіть свою «головну емоцію», а тоді зачитайте, які ще емоції ви приєднали до неї? (дайте кожній групі можливість висловитися).
- Чи були серед слів не зрозумілі вам?».

РЕФЛЕКСІЙНА ПРАКТИКА – 8 хвилин

Які емоції я найчастіше помічаю у своєму оточенні?

Огляд

Учні міркують над тим, які емоції вони найчастіше помічають у своєму оточенні, і малюють їх.

Що вивчатимемо

- Ми здатні розпізнавати емоції інших людей;
- Ми здатні припустити, які потреби є в цих людей.

Матеріали для уроку

- групи емоцій із попередньої вправи;
- аркуш для малювання кожній дитині;
- кольорові фломастери або олівці;
- робочий зошит СЕЕН.

Схема дій

- Виберіть набір емоцій із тих, що їх створювали учні в попередній вправі. Краще взяти позитивні або нейтральні слова (щасливі, радісні, захоплені, здивовані), ніж негативні (сумні або сердиті).
- Запитайте дітей, чи готовий хтось розповісти історію про те, коли вони помітили хоча б одну з цих емоцій у когось із близьких людей. Попросіть учнів поділитися. Потім перейдіть до наступного слова.
- Роздайте учням по аркушу паперу. Попросіть їх намалювати емоції, які вони найчастіше помічають в оточенні. Але якщо вони не захочуть ділитися своїми думками з класом, то це не обов'язково.
- Дайте їм кілька хвилин на малювання, а тоді попросіть подумати про те, які потреби могли мати ці люди в момент переживання таких емоцій. Дайте їм ще кілька хвилин записати або домалювати потреби.

Приклад проведення

- Зараз попрацюємо з ось такими емоціями.
- Чи можете ви пригадати ситуації, коли помічали одну із цих емоцій в інших людей? Чи можете ви описати її?
- Тепер трохи поміркуємо в тиші. Ці роздуми – лише для вас, і не обов'язково ними ділитися, якщо не хочете.
- Візьміть аркуш паперу або свій робочий зошит і намалюйте або опишіть кілька емоцій (можуть бути з різних емоційних груп), які ви найчастіше помічаєте у своїх близьких (зробіть паузу на кілька хвилин).
- Тепер подумайте про те, які потреби могли бути в цих людей у момент переживання таких емоцій. Намалюйте або опишіть ці потреби під кожним малюнком (зробіть паузу на кілька хвилин).
- Чи хоче хтось поділитися спостереженнями вголос? (виділіть трохи часу на це). Які емоції ви намалювали? Які потреби помітили?
- Чи є хтось, хто хоче поділитися своїм малюнком зі мною? Якщо так, то передайте його мені.

ПІДСУМКИ – 3 хвилини

- Що відбувається, коли ви помічаєте емоції та потреби інших людей?
- Чи можете ви згадати ситуації, коли помітили потребу когось із ваших рідних? Як ви себе при цьому почували? А що відчували вони?
- Чому добре знати про емоції більше?
- Чому корисно помічати емоції та потреби інших людей?

Додаток Н

Практики СЕЕН, корисні для використання під час навчання в умовах НС різного характеру

Джерело: Навчання в умовах COVID-19: які практики пропонує програма соціально-емоційного та етичного навчання. <http://surl.li/dggfjw>

Важливо: практики не можна пропонувати учням, доки дорослі самі їх не спробують і не опанують.

ПИСЬМОВІ ПРАКТИКИ

- Що не скасовано?
- Співпереживання собі;
- Пригадуємо доброту;
- Змістити і зафіксувати;
- Вправи на вдумливість;
- Давати раду ризикованим емоціям;
- Ми всі пов'язані між собою;
- Практикуємо емпатію.

Приклад, як працювати з письмовими практиками

Письмова практика «Що не скасовано»

Мета цієї практики – подумати про те, що навіть в умовах карантину, залишається доступним і незмінним.

До неї (а також до інших письмових практик) є постери та аркуш, на якому можна щось малювати чи записувати.

