

УДК 159.923

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України
01033 Київ, вул. Паньківська, 2; тел. (044) 2883320

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор
Інституту психології
ім. Г. С. Костюка
НАПН України
акад. Максименко С. Д.

З В І Т

ПРО НАУКОВО-ДОСЛІДНУ РОБОТУ
«Особливості формування психологічної культури працівників освіти
в інформаційному суспільстві»
(заключний)

Керівник НДР

зав. лабораторії психодіагностики
та науково-психологічної інформації
доктор психологічних наук, старший
науковий співробітник

Пророк Н. В.

Київ – 2017

Результати цієї роботи розглянуто Вченою радою Інституту психології
імені Г. С. Костюка НАПН України, протокол № 13 від 26.12.2017

СПИСОК ВИКОНАВЦІВ:

Керівник НДР
зав. лабораторії
психодіагностики та
науково-психологічної
інформації, доктор
психологічних наук, с. н. с.

Пророк Н. В.,
(вступ, висновки, розділи 1.1.;
1.2.; 1.3.; 2.4.; 3.1.)

Провідний науковий
співробітник,
канд. психол. наук

Кондратенко Л. О.,
(розділи 1.1.; 2.5; 3.4.)

Провідний науковий
співробітник,
канд. психол. наук

Андрієвська В. В.,
(розділ 2.1.)

Провідний науковий
співробітник,
канд. психол. наук

Гнатюк О. В.,
(розділи 1.1; 3.6.)

Старший науковий
співробітник,
канд. психол. наук

Манилова Л. М.,
(розділи 2.5; 3.2.)

Старший науковий
співробітник,
канд. психол. наук

Чекстере О. Ю.,
(розділи 3.5.)

Старший науковий
співробітник

Царенко Л. Г.,
(розділ 3.3.)

Старший науковий
співробітник
канд. психол. наук

Виноградна О. В.,
(розділ 2.3.)

Науковий
співробітник

Бойко С. Т.,
(розділ 2.2)

РЕФЕРАТ

Звіт про НДР: 36 с.

Об'єкт дослідження – зміст і структура психологічної культури працівників освіти.

Предмет дослідження: напрямки змістових і структурних змін психологічної культури працівників освіти в інформаційну епоху.

Мета дослідження: виокремити внутрішні та зовнішні чинники, які в наш час спричиняють основні зміни в психологічній культурі працівників освіти та розробити її сучасну структурну модель.

Методи дослідження – систематизація та узагальнення досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених, анкетування, опитування, тестування, інтерв'ю, психологічний тренінг, методи психологічної корекції, якісний аналіз і статистична обробка емпіричних результатів дослідження.

Обґрунтовано розуміння психологічної культури працівників освіти як важливого психологічного засобу саморегуляції та самодетермінації людини; ресурсу для зменшення негативних впливів інформаційного суспільства та війни; центрального утворення структури професійно-важливих якостей педагога. Визначено основні складові психологічної культури як інтегрального психологічного утворення з динамічною структурою. Розглянуто внутрішні психологічні передумови, які мають бути сформовані для плідної роботи з розвитку психологічної культури. Запропоновано модель процесу формування психологічної культури працівників освіти. Визначено основні шляхи підвищення (розвитку, вдосконалення) психологічної культури працівників освіти.

Дослідження призначене для викладачів вищих навчальних закладів, практичних психологів, соціальних працівників, вчителів, вихователів, аспірантів та студентів (майбутніх психологів та педагогів).

Результати НДР упроваджені у: ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»; низці загальноосвітніх середніх шкіл м. Києва та Слов'янська; гімназії № 290 м. Києва; Києво-Святошинському районному навчально-методичному центрі практичної психології; ДУ «Інститут педіатрії, акушерства та гінекології НАМН України»; відділі освіти Слов'янської міської ради Донецької області; в Організації з безпеки та співробітництва в Європі (ОБСЄ).

Прогнози припущення щодо розвитку об'єкта дослідження – розробка психологічно обґрунтованих технологій формування психологічної культури особистості на різних вікових етапах розвитку.

ПСИХОЛОГІЧНА КУЛЬТУРА, ІНФОРМАЦІЙНЕ СУСПІЛЬСТВО, ОСОБИСТІТЬ, САМОРОЗВИТОК, РЕФЛЕКСІЯ, ПРОФЕСІОНАЛІЗМ, КОМПЕТЕНТНІСТЬ.

Умови одержання звіту: За договором, 01171. Київ – 171, вул. Горького, 180, УкрІНТЕІ.

ЗМІСТ

I. Вступ.....	5
II. Основна частина.....	7
1. Теоретико-методологічні підходи до проблеми психологічної культури в інформаційному суспільстві.....	7
1.1. Психологічна культура в інформаційну епоху	7
1.2. Внутрішні психологічні передумови психологічної культури	9
1.3. Психологічна культура працівників освіти в парадигмі діяльнісного саморозвитку особистості	11
2. Внутрішні і зовнішні чинники психологічної культури працівників освіти в сучасному суспільстві	14
2.1. Особливості педагогічного дискурсу в умовах інформаційного суспільства	14
2.2. Інформаційно-психологічна культура як чинник запобігання інформаційному стресу працівників освіти	16
2.3. Формування інформаційної компетентності майбутнього психолога в процесі професійної підготовки	18
2.4. Особливості інформаційно-психологічного впливу на психіку людей	19
2.5. Вплив стресу на професійні здатності педагогів	20
3. Особливості формування психологічної культури	23
3.1. Особливості формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві	23
3.2. Особливості проявів психологічної травми у дитини	25
3.3. Дискурс психологічної допомоги постраждалим від воєнного конфлікту	26
3.4. Психологічні особливості роботи вчителя з дитиною, яка перенесла психологічну травму	28
3.5. Діагностика і формування психологічної культури вихователів дошкільних навчальних закладів	30
3.6. Валеологічна культура вчителя як умова збереження здоров'я учнів в інформаційному суспільстві	32
ВИСНОВКИ.....	33

I. ВСТУП

Актуальність дослідження. Актуальність проблематики, яка пов'язана з психологічною культурою, зумовлена постійною соціальною потребою педагогічної практики у вдосконаленні системи навчання і виховання дітей та підготовки кваліфікованих кадрів. І ця потреба викликана не тільки тим, що на працівників освіти як фахівців, що здійснюють розвивальний вплив на особистість, покладається особлива відповідальність за долю майбутнього покоління. На сьогодні у всіх закладів освіти (від дошкільних до вишів) є потреба в осучасненні навчально-виховного процесу, яку викликано бурхливим розвитком інформаційного суспільства і пов'язаних з ним проблем (диверсифікація джерел інформації, збільшення кількості технічно опосередкованих комунікацій, охоплення навчального простору ЗМІ, телебаченням та Інтернетом та ін.). Окрім того, актуальність дослідження психологічної культури зумовлена також низкою серйозних проблем сучасної України, пов'язаних, зокрема, із війною на Сході країни, що загострила необхідність розвитку таких аспектів психологічної культури як підтримка психологічного здоров'я дітей та дорослих. Отже, вивчення особливостей психологічної культури сучасних працівників освіти має високу актуальність, адже вона є не тільки важливим чинником досягнення високих рівнів професійної діяльності цих спеціалістів, а й важливим ресурсом у зменшенні негативів інформаційного суспільства.

Але вивчення психологічної культури представляє і неабиякий науковий інтерес, адже назріла необхідність причинового пояснення нових явищ та процесів сучасного освітнього простору. Зокрема, продуктивна розробка психологічних аспектів цього психологічного явища в контексті інформаційного суспільства виявляється неможливою без звернення до проблеми саморозвитку особистості. Адже саме потреба та здатність до саморозвитку лежить в основі формування психологічної культури.

Невирішеність актуальних проблем формування психологічної культури, пов'язаних насамперед із впливом інформаційного суспільства на процеси саморозвитку особистості і зумовили необхідність дослідження вказаної проблематики.

Основна ідея дослідження. Потреба у саморозвитку психологічної культури виникає у працівників освіти тоді, коли в процесі професійної діяльності у них з'являються проблеми, вирішення яких вимагають наявності психологічних знань і вмінь працювати із врахуванням психологічної реальності. Усвідомлення цієї потреби та соціогенні здатності для її реалізації є підґрунтям для розгортання процесу саморозвитку, який приводить до вдосконалення психологічної культури, що збільшує ефективність вирішення широкого кола професійних завдань.

Об'єкт дослідження: зміст і структура психологічної культури працівників освіти.

Предмет дослідження: напрямки змістових і структурних змін психологічної культури працівників освіти в інформаційну епоху.

Мета дослідження: виокремити внутрішні та зовнішні чинники, які в наш час спричиняють основні зміни в психологічній культурі працівників освіти та розробити її сучасну структурну модель.

Завдання дослідження:

1. Запропонувати концептуальне визначення поняття психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві.

2. Виокремити ті аспекти психологічної культури працівників освіти, які найбільшою мірою підлягають зовнішнім і внутрішнім впливам реалій інформаційного суспільства.

3. Схарактеризувати психологічні особливості сучасного педагогічного дискурсу.

4. Проаналізувати характер психолого-педагогічних проблем, типових для інформаційного суспільства.

Методи дослідження – систематизація та узагальнення досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених, анкетування, опитування, тестування, інтерв'ю, психологічний тренінг, методи психологічної корекції, якісний аналіз і статистична обробка емпіричних результатів дослідження.

