

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ АВТОНОМНОСТІ ВИКЛАДАЧА УНІВЕРСИТЕТУ ЯК РЕСУРСУ ПРОФЕСІЙНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**Павленок К. С.**

*Навчально-науковий інститут права, психології та інноваційної освіти  
Національного університету «Львівська політехніка»  
bkskatrin@gmail.com*

Система вищої освіти України функціонує в умовах тривалого воєнного стану, що супроводжується високим рівнем невизначеності, емоційного напруження та змінами організації освітнього процесу. працюють у ситуації постійних загроз, емоційного та інформаційного перевантаження, нестабільних організаційних умов, що спричиняє зростання стресу, ризик емоційного вигорання, погіршення професійного благополуччя і зниження мотиваційного ресурсу. У наукових дослідженнях підкреслюється, що здатність педагогічних працівників підтримувати ефективність своєї діяльності в кризових ситуаціях значною мірою залежить від рівня внутрішніх психологічних ресурсів, серед яких ключову роль відіграє автономність (Deci & Ryan, 2020; Luthans et al., 2015).

Автономність викладача трактується як інтегральна характеристика професійної діяльності, що включає здатність до усвідомленого прийняття рішень, внутрішню мотивацію, почуття компетентності, відповідальності та можливість впливати на власну професійну траєкторію. У воєнних умовах автономність виконує роль ресурсу психологічної стійкості, що знижує вплив стресових чинників, підтримує емоційну стабільність, професійну ідентичність і здатність адаптуватися до складних ситуацій. Українські наукові дослідження, проведені у 2022-2024 роках, також підкреслюють важливість автономності як предиктора збереження професійної ефективності та психологічного благополуччя педагогів у період соціальних та воєнних трансформацій (Балахтар, 2023).

Разом із тим розвиток автономності не є автоматичним і потребує цілеспрямованих психологічних технологій. До таких належать тренінгові програми розвитку внутрішньої мотивації, практики саморефлексії, моделі психологічної та супервізійної підтримки, інструменти емоційної саморегуляції, а також цифрові технології, що підсилюють автономність у викладанні й науковій діяльності. Впровадження цих технологій є особливо актуальним в умовах воєнного стану, адже вони сприяють відновленню внутрішніх ресурсів викладачів, зміцненню стресостійкості та запобіганню професійному вигоранню.

Дослідження психологічних технологій розвитку автономності викладачів університету має значний науковий і практичний потенціал і відповідає сучасним викликам вищої освіти України, що спрямоване на збереження професійного капіталу, підвищення якості освітнього процесу та формування систем стійкої підтримки педагогічних працівників у кризових умовах.

Мета дослідження – визначити та науково обґрунтувати психологічні технології розвитку автономності викладачів університету як ключового ресурсу їхньої професійної стійкості в умовах воєнного стану.

Автономність викладача університету є складним багатовимірним психологічним конструктом, що інтегрує ціннісно-мотиваційні, когнітивно-рефлексивні, операційно-інструментальні та соціально-мережеві компоненти. У контексті воєнного стану автономність набуває особливої значущості, оскільки визначає здатність викладача зберігати професійну суб'єктність, управляти власною діяльністю, приймати рішення в нестабільних умовах, відновлювати ресурсність і підтримувати якість освітнього процесу (Павленок, 2025). Аналіз сучасних теоретичних підходів (теорія самодетермінації, моделі професійної стійкості, концепції *agency*) засвідчує, що автономність виступає одним із провідних чинників професійної стійкості та психологічного благополуччя викладачів, особливо в умовах воєнних і посткризових трансформацій.

Відповідно до моделі автономності викладача, розвиток цього феномена потребує *спеціально організованих психологічних технологій*, які системно впливають на різні рівні професійної діяльності. У ціннісно-мотиваційній площині технології спрямовані на зміцнення внутрішньої мотивації, усвідомлення професійних цінностей та розвиток відповідальності за власні педагогічні рішення. До них належать тренінги ціннісної саморефлексії, технології визначення та переосмислення професійних пріоритетів, вправи на формування автономної професійної позиції. Такі технології дозволяють викладачеві відновити відчуття сенсу та значущості діяльності, що є особливо важливим у період тривалого стресу та організаційної нестабільності.