Що потрібно зробити:

- Взяти робочий аркуш із друкованою основою, ручку чи олівець і скласти список того, що залишається незмінним у зв'язку з коронавірусом. Це може бути, до прикладу, читання перед сном, ранкове чаювання чи спілкування з рідними.
- Запропонувати дітям чи собі намалювати один із власних варіантів того, що не скасовується через коронавірус.
- Поставити запитання: «Коли ви дивитеся на свій малюнок, що відчуваєте в тілі? Це приємні чи нейтральні відчуття? У якій частині тіла?». Це можна позначити на малюнку.
- Описати свої відчуття. Це важливо тому, що перед тим, як відбувається дія чи з'являється думка щодо будь-якої ситуації, першим реагує тіло. І робить воно це за допомогою відчуттів. Це можуть бути потепління чи мурахи шкірою, прохолода чи розслабленість, напруженість м'язів. Первинні сигнали відчуттів можуть допомогти зокрема в контролюванні емоцій. Адже якщо ми не звертаємо увагу на відчуття, не помічаємо їх, далі народжуються емоційні реакції, дії. За допомогою контакту з власним тілом через відчуття ми можемо краще керувати своїми станами.

Що НЕ СКАСОВАНО?

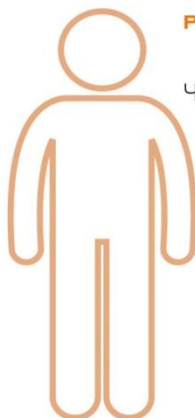
Останнім часом багато всього скасовують. Але ж є дещо, що залишилося в силі. Подумайте про те, що ви любите і що вам досі доступне. Що це? Наприклад: усміхатися, гладити свого собаку, спілкуватися з друзями.



СКЛАДІТЬ СВІЙ СПИСОК



НАМАЛЮЙТЕ ТУТ ОДНУ ЗІ СВОЇХ ІДЕЙ



РОЗДИВІТЬСЯ СВІЙ МАЛЮНОК

Чи помічаєте ви приємні або нейтральні відчуття в тілі?

Де вони відчуються?
Зафарбуйте кольором ту частину тіла, де ви щось відчуваєте.

© CCSCBE, Emory University, 2020



ЗАВДАННЯ НА СЬОГОДНІ

Спробуйте помітити ще щось, що НЕ СКАСОВАНО.

ЗАПИШІТЬ ЦЕ ДО СПИСКУ:



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



edcamp
UKRAINE



співпраця з
німеччиною
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT



Ziviler Friedensdienst
Civil Peace Service

Рефлексивна практика



Пригадуємо ДОБРОТУ



Пригадайте людину, яка проявила до вас доброту. Що вона вам казала? Що вона вам робила? Запишіть це нижче.

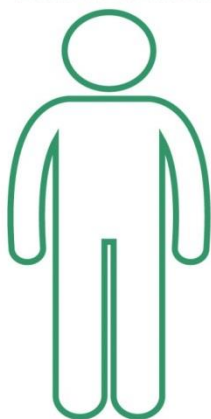
Коли ми пригадуємо добрий учинок або добру людину, це допомагає нашому тілу почуватися краще, а нам – почуватися сильнішими й у безпеці. Коли ми звертаємо увагу на те, як реагує наше тіло, і зосереджуємо увагу на позитивній або нейтральній реакції, це допомагає йому почуватися ще краще.

ОБЕРІТЬ ЩОСЬ ОДНЕ ЗІ СВОГО СПИСКУ. НАМАЛЮЙТЕ ЦЕ АБО ОПИШІТЬ СЛОВАМИ.



Витратьте хвилинку на розглядання свого малюнка чи перечитування тексту. Які відчуття виникають у вашому тілі?

Що я відчуваю: _____



ПІДПИШІТЬ
ВІДЧУТТЯ
НА СХЕМІ ТІЛА,
ЗОКРЕМА ТАМ,
ДЕ ВИ ЩОСЬ
ВІДЧУВАЄТЕ.

.....

© CCSCBE, Emory University 2020.



ЗАВДАННЯ НА ВЕЧІР

Перш ніж заснути, подумайте хвилинку про щось добре, що ви зробили комусь чи хтось зробив вам. Зверніть увагу, які відчуття виникають у тілі? Зосередьтесь на приємних або нейтральних відчуттях. Про що ви думатимете сьогодні?



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



edcamp
UKRAINE



співпраця з
НІМЕЧЧИНОЮ
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT



Ziviler Friedensdienst
Civil Peace Service



«ДІЗНАЄМОСЯ ОДНЕ ПРО ОДНОГО»

Ми можемо дізнатися більше про інших людей, якщо знаходимо час, щоб поспілкуватися з ними з відкритим розумом і серцем. Коли ми довідаємося більше про людину, то краще її зрозуміємо. А це допомагає нам зблизитися, навіть із тими, кого вже знаємо. Іноді можна дізнатися щось нове й цікаве (чи навіть дивне). Ця вправа пропонує учнівству взяти інтерв'ю в когось, щоб вивчити цю людину краще.