II. ОСНОВНА ЧАСТИНА

1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

1.1. Психологічна культура в інформаційну епоху

Проблема психологічної культури належить до тих питань, що недостатньо розроблені у вітчизняній психології та практично зігноровані в англomовному сегменті світової психології. Але аналіз психолого-педагогічної літератури виявив важливі наукові уявлення про це психологічне явище, які допомагають зрозуміти сутність психологічної культури працівників освіти. Так:

- Разом із філософським тлумаченням категорії «культура», яка розуміється як інтегральна характеристика життєдіяльності суспільства, це поняття в наш час часто вживається в більш вузькому значенні – «освіченість», «вихованість», «унормованість поведінки».

- Якщо психологічна культура розглядається як внутрішня культура, то вона розуміється як певна якість внутрішнього психічного життя людини як суб'єкта, особистості й індивідуальності. Вона є ядром загальної культури людини і виступає як її внутрішній план (або контур): це культура стосунків, культура інтелектуальної діяльності і культура саморегуляції, які утворюють внутрішній, інтелектуально-афективно-вольовий, ціннісно-смісловий план загальної культури людини. А зовнішнім контуром загальної культури (в реалізації якого виявляються особливості внутрішнього) виступає культура наочної діяльності, культура поведінки і культура спілкування.

- Сучасні дослідники підкреслюють те, що психологічна культура визначає не тільки якість взаємодії людини з навколишнім світом, її спрямованість на гармонічні стосунки, а й екзистенційний вибір особистості, її прагнення зв'язати свої вчинки з загальноновизнаними принципами гуманізму та людяності.

- Психологічна культура педагогів у вітчизняній науці досліджена найбільше і часто розглядається як інтегральне новоутворення особистості, що охоплює взаємозв'язані психологічні властивості. Вона є ядром структури професійно-важливих якостей, виконує ціннісно-регулятивну функцію в професійній діяльності і забезпечує високий рівень її успішності, а також саморозвиток і самореалізацію особистості як у професії, так і в межах життєвої стратегії в цілому.

- Науковці звертають увагу на те, що у психологічній культурі працівників освіти нерозривно пов'язані психолого-педагогічні компетентності і професійно важливі психологічні якості людини (зокрема: особлива здатність розуміти психіку інших людей; вміння спілкуватися з ними; вміння відчувати настрої дитини, її внутрішній світ; такт, гідність, повага до іншого, відповідальність тощо).

Аналіз літературних джерел показав, що поняття «психологічна культура педагога (вчителя)» – це вельми широке й містке поняття. Воно охоплює всі професійно доцільні та психологічно обґрунтовані форми і прояви активності працівників освіти, які сприяють засвоєнню дітьми тих знань, що відображають рівень сучасної науки й виробництва, соціально-етичних і духовних цінностей, вироблених людством. Разом з тим психологічна культура *сучасних* працівників освіти – це зорієнтованість їхньої професійної діяльності на розвиток особистості учня; підтримання його психологічного здоров'я, психічної рівноваги; максимальне врахування таких основних психологічних чинників, як духовні потреби, базові цінності, переконання учнів, вікові особливості їхнього психічного та соціального розвитку; спрямованість на гармонійне спілкування та уникання стресогенних ситуацій.

Отже, психологічна культура як складова загальної і професійної культури є важливим елементом професійної діяльності і розвитку особистості працівника освіти (професіонала, зайнятого на постійній чи тимчасовій основі тим чи іншим видом діяльності, яка оплачується і пов'язана з функціонуванням і розвитком системи освіти – тобто це педагоги, вихователі, психологи, соціальні працівники та ін.). І хоча всі дослідники сходяться на думці, що психологічна культура педагога є суттєвим чинником педагогічної діяльності і розвитку вчителя як особистості та професіонала, уявлення про шляхи її формування досить розмиті.

В сучасній Україні відбувається становлення інформаційного суспільства, тобто значно збільшується роль інформації, знань та інформаційних технологій на різні сторони життя, розширюється коло людей, зайнятих цими технологіями й виробництвом інформаційних продуктів і послуг, є доступ до світових інформаційних ресурсів, до глобалізованого інформаційного простору. Зрозуміло, що суттєві зміни (технічні, технологічні, інституційні та ін.) відбуваються і в освітньому просторі. І працівники освіти мають відповісти на ці виклики інформаційного суспільства.

Розвиток Інтернету, практика його використання (чи навіть – практика життя в Інтернеті) показали його можливості. Зокрема: безмежність інформаційних ресурсів; нематеріальність, текстуальність, умовність, міфологічність, анонімність мережевого спілкування; можливість отримання інформації в текстовій, аудіо, відео формі; можливість для кожного розмішувати в мережі власну інформацію, яка буде доступною для необмеженого числа інших користувачів; можливість зворотного зв'язку та ін. Застосування комп'ютерної мережі веде до структурних і функціональних змін у психологічній структурі діяльності людини, трансформує операційну ланку діяльності (виникають нові навички, операції і способи виконання дій), процеси цілепокладання, мотиваційно-смыслову регуляцію діяльності; виникають нові форми опосередкування і нові види діяльності. Зокрема, використання Інтернету як засобу спілкування істотно впливає на функції і структуру комунікації: актуалізуються функції презентації і самовираження;

утверджується ігровий і карнавальний характер спілкування, соціальні ритуали, окрема міфологія, сленг, допускається множинна ідентичність. Це формує специфічну функцію Інтернет-комунікації – функцію світоутворення (яка несе як можливості, так і загрози).

Але комп'ютеризація, масиви нової інформації, сучасні інформаційні технології не тільки створюють нові можливості, а й загрожують сучасній людині важкими наслідками. Зокрема, «проживання» в Інтернеті не сприяє розвитку емоційної сфери людини; у багатьох користувачів з'являється ілюзія «я все знаю», яка призводить до відсутності у них авторитетів. Окрім того, диверсифікація джерел інформації, збільшення кількості технічно опосередкованих комунікацій, охоплення навчального простору засобами масової інформації, телебаченням та Інтернетом, агресивне нав'язування нових культурних стандартів, вигідних для певних угруповань, розширили можливості серйозних маніпуляцій із суспільною і індивідуальною свідомістю, призвели до появи в молодіжному середовищі нових, технічно зумовлених, психічних станів, девіацій і залежностей (ігроманія, інтернет-залежність). Погіршує ситуацію й те, що в умовах надмірної кількості непотрібної, суперечливої і деструктивної інформації, яка агресивно втручається в повсякденне життя, у більшості людей відсутні навички і знання, необхідні для конструктивної роботи з інформацією. Більш того, відбувається руйнування традиційних схем осмислення дійсності (наприклад, людина перестає думати, запам'ятовувати, апелює до пошукової системи, а не до свого розуму, бездумно використовує Інтернет) та ін.

Підсумовуючи, можемо констатувати: інформаційна епоха, війна, сучасна соціально-політична ситуація в країні суттєво впливають на всі сторони нашого життя, у тому числі й на комунікативні процеси в суспільстві та навчально-виховний процес в освітніх закладах. Внаслідок цього вимоги до кожного працівника освіти, до його методів роботи, комунікативних навичок, професійної компетентності, психологічної культури значно зростають.

1.2. Внутрішні психологічні передумови психологічної культури працівників освіти

Потреба у розвитку власної психологічної культури виникає у працівників освіти тоді, коли в процесі професійної діяльності у них накопичується ціла низка проблем, вирішення яких вимагають наявності психологічних знань і вмінь працювати із врахуванням психологічної реальності (психологічного чинника). Ці проблеми стають певним викликом для професіонала і стимулюють його до самовдосконалення. Але важливо визначити: коли людина може бути здатною до саморозвитку психологічної культури.

Для плідної роботи з розвитку психологічної культури у суб'єкта діяльності мають бути сформовані такі внутрішні психологічні передумови: 1) широкий спектр мотивів (зокрема, внутрішня пізнавальна мотивація; потреба у самоосвіті; потреба в досягненнях; потреба у саморозвитку та

соціогенні здатності для її реалізації, а саме: здатності до рефлексивного співвіднесення власних індивідуально-особистісних цінностей із простором культури, здатності до постановки завдань на самозмінювання, здатності до побудови нових моделей життєдіяльності); 2) ціннісно-смилова сфера має бути представлена інтеріоризованими професійно зорієнтованими настановленнями і цінностями; окрім того, у фахівця має бути досвід реалізації в професійній практиці цих цінностей і настановлень. Зокрема це: специфічна професійна спрямованість на вивчення та перебудову людини; спрямованість на підтримання благополуччя іншої людини; орієнтація на допомогу іншим; спрямованість на співпрацю; загальні гуманістичні цінності (добро, допомога слабшим, альтруїзм тощо); професійні цінності (наприклад, служіння іншим людям; відповідальність за свої дії; увага до людини). Як ми розуміємо, всі названі настановлення і цінності відображають ставлення до людей. Підкреслимо, що ті цінності, на які орієнтована людина, передбачають певні способи поведінки; 3) якості зрілої особистості. Так, зрілій особистості притаманні розвинуті процеси: рефлексії – самоаналіз, самопізнання, самооцінювання своїх здібностей, якостей, недоліків і достоїнств, своєї поведінки, особистісних ресурсів тощо; вольової, мотиваційної, екзистенційної саморегуляції; самоконтролю власної поведінки і діяльності. Для зрілої особистості характерна здатність самостійно працювати над собою, зокрема, над покращенням і розвитком професійно і соціально важливих якостей, над усуненням своїх недоліків тощо; у неї вже сформована позитивна Я-концепція, ідеальна модель фахівця, накопичено позитивний досвід моральної поведінки; 4) світоглядна зрілість (яка, перш за все, характеризується здатністю сприймати світ у багатоманітності його проявів, відповідальним ставленням до своїх дій, зокрема, і в професійній праці); 5) якості суб'єкта як професіонала (це: фахівець, який вже оволодів інструментальною стороною професії; має певний професійний досвід; розвинуті професійні якості та здібності, навички саморозвитку – програмування саморозвитку, самокорекції, самовпливу).