*Когнітивно-рефлексивний блок технологій* передбачає розвиток здатності до осмислення власної діяльності, аналізу професійних ситуацій, формування метанавичок автономності та розуміння меж власного впливу. Використання рефлексивних сесій, методів критичних інцидентів, ведення професійних щоденників, супервізійних практик сприяє поглибленню самоусвідомлення викладача та формуванню внутрішньої стратегії розвитку автономності. У воєнних умовах рефлексивні технології компенсують втрату передбачуваності, допомагаючи викладачеві розуміти власні реакції, потреби та можливості.

*Операційно-інструментальні технології* забезпечують практичний прояв автономності у викладацькій діяльності. Вони включають свободу у виборі форм, методів і технологій навчання, здатність проєктувати власні освітні модулі, здійснювати саморегуляцію педагогічних дій та застосовувати цифрові рішення для автономної організації роботи. До ключових інструментів належать автономні модулі планування занять, технології самостійного конструювання навчальних завдань, цифрові системи управління навчальним процесом, а також вправи, що розвивають навички agency – усвідомленої професійної ініціативності. Ці технології підсилюють компетентність викладача та створюють підґрунтя для стабільної роботи навіть за умов змінних організаційних вимог.

*Соціально-мережевий вимір автономності* пов'язаний зі здатністю викладача взаємодіяти в професійних спільнотах, впливати на організаційні процеси, бути суб'єктом змін і реалізовувати принципи академічної свободи. Технології цього блоку включають організацію професійних спільнот, розбудову горизонтальних мереж підтримки, участь у прийнятті рішень на рівні кафедри чи факультету, фасилітовані діалоги з освітньої політики, а також формати педагогічного лідерства. У воєнний час мережеві технології компенсують фрагментацію колективів, підтримують професійні зв'язки та створюють безпечний простір для обміну досвідом і взаємопідтримки.

У сучасних умовах особливої актуальності набувають інноваційні цифрові технології розвитку автономності. Це data-орієнтовані системи самоаналізу викладача, цифрові портфоліо компетентностей, автономні освітні студії, платформи обміну педагогічними рішеннями та мікро-кваліфікації, що фіксують індивідуальний внесок у навчальний процес. Такі інструменти посилюють можливість викладача контролювати власну професійну траєкторію, отримувати підтримку, швидко адаптуватися до викликів і зберігати професійну гнучкість.

Таким чином, психологічні технології розвитку автономності викладача університету забезпечують інтегративний вплив на його професійну діяльність, охоплюючи мотиваційні, когнітивні, інструментальні та соціально-комунікативні аспекти. Вони формують ресурси професійної стійкості, сприяють подоланню наслідків тривалого стресу, забезпечують здатність до адаптації в умовах воєнного стану й підсилюють можливість викладача діяти відповідально, ефективно та усвідомлено. Розроблена система технологій може становити основу для інституційних програм підтримки викладачів, спрямованих на зміцнення їхнього психологічного благополуччя, стійкості й автономності в умовах кризових трансформацій.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Павленок К. С. Градієнтно-екосистемний підхід до розвитку автономії викладача (GRADE-ECO): концептуальна модель. Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану: Матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції (30 травня 2025 р., м. Київ). Київ: ДЗВО «УМО», 2025. С. 204–208.
2. Павленок К. С. Особливості професійної автономності залежно від рівнів креативності викладачів закладів вищої освіти. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки». Серія «Управління та адміністрування»*. 2023. Вип. 26 (55). С. 91–104.
3. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>

## ОСОБИСТІСНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

**Перетяцько Л. Г., Білінська О. П.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
Полтавський університет економіки і торгівлі  
lara.bilin19@gmail.com, peretlena@gmail.com*

В сучасних умовах навчання можна віднести до специфічного виду діяльності, пов'язаного з високим рівнем психічних і фізичних навантажень.

Концептуальні засади формування здорового способу життя особистості відображено в працях вітчизняних та зарубіжних науковців: Т. Андрющенко (формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку), Г. Асланов (формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентів вищих медичних закладів); О. Богучарова (психологія ставлення до здоров'я), О. Глагощук (педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів в системі фізичного виховання у вищому навчальному закладі), Т. Кириченко (здоров'я в системі ціннісних орієнтацій юнаків), Г. Корж (розвиток ціннісного ставлення до власного здоров'я у системі професійної підготовки фахівців із цивільної безпеки); Л. Малишева (формування здоров'я збережувальної компетентності майбутніх учителів початкової школи) та ін. Водночас, незважаючи на зацікавлення науковців питанням розвитку ціннісного ставлення особистості до власного здоров'я, ця проблема залишається недостатньо дослідженою на теоретичному та практичному рівнях в контексті онтогенетичного розвитку, зокрема, в юнацькому віці.