Знайдіть людину, у якої хотіли б узяти інтерв'ю. Запитайте, чи хоче вона відповісти на ваші запитання й поставити вам кілька у відповідь. Хто ця людина? _____



У розмові спробуйте з'ясувати три моменти, що пов'язують вас і не є очевидними (тобто їх неможливо передбачити). Запишіть їх.



Поставте запитання співрозмовнику/-ці. Не страшно, якщо він/вона не має відповіді чи хоче пропустити запитання. Переходьте до наступного. Пам'ятайте, що ви маєте слухати, не перебиваючи і не висловлюючи власних міркувань. Коли завершите інтерв'ю, поміняйтеся ролями і самі дайте відповіді на запитання. Не заповнюйте рядок «Ваша відповідь», доки інтерв'юер не поставити вам ці запитання.



Яка ваша улюблена страва? Що вам у ній подобається?

Їхня відповідь: _____

Ваша відповідь: _____



Кого ви вважаєте героєм або ким щиро захоплюєтеся? Чому ця персона вам до вподоби?

Їхня відповідь: _____

Ваша відповідь: _____



Коротко опишіть один із найщасливіших моментів свого життя?

Їхня відповідь: _____

Ваша відповідь: _____



Що ви зараз вивчаєте (чи вже вивчили)? Чим ви любите займатися? І чому саме?

Їхня відповідь: _____

Ваша відповідь: _____

© CCSCBE, Emory University 2021. **ПРОДОВЖЕННЯ** >



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



edcamp
UKRAINE



співпраця з
німеччиною
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT



Ziviler Friedensdienst
Civil Peace Service
We don't shy away from conflict.

АУДІОПРАКТИКИ

- Ресурсність;
- Заземлення;
- Миттєва допомога;
- Вдумливе дихання;
- Стеження за розумом;
- Співпереживання собі;
- Співпереживання;
- Вирішення конфліктів.

Це односторонні записи для того, аби розвивати м'які навички. Їх можна використовувати вдома чи будь-де. Є практики з музикою і тільки з голосом. Ви можете бути як із заплющеними, так і з розплющеними очима.

Приклад, як працювати з аудіопрактиками
Аудіопрактика «Співпереживання собі»

Що потрібно зробити:

- Сісти зручно, аби був контакт ніг із підлогою чи землею.
- Зверніть увагу на те, як і на чому тримається ваше тіло, або ж на особистий ресурс. Пригадайте щось, від чого відчувається краще або безпечніше.
- Зосередьтеся на бажанні жити благополучно, без стресів і зайвих труднощів.
- Пригадайте, що всі переживають складні часи, але все постійно змінюється.
- Подумайте, чи не тиснете на себе через нереалістичні очікування, яких не маєте щодо близького друга чи подруги.
- Що мудрого ви могли би сказати цьому другові, якби він або вона були на вашому місці.
- Завершіть практику, подумайте про себе щось позитивне.
- Якщо хочете – можете уявити свою сильну сторону, стійкість або впевненість. Наприклад, кулю у вигляді світла, яка починається від серця й заповнює все тіло.
- У процесі зверніть увагу на відчуття всередині себе.

ЩОДЕННИК ОСОБИСТИХ ПРАКТИК

Це інструмент, який можна використовувати як для групової рефлексії, так і для самооцінювання того, наскільки помічними для вас є ваші практики.

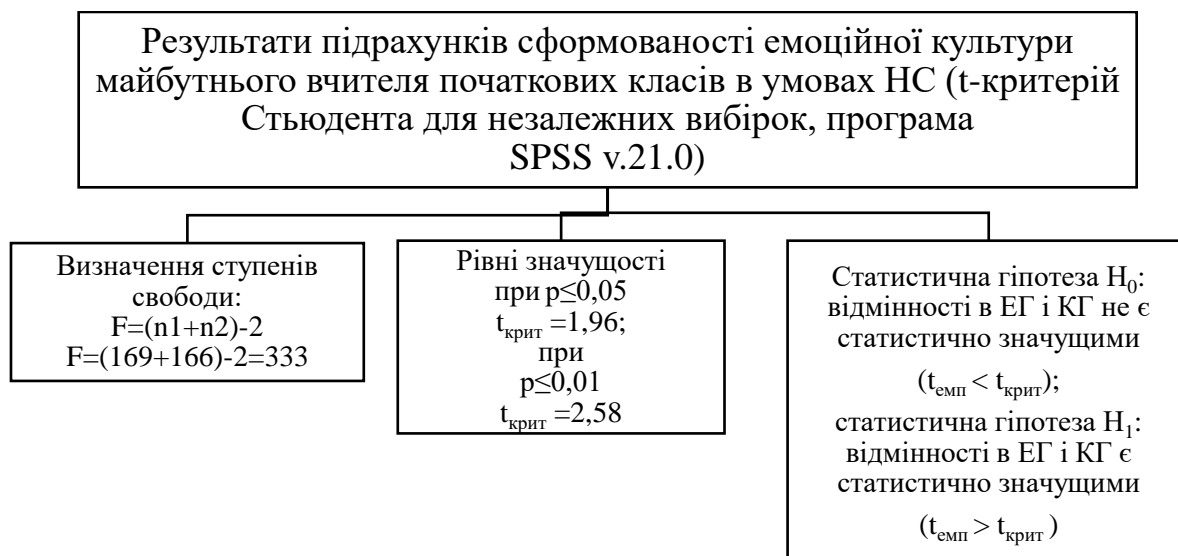
Як працювати з цим інструментом:

Узяти за основу рефлексійні запитання й використовувати або для себе (письмово чи проговорювати), або робити групові дискусії в класі.

Рефлексійні запитання:

1. Які практики ви використали на цьому тижні?
2. Чому обрали саме ці практики?
3. Який ваш досвід використання цих практик? Що ви спостерігали в тілі, у думках, емоціях?
4. Чи вам щось заважало? Чи був внутрішній опір? А вплив зовнішніх чинників? Якщо так, то як ви дали цьому раду?
5. Як ці практики допомагають вам?

Додаток О



Таблиця 1

Підрахунки перед початком формувального етапу експерименту

Назва	$t_{\text{емп}}$	Стат. узагальнення
Мотиваційно-ціннісний критерій	0,108	відмінності в ЕГ і КГ не є статистично значущими $(t_{\text{емп}} < t_{\text{крит}})$ приймається статистична гіпотеза H_0
Пізнавально-когнітивний критерій	0,274	
Рефлексивно-діяльнісний критерій	0,245	
Рівень сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС	0,647	

		Критерій рівності дисперсій Ливиня		t-критерій рівності середніх						
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимість (2-стороня)	Рзн. середніх	Стд. пом.рзн.	95% довірч.інтервал рзн.середніх	
									нижня межа	верхня межа
Мотиваційно-ціннісний критерій (конст_етап)	Передбачається рівність дисперсій	2,088	,762	,108	333	,814	,060	,218	-,435	,445
	Рівність дисперсій не передбачається			,108	331,528	,814	,060	,217	-,433	,443
Пізнавально-когнітивний критерій (конст_етап)	Передбачається рівність дисперсій	2,101	,749	,274	333	,575	,050	,165	-,391	,464
	Рівність дисперсій не передбачається			,275	332,785	,575	,050	,164	-,389	,462
Рефлексивно-діяльнісний критерій (конст_етап)	Передбачається рівність дисперсій	1,077	,767	,245	333	,776	,030	,184	-,402	,486
	Рівність дисперсій не передбачається			,245	325,176	,776	,030	,183	-,401	,482
Рівень сформованості емоційної культури (конст_етап)	Передбачається рівність дисперсій	,081	,610	,647	333	,550	,731	1,031	-1,290	2,832
	Рівність дисперсій не передбачається			,646	322,336	,549	,731	1,025	-1,279	2,821

Таблиця 2

Підрахунки наприкінці формувального етапу експерименту

Назва	$t_{\text{емп}}$	Стат. узагальнення
Мотиваційно-ціннісний критерій	3,178	відмінності в ЕГ і КГ є статистично значущими ($t_{\text{емп}} > t_{\text{крит}}$) приймається статистична гіпотеза H_1
Пізнавально-когнітивний критерій	2,856	
Рефлексивно-діяльнісний критерій	3,148	
Рівень сформованості емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах НС	3,180	

		Критерій рівності дисперсій Ливиня		t-критерій рівності середніх						
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимість (2-стороня)	Рзн. середніх	Стд. пом.рзн.	95% довірч. інтервал рзн. середніх	
									нижня межа	верхня межа
Мотиваційно-ціннісний критерій (форм_етап)	Передбачається рівність дисперсій	,759	,379	3,178	333	,000	1,056	,206	,650	1,452
	Рівність дисперсій не передбачається			3,192	331,634	,000	1,056	,205	,651	1,451
Пізнавально-когнітивний критерій (форм_етап)	Передбачається рівність дисперсій	,939	,712	2,856	333	,000	1,057	,186	,556	1,391
	Рівність дисперсій не передбачається			2,867	328,885	,000	1,057	,184	,557	1,390
Рефлексивно-діяльнісний критерій (форм_етап)	Передбачається рівність дисперсій	,557	,223	3,148	333	,020	1,056	,219	,647	1,483
	Рівність дисперсій не передбачається			3,164	332,745	,020	1,056	,218	,648	1,481
Рівень сформованості емоційної культури (форм_етап)	Передбачається рівність дисперсій	1,769	,291	3,180	333	,000	5,007	,967	3,118	6,661
	Рівність дисперсій не передбачається			3,196	323,473	,000	5,007	,965	3,127	6,651