Обов'язковою умовою професійного розвитку (а, отже, і розвитку психологічної культури) є потреба у саморозвитку (чи смислове настановлення на саморозвиток, самозмінювання) та практика її задоволення. Потреба у саморозвитку психологічної культури може виникати у дорослої людини впродовж усього її свідомого життя. Але не завжди людина стає суб'єктом саморозвитку, тобто ініціює цей процес. Важливим підґрунтям для розгортання процесу саморозвитку є усвідомлення потреби у саморозвитку (в нашому випадку – психологічної культури) і наявність у індивіда соціогенних здатностей для її реалізації (Ю. М. Швалб). Комплекс цих здатностей дає змогу здійснювати самозмінювання (зокрема, працювати над підвищенням власної психологічної культури). Це: здатності до рефлексивного співвіднесення власних індивідуально-особистісних цінностей із простором культури; здатності до постановки завдань на самозмінювання; здатності до інноваційного перетворення власного способу

життя на основі отриманих нових можливостей, тобто здатності до побудови нових моделей життєдіяльності. Також саморозвиток (самозмінювання), як відрефлексована діяльність, можливий лише за розвиненої суб'єктності, критеріями якої є: усвідомлення об'єктивності і складності своїх проблем; наявність відповідальності і здатності їх вирішувати; наявність розвинутих навичок самопізнання, самоаналізу, саморозуміння, рефлексії.

Отже, важливими умовами успішної роботи над формуванням і розвитком психологічної культури є розвинуті механізми рефлексії (самоаналіз, самооцінювання) і навички саморозвитку (програмування саморозвитку, самокорекції, самовпливу).

На основі аналізу літератури і власного експериментального дослідження описано «психологічний портрет» працівника освіти з високим рівнем психологічної культури, який виконує функцію зразка (ідеальної мети, еталонної моделі) у процесі формування психологічної культури. У цьому «портреті» здійснено детальну операціоналізацію психологічної культури, як інтегрального утворення. Так, високий рівень розвитку мотиваційного компоненту психологічної культури проявляється: 1) у сильній мотивації до професійного саморозвитку (яку можна побачити за такими зовнішніми проявами: а) наявність тенденції до підвищення професійної компетентності і фахової самоосвіти; б) прагнення до високих стандартів професійної діяльності; в) бажання переймати кращий досвід своїх колег; г) активна позиція, пізнавальна і творча активність (відкритість інноваціям, новим знанням, новій інформації); 2) у специфічній професійній спрямованості на особистість як об'єкт сприйняття, спостереження, вивчення, взаємодії, впливу (її індикаторами, можуть бути: а) інтерес до внутрішнього світу людини; б) виражена й стабільна зацікавленість в отриманні психологічних знань; в) стабільний інтерес до пізнання психологічного аспекту дійсності; г) наявність психологічної позиції); 3) у наявності особистісно й суспільно значущих цілей.

Аналогічно описано прояви високого рівня розвитку інших компонентів (ціннісно-сислового, когнітивного, поведінкового) психологічної культури працівника освіти.

1.3 Психологічна культура працівників освіти в парадигмі діяльнісного саморозвитку особистості

Оскільки, на думку багатьох учених, психологічна культура збільшує ефективність вирішення широкого кола професійних повсякденних завдань, то вона як явище є одним із аспектів процесу формування професіоналізму, компетентності, професійної зрілості (Н. Ю. Певзнер, С. М. Симоненко). Найбільш інтенсивно цей процес відбувається в професійній діяльності, самоосвітній діяльності і в результаті саморозвитку. Тому проблему формування психологічної культури, на наш погляд, логічно розглядати в парадигмі діяльнісного саморозвитку особистості, у рамках якої цілеспрямована професійна діяльність виступає як системоутворювальне

підґрунтя, яке забезпечує саморозвиток особистості (А. М. Леонт'єв, І. Д. Єгоричева, Г. А. Цукерман та ін.).

Найчастіше професійну діяльність визначають як цілеспрямовану діяльність суб'єкта, у процесі якої до нього постійно ставлять ті чи інші вимоги, що стають стимулами для розвитку особистості, для формування певних рис і якостей суб'єкта праці. Тобто професійна діяльність детермінує розвиток особистості; вона ж є і засобом формування суб'єкта діяльності; вона ж може стати потребою, ціллю, цінністю і смыслом життя (С. Л. Рубінштейн, А. Н. Леонт'єв, В. А. Бодров та ін.).

У контексті діяльнісної парадигми опишемо суттєві характеристики саморозвитку, які розкривають психологічний зміст цього процесу і є важливими для визначення шляхів розвитку психологічної культури:

- Саморозвиток – це одна із форм розвитку (поряд із визріванням і формуванням), суб'єктом якого є сама особистість.

- Саморозвиток розгортається впродовж усього свідомого життя індивіда. Але не завжди людина стає суб'єктом саморозвитку, тобто ініціює цей процес.

- Саморозвиток (самовдосконалення) – це активний процес, у якому людина бере на себе відповідальність за своє життя; є суб'єктом, а не пасивним спостерігачем свого існування; людина творить свій власний досвід і має право вибору.

- Саморозвиток – це здатність, процес, вид внутрішньої діяльності. Ці різні аспекти дають можливість більш об'ємного розуміння цього психологічного явища.

- Саморозвиток особистості (на відміну від процесів розвитку) є більш цілеспрямований, керований і усвідомлюваний процес. Тобто зміни особистості відбуваються відповідно до поставленої (усвідомленої) мети, завдяки власним вольовим зусиллям, систематичній праці, самодисципліні, самоконтролю. Завдяки цій більшій усвідомленості, вплив різних чинників і зміни, які відбуваються, можуть більшою мірою аналізуватися особистістю. Вона знає: що хоче змінити в собі, до чого рухається, чим керується, чого прагне, чого очікує.

- Як діяльність, саморозвиток розуміється як особливий, спеціально організований самим суб'єктом вид внутрішньої діяльності (чи тип діяльності), яку людина спрямовує на саму себе і метою якої є позитивні самозміни особистості в напрямку свого «ідеального Я» (І. Д. Єгоричева).

- Професійний саморозвиток (самовдосконалення) також є відносно самостійним видом внутрішньої діяльності, спрямованої на підвищення професійної компетентності людини. З найбільшою ефективністю саморозвиток відбувається в ситуаціях цілеспрямованої поведінки (під час включення особистості, зокрема, у професійну діяльність і орієнтуванні на реалізацію цілей і задач цієї діяльності). Саме в цих ситуаціях зароджуються і формуються системні якості суб'єкта праці, які є відображенням особливостей взаємозв'язків внутрішніх і зовнішніх (діяльнісних і соціальних) чинників, що виступають у ролі вимог до особистості, стимулів

розвитку і формування тих її рис і якостей, які найбільш адекватні конкретним формам поведінки й діяльності.

Узагальнюючи, визначимо саморозвиток як здатність перетворювати власну життєдіяльність і власну особистість у предмет практичного вдосконалення; особистість розглядається як суб'єкт, здатний до саморозвитку, самовизначення, свідомої предметної діяльності, поведінки й саморегуляції та має свій неповторний внутрішній світ (С. Д. Максименко); а головною детермінантою саморозвитку є потреба особистості в саморозвитку, яка є іманентною людській природі (А. Р. Фонарев, О. Н. Апанасенко, А. А. Деркач та ін.).

В умовах інформаційного суспільства здатність до саморозвитку, самовдосконалення своєї професійної діяльності, своєї особистості, здатність до швидкого навчання – це не тільки важливі умови ефективності й успішності професійної діяльності, а й умови виживання в інформаційному суспільстві. Адже сучасний мінливий світ вимагає від людей швидкого реагування на нові обставини.

Розділяючи погляди багатьох науковців на сутність психологічної культури (О. О. Бодальова, Н. В. Чепелевої, В. В. Рибалки та ін.), ми також розуміємо її як інтегральне психологічне утворення з динамічною структурою, у якій поєднуються психологічна компетентність, ціннісно-смысловий компонент (ставлення до людей, світу, власної діяльності), когнітивна складова та рефлексія. Поняття «компетентність» ми розглядаємо (як це прийнято в англійській літературі) як поєднання знань, умінь та здатності застосовувати знання й уміння в процесі життєдіяльності.

Операціоналізацію поняття «психологічна культура працівників освіти» здійснено в парадигмі діяльнісного саморозвитку, що дає можливість розкрити його структуру через такі компоненти (складники): мотиваційний (мотиви професійного саморозвитку; специфічна професійна спрямованість на особистість); ціннісно-смысловий (наявність гуманістичних цінностей, позитивних особистісних і духовно-моральних настановлень); когнітивний (знання із психології людей; освіченість; специфічні знання, яких потребує актуальна ситуація); поведінковий (діяльнісний) компонент; рефлексію (самоаналіз, самооцінювання, розуміння і знання себе та інших людей; адекватна самооцінка тощо). Визначено, що рефлексія (суть якої – розширення меж усвідомлення себе та інших) в контексті формування психологічної культури є її інструментальною складовою. Обґрунтовано, що основними психологічними механізмами розвитку психологічної культури (які актуалізують процеси саморозвитку) є усвідомлення психологічних явищ свого внутрішнього світу, розходження між операційно-технічною і мотиваційною стороною діяльності.

Психологічну культуру як інтегральне психологічне утворення, що формується в діяльності, віднесено до структур найбільш адекватного особистісного забезпечення цілей, задач і змісту діяльності, які виникають у процесі пристосування особистості і діяльності. Психологічна культура розглядається в якості: важливого психологічного засобу саморегуляції та

самодетермінації людини; ресурсу для зменшення негативних впливів інформаційного суспільства та війни; центрального утворення структури професійно-важливих якостей педагога. У професійній діяльності психологічна культура забезпечує високий рівень її успішності, виконує ціннісно-регулятивну, мотивувальну, фасилітативну, розвивальну функції, а також сприяє самореалізації особистості в житті і професії.

2. ВНУТРІШНІ І ЗОВНІШНІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТИ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

2.1. Особливості педагогічного дискурсу в умовах інформаційного суспільства

Інформаційне суспільство – нова історична фаза розвитку цивілізації, у якій головними продуктами виробництва є інформація і знання. Поширення інформаційно-комунікаційних технологій породжує масштабні зміни в сучасному світі, у тому числі й в освітньому просторі, в основі якого натеper лежить взаємодія рівноправних учасників, об'єднаних єдиними нормами і цінностями.

Технічні, технологічні, інституційні та інші зміни освітнього простору несуть як нові можливості для навчання і виховання, так і нові виклики для працівників освіти. Тому традиційна система підготовки працівника освіти у вишах не зовсім відповідає сучасним вимогам. У сучасному світі співіснують різні типи соціальної реальності та форми її пізнання, й успішна життєдіяльність зумовлена значною мірою адаптивністю особистості до змін. Ця особистісна риса формується, у тому числі, і під час професійної підготовки фахівця. На нашу думку, підготовка майбутнього педагога має базуватися на двох основних принципах – фундаментальності та інформатизації. Під *фундаменталізацією* освіти розуміється формування універсальних знань, спрямованих на формування загальної культури майбутніх педагогів, розвиток різних способів мислення і діяльності. Тобто це означає перетворення освіти у справжній фундамент матеріальної, духовної, теоретичної і практичної діяльності людей; поглиблення теоретичної загальноосвітньої, загальнонаукової, загальнопрофесійної підготовки учнів; пріоритетність креативності в навчальній діяльності; розширення поля проектної діяльності в освіті для розвитку і реалізації творчих можливостей учнів.

Визнання *інформатизації* необхідною умовою розвитку країни, її економіки, науки, освіти, культури, національної безпеки знайшло своє відображення у «Стратегії розвитку інформаційного суспільства в Україні». Інформатизація освіти є основою глобального процесу інформатизації суспільства, оскільки саме освіта здатна формувати соціальні, психологічні, загальнокультурні й професійні передумови для побудови інформаційного суспільства. В умовах інформатизації освіти актуальними є проблеми впровадження сучасних технологій у навчально-виховний процес та

підготовки майбутніх педагогів до їхнього використання.

Тож освітній процес у наш час потребує ціннісно-зорієнтованого, компетентнісного підходу, зокрема, розвитку інформаційної грамотності учнів та інформаційної складової психологічної культури працівників освіти. Цим потребам відповідає педагогічний дискурс як контекст педагогічної комунікації зі специфічним професійним наповненням. *Педагогічний дискурс* – це соціальна практика, що охоплює обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприймання й розуміння іншої людини і забезпечує передавання вихованцям через педагога людської культури, знань, ціннісних орієнтацій. Разом із цим педагогічний дискурс – це й усні та писемні тексти, створені в процесі педагогічної комунікації, що полягає у взаємодії педагога з учнями, батьками, колегами.

Суттєвою особливістю педагогічного дискурсу в інформаційну епоху є впровадження в систему освіти (чи можливість такого впровадження) новітніх інформаційних технологій, а саме: 1) *технічних пристроїв* (комп'ютер, принтер, модем, сканер, теле- і відеоапаратура, пристрої для перетворення інформації з однієї форми в іншу тощо), які можна застосувати лише за наявності 2) *операційних програм* та 3) *навчальних програм і систем*.

З появою нових інформаційно-технічних засобів навчання змінюються функції учителя: він перестає бути виключно джерелом інформації для учня і має взяти на себе функції управління пізнавальною діяльністю учнів, спонукати їх до самостійної роботи та самовдосконалення. Водночас учитель має працювати і над своїм саморозвитком, оскільки знання у наш час оновлюються надзвичайно швидко, а інформаційні технології постійно пропонують щось нове.

З метою з'ясувати пріоритети майбутніх педагогів у контексті інформаційного суспільства ми провели опитування студентів філологічного факультету Рівненського державного гуманітарного університету (всього 34 особи). Були перераховані риси, які учитель хоче виховати у своїх учнів, і поставлено завдання оцінити їх за 10-бальною шкалою. За результатами дослідження, такі риси як «інформаційна грамотність, уміння в поводженні з різними електронними пристроями» та «здатність розпізнавати дезінформацію і чинити опір інформаційним маніпуляціям», 52% студентів оцінили у 6-9 балів, а 48% студентів – у 1-5 балів. На нашу думку, такий результат свідчить про недостатнє розуміння майбутніми вчителями того, що сучасні інформаційні та освітні технології – це реальність. Висока технологічність оптимізує процес навчання, освоєння діяльностей, навчальної діяльності, зокрема. Недостатня технологічна складова різних аспектів освіти негативно позначається не тільки на знаннях, компетенціях, а й на розвитку особистості учнів.

Отже, інформаційний супровід педагогічного дискурсу передбачає створення у процесі інформатизації освіти спеціального інформаційного навчального (освітнього) середовища через впровадження сучасних інформаційних технологій педагогічного дискурсу, передусім комп'ютерних, мережових, мультимедійних та інтерактивних, у зв'язку з чим відбувається

суттєва трансформація традиційних форм педагогічного дискурсу, зокрема з'являються принципово нові форми міжособистісного спілкування дискурсантів, наприклад електронні засоби навчання та педагогічні програмні засоби.

Врахування особливостей педагогічного дискурсу в інформаційному суспільстві є саме тим засобом, що може найкращим чином забезпечити створення сприятливих умов для самореалізації та особистісного становлення учня (студента) як активного суб'єкта освіти, а також саморозвитку та фахового зростання педагога.

2.2. Інформаційно-психологічна культура як чинник запобігання інформаційному стресу працівників освіти

Особливості соціокультурних процесів, що відбуваються в сучасному українському суспільстві, призвели до загострення освітніх проблем. Однією з них є те, що рівень ефективності педагогічної діяльності не задовольняє збільшені вимоги до якості сучасної освіти. Освітній процес у нових умовах інформаційного суспільства, з одного боку, і розвиток психологічної науки, розширення сфери її практичного застосування в умовах збройного конфлікту в Україні, з іншого, зумовлюють необхідність вивчення нових засобів для роботи в змінених умовах.

Одним із актуальних завдань сучасної освіти є реалізація глобальних тенденцій її розвитку в умовах інформаційного суспільства, коли фахівець повинен уміти отримувати, опрацьовувати, використовувати, а також продукувати інформацію за допомогою комп'ютерів та інших форм зв'язку, тобто володіти навичками *інформаційної грамотності*. Проте інформаційна грамотність є тільки складовою більш широкого поняття – *інформаційна культура*.

Інформаційна культура – інтеграційна здатність особистості, що виявляється в освоєнні, володінні, застосуванні, перетворенні інформації за допомогою інформаційних технологій і застосуванні цих умінь у навчанні і в подальшій професійній діяльності.

Для сучасного інформаційного суспільства характерним є вплив на людину різноманітних стресогенних чинників (*стресорів*) – соціальних, психологічних, фізичних, інформаційних, що призводить до збільшення психічних та психосоматичних захворювань, зниження тривалості життя, адаптивних функцій, а також імунітету загалом. У зв'язку зі збільшенням інтенсивності інформаційних потоків у сучасну теорію та практику активно входить поняття «*інформаційний стрес*». Донедавна дослідники навіть не розглядали в якості одного з чинників, що викликає професійне вигорання педагогів, інформаційний стрес, в основі якого лежать порушення інформаційно-когнітивних процесів регуляції діяльності. Хоча ще у дослідженнях 1970-х рр. проаналізовано умови виникнення та прояви патології вищої нервової діяльності, обумовленої характерними для епохи науково-технічної революції особливостями, а також викладено результати дослідження саморегуляції мозку в умовах все більших інформаційних

навантажень, сформульовано уявлення про стійкість нервової системи до інформаційних перевантажень та інформаційного неврозу, розглянуто питання про можливі шляхи підвищення цієї стійкості і профілактики та лікування інформаційних неврозів.

З метою оцінювання психічного стану і рівня стресу нами було проведено дослідження за методикою «Шкала психологічного стресу PSM-25» Лемура-Тес'є-Філіона в адаптації Н. С. Водоп'янової, доповненою інформаційним блоком, серед шкільних психологів Києво-Святошинського районного навчально-методичного центру практичної психології (34 особи). Більшість досліджуваних (63 %) показали низький рівень стресу, у 37 % – середній рівень стресу. Ці показники корелюють із даними інформаційного блоку запитань. Так, шкільні психологи із низьким рівнем психологічного стресу менше відчувають перевантаженість інформацією чи її брак, а також більш упевнені у своїй здатності аналізувати правдивість медіаконтенту. І навпаки – шкільні психологи із середнім рівнем стресу більше відчувають перевантаженість інформацією, страждають від її нестачі та оцінюють досить низько свої знання та навички щодо аналізу отриманої інформації.

Результати дослідження, а також всебічне вивчення психологічних аспектів інформаційної культури виявило необхідність запровадження нового поняття – інформаційно-психологічна культура.

Отже, *інформаційно-психологічна культура (ІПК)* – особливий вид культури, що відбиває не тільки загальний соціальний досвід людства, а й індивідуальний досвід людини; забезпечує оптимальну та адекватну реакцію на інформацію, уміння діяти в умовах недостатньої чи надлишкової інформації, оцінювати її якість, відбирати достовірну інформацію; захищає психіку та свідомість від небезпечних інформаційних впливів.