Додаток П

Сертифікати, що засвідчують проходження освітніх онлайн-курсів

СЕРТИФІКАТ ПРО ЗАКІНЧЕННЯ



Цей сертифікат видається за проходження онлайн-курсу SEE 101, який складається з 8 годин навчання. Завершення цього курсу дає учаснику кваліфікацію для впровадження навчальних програм SEE Learning в освітньому середовищі.

«У сучасному світі ми всі взаємопов'язані. Я сподіваюся, що завдяки нашим спільним зусиллям ми зможемо зробити вагомий внесок у розквіт людства для багатьох майбутніх поколінь».

– Його Святість Далай-лама

«Тепер школи в усьому світі відображають розуміння того, що повна освіта виходить за рамки голих академічних знань... Найкращі навчальні програми базуються на найсучасніших наукових відкриттях про емоції та мозок».

– Деніел Гоулман, доктор філософії

Лобсанг Тензін Негі, Ph.D.
Виконавчий директор
Центр споглядальної науки
та етики, заснованої на співчутті
Університет Еморі

Таїсія Дмитрівна Тертична

Ім'я

03.08.2024

Дата

Навчання
серця та розуму

seelearning.emory.edu



Виданий 23.08.2023



СЕРТИФІКАТ

Цей сертифікат засвідчує, що
Тертична Таїсія Дмитрівна

завершив(ла) курс
«Базова психологічна допомога в умовах війни»

Олександр Авдєєв

Оксана Єфремова

Сьєген Пілецький



Автентичність сертифікату можна перевірити за посиланням:
<https://certs.prometheus.org.ua/cert/c309ac246c97455790e0a14be1684e16>



Офіційна рекомендація від
Міністерства освіти та науки України

Сертифікат засвідчує, що

Тертична Таїсія Дмитрівна

пройшов/-ла курс підвищення кваліфікації вчителів та
викладачів фахової освіти за видом «онлайн-курс»

«Сміливі навчати»

[тривалістю 6 годин / 0,2 кредиту ЄКТС]

та здобув/-ла знання та навички з викладання в час кризи.

Курс розроблено освітньою організацією «Навчай для України»
за підтримки Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні в рамках
ініціативи «Спільно до навчання» та студією онлайн-освіти EdEra.

Оксана Матіяш
Керівниця освітньої організації
"Навчай для України"

Ілля Філіпов
Керівник студії
онлайн-освіти EdEra



ea12a5a9-0e25-482e-
b2a0-234130d06eff

19.03.2023

Сертифікат розроблено відповідно до п. 13 постанови КМУ від 21 серпня 2019 р. № 800
(зі змінами й доповненнями, внесеними постановою КМУ від 27 грудня 2019 року № 1133).



21 квітня 2023 р.

СЕРТИФІКАТ

№ 23/065

Таїсії Тертичної

УЧАСНИЦІ

ВСЕУКРАЇНСЬКОГО КРУГЛОГО СТОЛУ

«РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ ЗВО У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ Й РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ВИЩОЇ ШКОЛИ УКРАЇНИ В РЕАЛІЯХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД»

тривалість 5 годин

Голова Асоціації психологів
вищої школи



Євгенія Курагіна

Суб'єкт підвищення кваліфікації — товариство з обмеженою відповідальністю «ЕДЮКЕЙШНАЛ ЕРА» (ЄДРПОУ: 42502643)

Сертифікат

засвідчує, що

Тертична Таїсія Дмитрівна

пройшов(ла) курс

«Дивись, слухай, спрямовуй: як вихователям підтримувати себе та дітей у надзвичайних ситуаціях»

[тривалість — 30 годин / 1 кредит ЄКТС]

та здобув(ла) знання та навички з теми курсу.