Інформаційно-психологічна культура – важливий складник психологічної культури, що є інтегративною якістю особистості і формується в умовах упорядкованих і неупорядкованих джерел отримання професійної і загальної інформації. Формування і розвиток її можливі тільки за умови безперервної самоосвіти з використанням сучасних технологій (Інтернет та ін.).

Компоненти ІПК: 1) базові психологічні знання; 2) інформаційна культура; 3) психологічна культура орієнтування в сучасному інформаційному просторі: уміння розпізнавати маніпуляції в ЗМК, психологічна готовність до опрацювання отриманої інформації, здатність до інформаційно-психологічного захисту, критичне мислення, емоційний інтелект тощо.

Для ІПК є необхідним розвиток оптимальної реакції на інформацію та адекватної поведінки особистості, формування вміння діяти в умовах недостатньої чи надлишкової інформації, оцінювати її якість, відбирати достовірну інформацію та ін. Важливим складником інформаційно-психологічної культури є інформаційна безпека особистості, яка характеризується захищеністю її психіки та свідомості від небезпечних інформаційних впливів: маніпулювання, дезінформування, образ,

спонукування до самогубства тощо.

В основі формування і розвитку ПК лежить обумовлена психологічними закономірностями розвитку людини інтеграція знань, досвіду діяльності, що активізує самоаналіз і самооцінку власного досвіду, актуалізує потреби в саморозвитку відповідних здібностей і вмінь, психічних і особистісних властивостей і якостей.

ПК працівника освіти – педагога, психолога – значною мірою індивідуальна, оскільки є характеристикою не стільки розвитку певного суспільства, скільки самої людини. Процес формування інформаційно-психологічної культури – постійна еволюція, пошук нового бачення у мінливих соціально-культурних умовах, відмова від стереотипів.

2.3. Особливості формування інформаційної компетентності майбутнього психолога в процесі професійної підготовки

Все більше психологів працюють дистанційно – це вкрай необхідно людям, які не мають можливості дістатися психолога, але потребують його допомоги (інваліди, люди похилого віку, категорія людей, які перебувають на тимчасово окупованих територіях, де йдуть бойові дії).

Українські науковці предметну інформаційно-комунікаційну компетентність розглядають як здатність людини використовувати інформаційно-комунікаційні технології та відповідні засоби для задоволення особистісних і суспільно значущих (у тому числі професійних) завдань у певній предметній галузі.

Внаслідок проведеного дослідження встановлено рівні сформованості інформаційної компетентності у майбутніх психологів. Представники високого рівня відрізняються використанням технічних засобів у своїй професійній діяльності, володіють інформацією про ресурси Інтернет, чітко формулюють завдання, надають допомогу, необхідну для його вирішення, мають досвід організації роботи з клієнтом на відстані, володіють навичками обробки даних математичною статистикою, мають досвід консультування клієнта у режимі онлайн, мають свою власну сторінку у соціальних мережах, мають досвід створення власної інтернет-сторінки, використовують ІКТ для створення професійних форумів, використовують Google presentations для проведення онлайн презентацій та вебінарів, володіють іноземною мовою на рівні B2, впевнені в собі, готові вирішувати складні завдання, готові і здатні навчатися самостійно, використовують ресурси, мають критичне мислення, мають здатність до групової роботи над цілями, персональною відповідальні. Представники низького рівня сформованості інформаційної компетентності значно менше використовують технічні засоби у своїй професійній діяльності, не мають досвіду організації роботи з клієнтом на відстані, не використовують у своїй діяльності мультимедійні презентації, мають низький рівень самоконтролю, низьку адаптивність, не мають знань того, як використовувати інновації.

Результати дослідження визначили рівні сформованості інформаційної компетентності у психологів-студентів, на основі отриманих досліджень буде розроблено методичні рекомендації для вищих навчальних закладів.

2.4. Особливості інформаційно-психологічного впливу на психіку людей

Гібридна війна, яка ведеться проти нашої країни, внесла суттєві зміни в зміст сучасних інформаційних продуктів. Більша їх частина спрямована на «промивання мізків». Проаналізовано особливості цих інформаційних продуктів, а саме – їхній ціннісний, смисловий зміст; форму подачі й наслідки психологічного впливу на людину. Зокрема, встановлено, що головними особливостями їхнього змісту є: домінування викривленої, неправдивої інформації (використовується весь можливий спектр прийомів викривлення інформації: від нахабної брехні до часткових деформацій); матеріали для дестабілізації України; залякування образом ворога; створення культу особистості В. Путіна; маніпуляція міфами минулого. Серед основних особливостей форми подачі інформації, які посилюють ефективність її психологічного впливу: високий темп; навмисна висока емоційність; надмірна кількість інформації; постійний нав'язливий повтор; особливе komponування тем; лаконічність, простота, правдоподібність текстів та ін. Виділено основні функції текстів і відеоматеріалів сучасної інформаційно-психологічної війни (формулювання, створення певної картини реальності, здійснення прямого чи побічного психологічного тиску, вплив на свідомість і підсвідоме, дезінформація).

Постійна нахабна брехня (яка атакує інфраструктуру розуму) і заперечення очевидного мають цілком закономірні психологічні наслідки: вони призводять до втрати довіри до ЗМІ; втрати довіри до авторитетів; втрати відчуття реальності; знищення класичних критеріїв довіри, які допомагали людям жити (наприклад, моральних критеріїв: що таке добро, а що таке зло); втрати бажання думати (хочеться «вимкнути» мозок), розбиратися в соціальних подіях; втрати інтересу до того, що відбувається в соціумі; до суттєвих змін у моральних цінностях. Натомість з'являється недовіра до всіх, байдужість до подій у суспільстві, толерантність до аморальної поведінки; закріплюється некритичність мислення, нездатність відрізнити добро і зло, небажання думати.

Загрозливі психологічні наслідки має і навмисне створення «образу ворога». Так, для того, щоб цього ворога ненавиділи, пропагандисти, зокрема, переводять моделі історичної пам'яті в стан війни. А це призводить до того, що в суспільстві починає домінувати конфліктно-агресивна психологія (ознаками якої є ненависть і зверхність не тільки до інших народів, а й до своїх співгромадян); укорінюється модель конфронтації, яка провокує насильство. Тобто в масовій свідомості самих росіян відбуваються деструктивні процеси.

Результати емпіричного дослідження, у якому вивчались психологічні наслідки впливу сучасних інформаційних продуктів, показали, що у значної

кількості досліджуваних відсутні навички самостійного мислення, що проявляється: у схильності зводити нове і невідоме до старого і звичного; у відсутності прагнення збирати інформацію, щоб мати змогу побачити об'єктивну картину; у некритичному засвоєнні інформації зі ЗМІ; у відкиданні логіки і здорового глузду. У частини досліджуваних виявлено: настановлення на сприйняття соціальної інформації, які заважають об'єктивно аналізувати інформацію; пояснення світу через конфлікт і кризи; втеча від соціальної відповідальності.

Розглянуто психологічні механізми прихованих прийомів маніпулятивного впливу на психіку людини. Показано, що особливу небезпеку представляють прийоми неспецифічного навіювання, сугестії, адже вони впливають на підсвідомість і призводять до некритичного сприйняття людиною інформації, настроїв, почуттів, до формування бажаних (для маніпулятора) шаблонів поведінки і стереотипів мислення. Так, завдяки неспецифічному навіюванню у об'єкта впливу виникають негативні психічні стани (астенічні, агресивні емоційні стани, когнітивний дисонанс), що викликають заплановану маніпулятором поведінку. Оскільки емоційна оцінка у людей превалює над інтелектуальним обмірковуванням, емоційний вплив інформації на людину є найбільш ефективним. Описано прийоми, завдяки яким здійснюється неспецифічне навіювання (у якому активно використовують афективну сферу людини): залякування, породження страхів, нав'язування очікування катастрофічних подій; провокування астенічних психічних станів (занепокоєння, тривоги, депресії, апатії, страху, паніки тощо); ініціювання агресивних емоційних станів; навмисне драматизування; актуалізація вигідних для маніпуляторів стереотипів та ін..

В інформаційній війні активно використовуються і технології реформування свідомості та психологічного контролю за особистістю. Реформування свідомості відбувається непомітно, оскільки здійснюється поступово, на основі навіювання, інформаційного перевантаження чи тотального контролю емоцій, поведінки, думок та інформації. Непомітно для самої людини, у неї з'являється нова система уявлень та сприйняття реальності, нові моделі мислення і поведінки; починає відбуватися процес автоматичної фільтрації інформації.

Отже, використання психологічних факторів різко збільшує силу впливу інформаційних продуктів.

2.5. Вплив стресу на професійні здатності педагогів

Педагогічна професія є надзвичайно чутливою до впливу різного типу стресів. У документах ETUCE (Європейський комітет профспілок освіти) наголошується на тому, що навіть у благополучних, багатих європейських державах педагоги страждають на різні типи розладів психічного та фізичного здоров'я, породженого стресами – при цьому стрес може виступати як причиною, так і наслідком захворювання. До чинників, що викликають найбільшу травматизацію педагогів, відносяться нервові перенапруження, фрустрація, соціоекономічні причини, втрата відчуття

стабільності та безпечності на робочому місці, недостатній рівень соціального визнання учителя та організація роботи в школах, яка часто підпорядковується авторитарним еталонам, є рутинною та позбавленою можливості прояву ініціативи.

Наслідком впливу різних травмівних чинників може бути як втрата, так і блокування педагогом низки професійних якостей, які, по суті, визначають рівень ефективності його діяльності.