Результати навчання:

- уміння підтримувати себе, аби бути ефективними у наданні підтримки дітям дошкільного віку;
- здатність організувати безпечне середовище для розвитку дітей дошкільного віку;
- знання та навички базових підходів у роботі вихователя, алгоритмів підтримки дітей;
- уміння використовувати безпечні та відновлювальні форми роботи з дітьми;
- розуміння нових викликів у питанні безпеки, єдності вихователів і батьків у питаннях безпеки дітей.

Навчальний курс «Дивись, слухай, спрямовуй: як вихователям підтримувати себе та дітей у надзвичайних ситуаціях» розроблено Всеукраїнським фондом «Крок за кроком» спільно зі студією онлайн-освіти EdEra в межах Проєкту «Підтримка педагогів та супровід дітей у надзвичайній ситуації», що реалізується за підтримки ЮНІСЕФ. Висловлені в курсі думки є виключно відповідальністю експертів і не обов'язково відображають погляди ЮНІСЕФ.

Юлія Найда
Директорка
Всеукраїнського фонду
«Крок за кроком»

Ілля Філіпов
Керівник студії
онлайн-освіти EdEra



Товариство з обмеженою відповідальністю «ЕДЮКЕЙШНАЛ ЕРА» (ЄДРПОУ: 42502643) є суб'єктом надання освітніх послуг з підвищення кваліфікації педагогічних працівників згідно з КВЕД 85.60

c41deed3-ce37-4c38-9034-bc5337643e06

10.12.2023

Сертифікат розроблено відповідно до п. 13 постанови КМУ від 21 серпня 2019 р. № 800 (зі змінами й доповненнями, внесеними постановою КМУ від 27 грудня 2019 року № 1133 та наказом МОН від 09 вересня 2022 р. № 805).

Сертифікат

засвідчує, що

Тертична Таїсія Дмитрівна

пройшов/-ла ознайомчий онлайн-курс «Знати, як допомогти» тривалістю 6 годин / 0.2 кредити ЄКТС та здобув/-ла знання про базові принципи психології для роботи з травмами в дитячій та дорослій.

Курс розроблено проектом психологічної підтримки «Орден Фенікса» на базі ГО Small Heart with Art, ГО Mental Balance Space та студією онлайн-освіти EdEra. За фінансування БО OneUkraine, підтримки «Право на освіту», в партнерстві з МОЗ та в межах ініціативи першої леді України Олени Зеленської зі створення Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки.


Людмила Сокур
Голова ГО Small Heart
with Art


Ілля Філіпов
Директор ТОВ
«Едюкейшнл Ера»

9e91407e-ffd3-484a-8380-
47839e927a40

11.03.2023



Сертифікат

Ідентифікаційний номер сертифікату:
abc0a52b18be4417a4d0ce852abe2654

ТЕРТИЧНА ТАІСІЯ ДМИТРІВНА

успішно пройшов/-ла онлайн-курс
обсягом 0.2 кредиту ЄКТС /
6 академ. годин

17 Березня 2023

Дивись під ноги! Дивись, куди ідеш!


/ Роман Примуш
Заступник Голови
ДСНС України


/ Віктор Лях
Президент Фонду
Східна Європа

Онлайн-курс «Дивись під ноги! Дивись, куди ідеш!» розроблений у межах програм «Дивись під ноги!» та «Спільнодія», які реалізує Фонд Східна Європа спільно з Державною службою України з надзвичайних ситуацій коштом Європейського Союзу та DanChurchAid.

Зрозуміло!
освітня онлайн-платформа



Додаток Р

Відомості про апробацію результатів дисертації

1. Міжнародна науково-практична конференція «Сучасна наука та освіта: стан, проблеми, перспективи», м. Полтава, Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», 20-21 березня 2023 року (заочна участь).

2. Міжнародна науково-практична конференція «Виклики сучасної освіти, зумовлені екстремальними умовами функціонування», м. Берегове, Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II, 30-31 березня 2023 року (заочна участь).

3. Всеукраїнська науково-практична Інтернет-конференція «Модернізація змісту освіти у підготовці майбутніх професійно-педагогічних фахівців», м. Кривий Ріг, Криворізький державний педагогічний університет, 21 квітня 2023 року (заочна участь).

4. I Всеукраїнська науково-практична конференція здобувачів вищої освіти та молодих учених «Стратегії наукового пошуку в соціальній роботі, соціальній педагогіці та соціальній освіті: поліфункціональність ідей», м. Тернопіль, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, 4-5 травня 2023 року (заочна участь).

5. Міжнародна науково-практична конференція до 30-річчя створення Закладу вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая» «Стійкість освіти і науки в умовах трансформації», м. Київ, Заклад вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая», 23-24 травня 2023 року (заочна участь).