Всі названі ETUCE причини впливають і на педагогів України, однак до них долучаються ще й специфічні фактори, породжені «гібридною» війною, травмівний вплив якої в разі збільшує можливість виникнення травматичних розладів у населення.

Щоб виявити, як саме впливає стрес «гібридної» війни на українських педагогів, їхню психологічну культуру, співробітниками лабораторії психодіагностики та науково-психологічної інформації було проведено дослідження у містах Києві та Мінську (столиці країни, у якій не відбуваються воєнні дії, і водночас населення за своїм менталітетом близьке до українців) за допомогою Міссісіпської шкали для оцінки посттравматичних реакцій.

Як показали дослідження, Міссісіпська шкала має необхідні психометричні властивості, а високий підсумковий бал за шкалою добре корелює з діагнозом «посттравматичний стресовий розлад» та досить точно виявляє рівень адаптації/деадаптації до травмівної події (подій).

Дослідження в м. Києві проводилось у перший день після закінчення зимових канікул, а у м. Мінську – з кінця квітня до кінця другої декади травня. Такий підхід мав *сприяти виявленню впливу саме гібридної війни* на психологічний стан досліджуваних, оскільки зрозуміло, що негативна дія кумулятивного стресу, пов'язаного з професійною діяльністю педагогів, вища перед закінченням навчального року, ніж відразу після довготривалого відпочинку на новорічні та різдвяні свята. Проведене дослідження показало високий рівень травматизації київських педагогів, які за своїми середніми показниками значно випереджають середні показники мінських педагогів (89,17 балів проти 75,75), що свідчить про те, що на психічне здоров'я київських педагогів дійсно діє додатковий стрес «гібридної» війни, хоча жодних бойових дій Київ не зазнав. Педагоги м. Києва травмуються опосередковано через переживання подій, які відбуваються на Сході країни, та шляхом «вторинного стресу», що з'являється в ході спілкування з людьми, які пройшли через страхіття війни (воїни АТО, волонтери, вимушені переселенці, члени родин загиблих чи поранених, тощо) та співпереживання з ними.

Під час проведення аналізу особливостей виявлених посттравматичних стресових розладів важливо звертати увагу на групи симптомів, найпоширеніші серед яких:

- симптоми вторгнення – травмівні спогади, нічні кошмари;
- симптоми уникнення – уникання нагадування про травмівні події;

- гіперактивація – постійне психофізіологічне збудження, порушення сну;

- почуття вини та суїцидальність – важкий психоемоційний стан.

У рейтингу значущості для вчителів-киян на першому місці стоїть група вторгнення, потім гіперактивації, за ними йде група уникнення і практично поруч – група симптомів почуття вини та суїцидальність. Педагоги-кияни боліше переживають відчуття вини; з тривогою відмічають у себе погіршення когнітивних здатностей (пам'яті, уваги); їх хвилюють нездатність зосередитись, зросла власна неврівноваженість, неспроможність поділитись своїми проблемами з близькими, дискомфорт у натовпі, тривожність, страх перед неочікуваним, незрозуміла постійна втома, внутрішній неспокій, психічна вичерпаність.

Складність проблеми збільшується й тим, що з кожним днем неоголошеної війни в класах збільшується кількість психологічно травмованих дітей, і якщо спочатку це були виключно вимушені переселенці, то тепер до них приєдналися діти бійців і волонтерів АТО. І кожна постраждала дитина вимагає особливого ставлення до себе з боку педагога, яке, на жаль, багато педагогів просто не в силі проявити внаслідок власного травмування.

В особистих розмовах із психологами педагоги скаржились, що їм стало важче готуватись і проводити заняття з дітьми, що вони відчувають нехіль до роботи, а особливо їх хвилювало те, що вони почали помічати у собі намагання уникати розмов і роздумів про складні обставини в житті дітей, контактів з дітьми та батьками, які пережили важку психологічну травму.

Педагоги відмічають, що у них зросла агресивність, з'явилися почуття негативізму, бажання знайти винного, яке супроводжується підвищеною дратівливою реакцією на порушення з боку дітей. Помічене явище, звичайно, потребує глибшого вивчення, однак можна сказати, що гібридна війна породжує гібридний стрес, який поєднує ознаки кумулятивного стресу, травмивного стресу та вторинного стресу. «Вторинний стрес» – це стрес, так би мовити, «присвоєний» через спілкування з постраждалими внаслідок дійсного травмивного стресу. Його прояви дещо подібні до проявів «вигорання» і характеризуються: хронічною втомою; почуттями безнадії, відчаю, безвиході, нудьги; апатією, депресією; небажанням спілкуватися з постраждалими особами; гнівом, цинізмом, песимістичним баченням ситуації, безпричинною тугою; антипатією до себе та інших; почуттям вини і беззахисності; підвищеною дратівливістю, емоційною нестабільністю.

У ситуації, коли різні види стресу, поєднуючись та кумулюючись, спричиняють особливо сильний вплив на психіку людини, учителі, захищаючи своє психічне здоров'я та знижуючи рівень власної емоційної напруги, неусвідомлено блокують свої емпатійні здатності. Така поведінка зі сторони може виглядати як черствість, бездушність або навіть жорстокість стосовно дітей та їх батьків, а почасти зникнення психологічної культури вчителя взагалі.

Зрозуміло, що ці прояви стресових розладів, спричинених як первинним, так і вторинним стресом, негативно позначаються на професійній спроможності учителів. Хронічно втомлений, знервований педагог, якому важко зосередитись, у якого значно погіршилися пам'ять та увага, зросла тривожність, знизився рівень самоконтролю, навряд чи може бути ефективним учителем чи вихователем.

3. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ

3.1. Особливості формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві

Як психологічне новоутворення, психологічна культура може бути сформована цілеспрямовано чи стихійно, свідомо вихована в собі чи непомітно увібрана людиною ззовні (це один зі способів становлення поведінки в суспільстві). У проведеному дослідженні розглядалися шляхи свідомої цілеспрямованої роботи над формуванням психологічної культури. Тому ми спираємося на таку загальнометодологічну тезу: самодетермінаційні процеси розгортаються і проявляються в процесі реального здійснення тієї діяльності, у яку включена особистість.

У результаті теоретико-методологічного аналізу проблеми формування психологічної культури у парадигмі діяльнісного саморозвитку розроблено концептуальну модель формування психологічної культури працівників освіти. Ми вважаємо, що потреба у саморозвитку психологічної культури виникає у працівників освіти тоді, коли в процесі професійної діяльності у них з'являються проблеми, вирішення яких вимагають наявності психологічних знань і вмінь працювати із врахуванням психологічної реальності. Усвідомлення цієї потреби та соціогенні здатності для її реалізації є підґрунтям для розгортання процесу саморозвитку, який приводить до вдосконалення психологічної культури, що збільшує ефективність вирішення широкого кола професійних завдань.

Запропоновано модель процесу формування (розвитку чи підвищення рівня) психологічної культури працівників освіти, згідно якої найактивніший розвиток психологічної культури відбувається всередині професійної діяльності, у процесі професійного саморозвитку особистості, її самоосвітньої діяльності і в умовах спеціально організованих тренінгів і майстер-класів. Елементи (компоненти, складники) психологічної культури набуваються в процесі освітньої і самоосвітньої діяльності та діяльності саморозвитку, освоюються в ході тренінгів і майстер-класів, випрацьовуються і закріплюються безпосередньо в процесі професійної діяльності, після чого стають внутрішнім надбанням особистості (інтеріоризуються).

Визначено основні шляхи підвищення (розвитку, вдосконалення) психологічної культури працівників освіти: когнітивна її складова розвивається переважно через формування *психологічної грамотності* як

певного обсягу психологічних знань (які забезпечують необхідне підґрунтя для орієнтації в інформаційному суспільстві, для розуміння психологічних особливостей сучасних учнів, для знайомства із сучасними методами роботи з дітьми тощо); поведінкова складова розвивається переважно через формування *психологічної компетентності* (що забезпечує ефективність професійної діяльності, поведінки та соціальної взаємодії з вихованцями й педагогічним колективом в умовах інформаційного суспільства). Зазначено, що: *значущість психологічних знань* полягає в тому, що вони виступають засобом саморозвитку, самоосвіти і самодетермінації особистості; але підвищують психологічну культуру працівника освіти ті знання, які відповідають вимогам сучасного світу і, зокрема, розвивають здатності людини до ефективної діяльності в умовах інформаційного суспільства, швидкої зміни ідей, знань і технологій.

Для підвищення психологічної грамотності працівників освіти в умовах інформаційного суспільства, насамперед, необхідно *усвідомлювати* те, що успішне вирішення професійних проблем потребує: наявності все більшого обсягу психологічних знань (а також нових умінь, навичок, нових компетенцій); розширення обсягу тих психологічних і специфічних знань, що сприяють ефективній професійній діяльності в умовах інформаційного суспільства і актуальної ситуації в країні (зокрема: освоювати активне інтернет-середовище як джерело нової інформації і комунікативне професійне середовище; розширювати знання про особливості психічного та соціального розвитку сучасних дітей та психологічні закономірності впливів інформаційного суспільства на дітей і дорослих; набувати знання про роботу з тими, хто пережив психічну травму, хто має посттравматичний стресовий розлад та ін.).

Для підвищення психологічної *компетентності* (як складової психологічної культури працівників освіти) насамперед необхідно працювати над тими аспектами психологічної культури, які мають найбільш суттєвий вплив на цей психологічний феномен. Зокрема, це: рефлексія; фасилітація (як інструмент реалізації специфічної професійної спрямованості на перебудову людини); психологічна спостережливість і психологічна проникливість (особливі здатності, що характеризують спрямованість працівника освіти на виділення й пізнання психологічної реальності); ціннісно-смилова сфера (відкриття нових смислів діяльності; здобуття професійних цінностей; пошук і вибір стратегій професійного життя; смислу життя); психологічна саморегуляція (самоконтроль, саморегулювання емоційних станів і властивостей, саморегуляція діяльності, регулювання взаємин з іншими людьми); комунікативна компетентність (зокрема, вміння спілкуватися з різними людьми; вміння створювати позитивну психологічну атмосферу в процесі спілкуванні тощо).