6. Всеукраїнська науково-практична конференція «Соціальна відповідальність людства в контексті аксіологічних трансформацій», м. Одеса, Комунальний заклад вищої освіти «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради», 20 вересня 2023 року (заочна участь).

7. XVI Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми», м. Вінниця, Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського, 03-04 жовтня 2023 року (очна участь).

8. XI Всеукраїнська науково-практична конференція молодих вчених «Наукова молодь–2023», м. Київ, 21 листопада 2023 року (заочна участь).

9. XII Наукова конференція «Наукові підсумки 2023 року», м. Харків, 20 грудня 2023 року (заочна участь).


10. XIV Всеукраїнська науково-практична конференція «Духовні витоки Поділля: волонтери в історії краю», м. Хмельницький, Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія, 22 березня 2024 року (заочна участь).

11. Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми професійної педагогіки та освіти: досвід, новації, перспективи», м. Львів, Національний університет «Львівська політехніка», 25 квітня 2024 року (заочна участь).

12. XI Всеукраїнська науково-практична конференція «Особистість в екстремальних умовах», м. Львів, Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, 24 травня 2024 року (заочна участь).

Додаток С

Довідки про впровадження



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Михайла Коцюбинського

вул. Острозького, 32, м. Вінниця, 21001, Україна. тел. (0432) 616-620, факс (0432) 612-612. E-mail: info@vspu.edu.ua код ЄДРПОУ 02125094

02.10.2024 № 06/34 на № _____

Довідка

про впровадження результатів завершеного дисертаційного дослідження
Тертичної Таїсії Дмитрівни на тему: «Технології виховання емоційної культури
майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» на здобуття
наукового ступеня доктора філософії зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки

Упродовж 2023-2024 років у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського здійснювалося впровадження основних результатів дисертаційної праці Тертичної Т. Д. на тему: «Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій». Результати дослідження знайшли відображення в модернізації змісту навчальних дисциплін «Загальна психологія», «Психологія індивідуальності» й розширенні змісту просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах НС.


Розроблені та проведені авторкою вебінар «Емоційна культура вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» та серія просвітницьких зустрічей («Надзвичайна ситуація воєнного характеру в професійній діяльності вчителя початкових класів. Теоретичні та практичні аспекти», «Емоційні й безпекові аспекти освітнього процесу в умовах НС» тощо) отримали схвальні відгуки від викладачів і здобувачів вищої освіти, які в екстремальних умовах сучасності потребують відповідних знань.

Майбутнім педагогам було запропоновано матеріали методичного посібника «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій», розробленого Тертичною Т. Д.

Підтверджено актуальність визначених і обґрунтованих в дисертаційній роботі Т. Д. Тертичної освітніх технологій і педагогічних умов виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Представлена в дисертації експериментальна методика дала позитивні результати, які підтверджують її ефективність у вихованні в майбутніх учителів початкових класів емоційної культури в умовах надзвичайних ситуацій, а тому рекомендуємо її для впровадження в інших педагогічних університетах України.

Результати дисертаційної праці Тертичної Таїсії Дмитрівни було розглянуто й затверджено на засіданні кафедри початкової освіти (протокол від 25.09.2024 р. № 2).



Ректор Наталія ЛАЗАРЕНКО

Євген ГРОМОВ (0432) 61-80-72



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

61001, м. Харків, провулок Руставелі, 7, тел/ факс (057) 732-46-30, e-mail hgpa@kharkov.com
 Розрахунковий рахунок UA428201720344200004000032413, UA828201720344291004200032413,
 UA858201720344201004300032413 Держказначейська служба України м.Київ
 МФО 820172, Код 02125591

30.09 2024 № 01-12/609

на № _____ від _____

Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
 Тертичної Таїсії Дмитрівни «Технології виховання емоційної культури
 майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій»
 на здобуття наукового ступеня доктора філософії в галузі
 знань 01 Освіта/Педагогіка зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки

В освітній процес Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради впродовж 2023-2024 рр. було впроваджено результати дисертаційного дослідження Тертичної Таїсії Дмитрівни.

Значимими для педагогічної практики є визначені й обгрунтовані авторкою педагогічні умови виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій, апробовані освітні технології (тренінгова технологія, технологія соціально-емоційного та етичного навчання, технологія «рівний – рівному, технологія волонтерської діяльності тощо), що сприяли підвищенню рівня емоційної культури майбутніх педагогів.

Рекомендації, висвітлені в методичному посібнику «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій», розробленому Тертичною Т. Д., сприяли підвищенню рівня обізнаності учасників освітнього процесу академії щодо надання емоційної підтримки під час виникнення надзвичайних ситуацій.

Довідка видана для подання до Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Проректор з наукової
та інноваційної діяльності



Іван Степанець
Іван СТЕПАНЕЦЬ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА
ХМЕЛЬНИЦЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ

вул. Проскурівського підпілля, 139, м. Хмельницький, 29013,
тел./факс: (0382) 72-09-23, 65-65-52, тел.: 79-53-55, 79-59-45
E-mail: kgpa@ukr.net Кол СДРПОУ 02138872

Від 27.09.24 № 479 на № _____ від _____

Довідка

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Тертичної Таїсії Дмитрівни на тему: «Технології виховання емоційної
культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних
ситуацій» на здобуття наукового ступеня доктора філософії
зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки

В Хмельницькій гуманітарно-педагогічній академії упродовж 2023-2024 рр. було апробовано на практиці результати дисертаційного дослідження Тертичної Т. Д. на тему: «Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій».

Запропоновані дисертанткою освітні технології та педагогічні умови були враховані під час вивчення студентами педагогічних і психологічних навчальних дисциплін. Упровадження в освітній процес технології соціально-емоційного та етичного навчання сприяло формуванню в здобувачів вищої освіти навичок психоемоційної підтримки учасників освітнього процесу під час надзвичайних ситуацій різного характеру.

Майбутнім педагогам було запропоновано розроблені дисертанткою вебінар на тему: «Емоційна культура вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» і методичний посібник «Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до надання емоційної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій», що містить психологічні техніки, ігри, вправи тренувального характеру. В освітньому процесі активно використовувалися теоретичні й методичні публікації автора.

Упровадження розробок і рекомендацій Т. Д. Тертичної сприяло розширенню та поглибленню теоретичних знань майбутніх учителів щодо організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій.

Запропонована в дисертації експериментальна методика дала позитивні результати. Впровадження результатів дослідження Тертичної Т. Д. в освітній процес ЗВО суттєво вплинуло на підвищення рівня емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій.

Результати апробації дисертаційної праці Тертичної Таїсії Дмитрівни було заслухано, обговорено та затверджено на засіданні кафедри педагогіки (протокол від 27.09.2024 р. № 2).

Довідка видана для пред'явлення за місцем захисту дисертації.

В.о.ректора



Інна ШОРОБУРА



УКРАЇНА

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
 ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
 ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

бульвар Шевченка, 81, м. Черкаси, 18031, тел./факс: (0472) 354463, 372142
 e-mail: cic@cdu.edu.ua Код ЄДРПОУ 02125622

03.10.2024 № 229/04

на № _____

ДОВІДКА

про впровадження результатів дисертаційної праці
Тертичної Таїсії Дмитрівни «Технології виховання емоційної культури майбутнього
 вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» на здобуття наукового
 ступеня доктора філософії (PhD) в галузі знань 01 Освіта/Педагогіка
 зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки

Матеріали дисертаційного дослідження «Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» упроваджувалися в освітній процес Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького впродовж 2023-2024 рр.

Підтверджено актуальність визначених та обґрунтованих в дисертаційній роботі Т. Д. Тертичної педагогічних умов виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій (забезпечення психологічного комфорту та створення сприятливого емоційного клімату в освітньому середовищі шляхом активізації діяльності соціально-психологічної служби закладу вищої освіти; розширення змісту навчальних дисциплін і просвітницьких заходів знаннями про емоційну культуру та її роль у взаєминах з учасниками освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій; залучення майбутніх учителів до практичної, просвітницької та волонтерської роботи з метою виховання емоційної культури у складних умовах сьогодення та формування за допомогою відповідних освітніх технологій практичних умінь і навичок розуміти та проявляти емоції в кризових ситуаціях).

В освітньому процесі ЗВО активно використовувалися рекомендовані в дисертаційній роботі освітні технології виховання емоційної культури майбутніх учителів початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій. У процесі впровадження були використані підготовлені дисертанткою методичні матеріали. Результатом такої роботи стало поглиблення теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти до організації освітнього процесу в умовах надзвичайних ситуацій, сформованість у них необхідних ціннісних орієнтацій, практичних умінь і навичок.

Результати впровадження матеріалів дисертації Т. Д. Тертичної на тему «Технології виховання емоційної культури майбутнього вчителя початкових класів в умовах надзвичайних ситуацій» обговорено та затверджено на засіданні кафедри початкової освіти (протокол від 24.09.2024 №5).

Перший проректор



В. М. Мойсієнко