Визначено *зміст психологічних тренінгів і майстер-класів*, спрямованих на формування психологічної культури працівників освіти. Так, розвивати психологічну спостережливість і психологічну проникливість, *тобто здатності виділяти й пізнавати психологічну реальність* можна через

оволодіння: навичками візуальної діагностики; вміннями розшифровувати поведінку людей у ситуації стресу і розпізнавати в поведінці прояви посттравматичного стресового розладу; вміннями отримувати під час спостереження психологічну значиму інформацію.

3.2. Особливості проявів психологічної травми у дитини

В останні роки в нашій країні значно збільшилася кількість дітей, у яких більшою чи меншою мірою проявляються ознаки посттравматичного стресового розладу. Безсумнівно, діти з психологічною травмою зустрічалися в школах і раніше (це наслідки техногенних та природних катастроф, сімейного насилля, смерті близької людини тощо). Хоча і тоді вчителі, як правило, не зовсім розуміли, що таке психологічна травма і працювали з дитиною, спираючись на свій досвід і здоровий глузд. Однак зараз, коли таких дітей зустрічається в рази більше, цього замало – потрібні точні знання.

Ці *специфічні знання* (до яких відносяться знання про особливості посттравматичних стресових розладів) є *складовою психологічної культури* працівника освіти, без яких неможлива успішна професійна діяльність цих фахівців в сучасних умовах. На жаль, дослідження, проведені в нашій лабораторії, виявили низьку психологічну компетентність вчителів і шкільних психологів у царині роботи з дітьми, які пережили травматичний стрес. Не маючи базових знань про сутність і багатоаспектність посттравматичного стресового розладу (ПТСР), не знаючи головних ознак таких розладів, вони можуть неправильно інтерпретувати поведінку дитини: особливості поведінки, неуспішність аналізуються з позиції мирного часу; поведінку, викликану пережитими подіями, сприймають не як тимчасові прояви, а як особистісні риси учня, а відтак починають застосовувати до нього усталені виховні прийоми, що лише погіршує ситуацію. Часто такий підхід, без перебільшення, має жахливі наслідки для дитини. Наприклад, учня, який не здатен зрозуміти найпростіший навчальний матеріал, не може вивчити найлегшого віршика, постійно порушує дисципліну, б'ється з іншими дітьми, не може всидіти на місці, а на прості зауваження відповідає агресією або істерикою, *зараховують до категорії недостатньо розвинених, а то й розумово відсталих*. Зрозуміло, що подібні прояви не полегшують учневі шкільного навчання. Додаткові заняття, які проводяться традиційними, звичними методами, не дають жодних результатів, а то й погіршують ситуацію, і через певний час і учитель, і батьки, і сама дитина починає сприймати себе як тотально неуспішного, недисциплінованого учня, який не здатен задовільно засвоїти програму.

До *основних видів подій*, які можуть нанести психологічну травму дитині відносяться: війна як така, та вимушене переселення як її наслідок, терористичні акти, важка природна або техногенна катастрофа з багатьма жертвами; природні катаклізми без катастрофічних наслідків (землетрус, цунамі, пожежа, велика повінь); смерть близької людини у родині;

сексуальне або фізичне насилля; розлучення батьків; важка хвороба; перебування без батьків у лікарні тощо.

Слід зазначити, що контингент психологічно травмованих дітей постійно змінюється. Якщо спочатку це були діти-переселенці, то тепер, найбільш травмовану категорію складають діти учасників АТО (солдатів, медсестер, волонтерів, журналістів) – воюючих, загиблих, поранених, а також і тих, хто повернувся з війни зовсім іншою людиною, ніж ішов на неї.

Наукові дослідження проблеми ПТСР у дітей і підлітків показали, що у більшості випадків цей розлад проявлявся у них у перші кілька тижнів, тоді як відтермінована форма зустрічалася рідко. Учні приходять до школи із *специфічними проявами травми*, причому ці прояви відмінні у різних вікових групах. Так, у дітей молодшого шкільного віку основними ознаками *посттравматичного стресового розладу* є: 1) безпричинна тривога; 2) страх повторення травмивних подій; 3) зміни в поведінці дитини, негативні зміни характеру; 4) розпорошеність уваги та нездатність до її концентрації; 5) раптові спалахи гніву, агресії; 6) ігнорування життя класного колективу; 7) підозрілість; 8) головний біль, біль у животі; 9) втрата інтересу до шкільної успішності; 10) розмови та запитання про смерть; 11) проблеми із сном та ін.

Підлітковий вік – це період складних внутрішніх трансформацій, гормональних вибухів, пошуків своєї самоідентичності, максималізму та протистояння з батьками. Тому особливо важко відбивається психологічна травма *на підлітках*. Пережиті страшні події ламають уявлення про себе і світ, зупиняють процес формування самоідентичності, спотворюють взаємини з оточенням. У підлітків симптоми ПТСР зазвичай більше схожі на симптоми дорослих. Це: 1) повторне переживання травмивної події в уяві (флешбек); 2) уникання нагадувань про травмивну подію; 3) надзбудження; 4) емоційне «омертвіння»; 5) емоційний дистрес; 6) негативні зміни в поведінці; 7) пригнічений настрій; 8) проблеми в школі; 9) вживання алкоголю або наркотиків; 10) поява безрозсудної поведінки; 11) думки або спроби суїцидів та тілесних пошкоджень; 12) проблеми в побудові стосунків; 13) втрата надії на майбутнє; 14) нічні кошмари, проблеми із сном та ін.

Звичайно, далеко не у всіх постраждалих підлітків розвивається ПТСР, у більшості травма може проходити без віддалених наслідків або з певними психічними розладами, які в цілому не впливають на їх життєдіяльність. Однак ПТСР – це дуже підступна хвороба. Вона може довгий час розвиватися без видимих ознак і спалахнути через кілька років після пережитої травми. Це призводить до помилок у діагностиці, оскільки не тільки вчителі, але навіть батьки, не розуміючи причини раптових змін у поведінці дитини, схильні приписувати їх зовсім іншим чинникам.

3.3. Дискурс психологічної допомоги постраждалим від воєнного конфлікту

В процесі роботи над темою нами було досліджено український соціокультурний контекст організації системи психологічної допомоги, а саме систему принципів організації психологічної допомоги в екстремальній

ситуації та систему вітчизняних уявлень про психологічні негаразди, психологічне благополуччя і психологічну допомогу як спосіб досягнення душевного благополуччя (у двох площинах – синхронічній та діахронічній – що одночасно співіснують у сучасному інформаційному просторі та характерні для певних епох, що змінювали одна одну в часовій перспективі).

Базовими принципами надання психологічної допомоги в межах психологічної реабілітації можна вважати: принцип комплексності й системності; ранній початок та своєчасність; індивідуальний підхід; принцип гнучкості; послідовність; наступність; відповідальність та активна участь потерпілих у реабілітаційній програмі; створення атмосфери турботи, психологічної підтримки з боку родини, близьких і суспільства; фокусування на посттравматичному зростанні.

Важливим принципом є багаторівневність. Кожен рівень, на якому надається психологічна допомога, передбачає реалізацію різноманітних заходів, різних форм психологічної допомоги, а відтак – певних вимог до підготовки тих, хто надає психологічну допомогу. Це залежить від особливостей потреб, соціальної ситуації і психологічного стану постраждалих.

Нами було запропоновано виділити п'ять рівнів психологічної реабілітації, на кожному з яких необхідні певні втручання: невідкладна психологічна допомога; соціально-психологічна стабілізація із метою сприяння процесу адаптації; психологічний супровід, метою якого є сприяння осмисленню досвіду, отриманого в екстремальній ситуації, та втіленню його в життя; власне психологічна реабілітація спрямована на відновлення або компенсацію порушених психічних функцій, особистісних властивостей, системи соціальних стосунків, боездатності/працездатності та комплексна психологічна і психіатрична допомога при патологічних типах реагування на травмівні події та у випадку психосоматичних і соматичних розладів.

В межах теми «Дискурс психологічної допомоги постраждалим від воєнного конфлікту» було узагальнено найновіші досягнення світової психології щодо травмівних, стресових та кризових станів, було виділено типи психотравм та особливості індивідуального переживання травмівних подій.

Опираючись на виділені нами в попередніх дослідженнях традиційні соціокультурні моделі здоров'я, визначальні для українського соціуму, ми розглянули характерні для кожної моделі уявлення про благополуччя та шляхи його досягнення.

1. Архаїчна модель здоров'я, в основі якої лежать анімістичні вірування про наявність душі чи духу в явищах природи, речах та предметах, займає суттєве місце в картині світу сучасної людини: для постраждалих від воєнного конфлікту характерна низка марновірств, що дає їм змогу на короткий час зменшити рівень тривожності.

2. Для української картини світу цінність родини як запоруки благополуччя була завжди великою, але особливо вона зросла у роки

неблагополуччя в суспільстві. Не лише в Україні, а й у світі загалом спостерігається тенденція до руйнування сімей ветеранів. З одного боку, це відбувається тому, що демобілізовані не завжди можуть взяти на себе відповідальність за своє благополуччя (й родини); а з іншого боку, близькі не завжди можуть надати потерпілому належну психологічну підтримку й допомогу.

3. Адаптаційна модель благополуччя (необхідно робити, як всі, шанувати думку оточуючих, не виділятися) завжди була яскраво виражена в українській національній картині світу. Соціум в уявленнях українців завжди сприймався як несприятливий, ворожий людині, можливо, тому й необхідно було до нього пристосовуватися. Сьогодні адаптаційна до соціуму модель благополуччя є неоднозначною і суперечливою системою, викликає протест проти необхідності пристосовуватися до правил життя нездорового суспільства. Ветерани, повертаючись до мирного життя, часто страждають від вторинного стресу. Їм дуже важливо знайти цікаву роботу з гідною матеріальною оплатою, але поряд із цим вони страждають від соціальних страхів, проявляють агресію, захищаються від надмірних соціальних контактів, перевантажень, прискороного темпу життя; виявляють нетерпимість до ситуацій, коли їх не розуміють.

4. Адаптаційна модель до природи розглядає благополуччя як гармонійне співіснування з природним оточенням. Близькість до природи, до життя відповідно з її законами, стабільність визначає традиційне світобачення українців. У ситуації воєнного конфлікту люди починають більше цінити прості речі, прагнуть до стабільності, відсутності непередбачуваних змін; у них зростає потреба до природного способу життя, роботи на землі.

5. Християнська модель здоров'я ґрунтується на тому, що благополуччя/неблагополуччя людини залежить від виконання моральних законів, вона продовжує античну традицію особистої відповідальності людини за здоров'я, але насамперед за духовне та душевне. Близька до християнської антропоцентрична модель, тут благополуччя і неблагополуччя теж пов'язуються з особистісним розвитком людини, її психологічною зрілістю, в Україні почала формуватися в 90-ті роки минулого століття, у зв'язку з розвитком практичної психології та психотерапії.

В останні роки серед фахівців, що надають психологічну допомогу, стає популярною модель посткризового зростання. Сьогодні важливо, щоб люди, що надають психологічну допомогу самі стали носіями моральних цінностей, жили й діяли у відповідності з ними.

3.4. Психологічні особливості роботи вчителя з дитиною, яка перенесла психологічну травму

За останні роки в школах України з'явилося багато дітей, які пережили важкий травмівний стрес. Це і діти із сімей вимушених переселенців із Криму та Донбасу, і діти учасників АТО, волонтерів, медиків, журналістів. Щоб зменшити негативні наслідки цього стресу, украй важливо вчасно

забезпечити травмованих дітей адекватною психолого-педагогічною допомогою. Однак, як це не прикро визнавати, система шкільної освіти загалом, а педагоги, психологи, соціальні педагоги та класні керівники, зокрема, виявилися не готові до кваліфікованої підтримки і допомоги дітям з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Адже раніше стрес не був розповсюдженим явищем і знання про нього у педагогів дуже обмежені. Тому вивчення проблеми, аналіз можливостей та обмежень у здійсненні допомоги постраждалим учням має велике соціальне значення, оскільки дає можливість розробити ефективні методики роботи педагогів з цією категорією дітей, що сприятиме швидшому подоланню наслідків психологічної травми та збереженню їх психічного здоров'я.

Кожна дитина по-своєму переживає складні обставини життя. Більшість поступово звільняється від наслідків стресу і в подальшому їхній розвиток не зазнає жодних змін, спровокованих травмівною подією. Таким дітям потрібні лише опіка, захист, розуміння та допомога дорослих. Однак частина дітей так важко переживає травму, що без спеціалізованої психологічної допомоги не може подолати її наслідки. Тому вчитель повинен відстежувати прояви посттравматичного стресового розладу, і якщо їхня кількість не зменшується протягом 3-х місяців, направити дитину до шкільного психолога. Слід пам'ятати, що ознаки посттравматичного стресового розладу можуть почати проявлятися не відразу, а через кілька місяців, а то й років. Тому вчитель повинен відслідковувати поведінку дітей з *травмою в анамнезі*, щоб вчасно помітити небажані зміни. Звичайно, на основі спостереження не можна визначити наявність посттравматичного стресового розладу у дитини, та цього вчитель і не повинен робити. Це може зробити лише психолог, який пройшов спеціальну підготовку, або хоча б вивчив літературу з проблем ПТСР. Тому важливим елементом роботи з постраждалими дітьми є учительське спостереження та фіксування його наслідків.

Крім спостереження, вчитель може провести *соціометрію*. Вона тим більш доцільна тому, що складною проблемою для постраждалих внаслідок воєнних дій дітей стає збереження або розвиток дружніх стосунків з однокласниками. Учителі повинні постійно відслідковувати стосунки постраждалої дитини з однокласниками та протидіяти їй «випадінню» з колективу класу.

Звичайно, основна робота з постраждалою дитиною належить до обов'язків психолога. Але вчитель теж повинен внести свою лепту. Зокрема, він має *створити комфортні умови перебування* такого учня в класі. Для цього вчитель, насамперед, повинен вивчити ознаки посттравматичного стресового розладу і з розумінням ставитись до «особливостей» поведінки постраждалої дитини як під час уроків, так і в позаурочний час. Досить часто конфліктні взаємини педагога і дитини з психологічною травмою підсилюються непорозуміннями між школою і батьками дитини. Вчителі забувають, що у більшості випадків батьки такі ж постраждалі, а тому чекають підтримки і порад, а не вимоги «щось зробити з дитиною».

Дітям з психологічною травмою необхідне спокійне, унормоване життя. Будь-які раптові зміни можуть викликати напади паніки, тому треба намагатися дотримуватися узвичаєного порядку життя класу. Чим більше рутинності, відповідності правилам розпорядку, дотримання сталих процедур, міні-традицій класу буде в роботі учителя, тим для постраждалої дитини ситуація буде спокійнішою.

Щоб забезпечити дитині підвищений рівень підтримки, учитель повинен підбадьорювати її, допомагати у складних випадках, формувати впевненість у тому, що вона завжди знайде у вчителя захист та розуміння. Час від часу дітям, які пережили психологічну травму, стає надважким перебування серед інших дітей. Тому у школі повинно бути певне «місце спокою», куди вони можуть піти і виплакати, викричати свої емоції, чи просто посидіти, вгамовуючи внутрішній біль.

Коли вчитель помічає, що психологічно травмований учень став напружений, почав проявляти різного роду агресію, у нього з'явилися тіки чи сіпаються м'язи, то краще запропонувати йому піти та посидіти в тихому кабінеті психолога чи медсестри. Така пропозиція повинна робитися тихо, на вухо дитині, щоб це не звучало як наказ або покарання.

Дирекція школи повинна вимагати, щоб усі співробітники, які контактують із постраждалими дітьми, дотримувались *єдиного стилю поведінки та однотипності вимог*, оскільки таким дітям дуже важко прилаштуватися до відмінностей у взаємодії педагога і учня. Слід намагатися максимально уникати всього, що може нагадати школяреві травматичні події.

Як показує досвід, педагогам особливо важко працювати з дітьми, у яких *загинули батько чи матір*. Ці діти переживають травматичну реакцію горя (ТРГ), ознаки якої гостріші, ніж у випадку очікуваної смерті після довготривалої хвороби. Школа повинна подбати про те, щоб дитина відчувала підтримку і захист.

Як уже говорилось вище, батьки психологічно травмованих дітей зазвичай теж мають ознаки посттравматичного стресового розладу і не завжди готові йти на співпрацю зі школою. Однак без участі батьків посправжньому допомогти дитині просто неможливо. Тому потрібно приділити максимум зусиль для побудови взаємодії педагогів і батьків через систему змістовних, емоційних, комунікативних та дієвих зв'язків.

3.5. Діагностика і формування психологічної культури вихователів дошкільних навчальних закладів

Актуальність дослідження проблеми психологічної культури педагога обумовлена провідною роллю цієї якості в процесах життєдіяльності людини, її спілкування, соціальної адаптації, продуктивного особистісного розвитку.

Аналіз досліджень, присвячених цій темі, дає змогу зробити висновок про відсутність єдиного розуміння сутності та структури згаданого феномена. У той же час, для сучасної психологічної думки характерно визнання того, що представлені в психологічній культурі цінності тілесної,

душевної та духовної розвиненості, зрілості фактично інтегровані в число базових цінностей сучасного суспільства й існують як аксіоми культури.

У нашому дослідженні в якості критеріїв психологічної культури використовувалися такі властивості, які описують: *комунікативну компетентність* (товариськість; стиль спілкування з дітьми; комунікативні та організаторські здібності); *мотиваційний* (спрямованість на певний вид діяльності), *рефлексивний* (самооцінка) та *афективний* (емоційний інтелект) компоненти психологічної культури і таку професійно важливу якість, як емпатійні здібності. Ми виходили з того, що в основі психологічної культури працівників освіти лежить психологічна компетентність, яка, по суті, складає поведінковий (діяльнісний) компонент психологічної культури (тобто здатність здійснювати педагогічну діяльність на практиці). Водночас поведінковий компонент психологічної культури педагога будується на комунікативному складнику.

Для вимірювання обраних критеріїв психологічної культури підібрано низку тестів, за допомогою яких було проведено пілотажне дослідження, у процесі якого вирішувались такі завдання: 1) вимірювання показників сформованості основних компонентів психологічної культури педагогів-дошкільників; 2) виявлення загального рівня психологічної культури педагогів-дошкільників; 3) вивчення стану їхньої готовності до роботи з дітьми-переселенцями.

Результати нашого дослідження показали, що: 19 % опитаних педагогів виявили високий рівень психологічної культури (їм притаманний дуже високий рівень розвитку комунікативних і організаторських здібностей; вони здатні управляти своїми й чужими емоціями; мають рівень емпатії не нижчий за середній; мають адекватну самооцінку; у них переважає демократичний стиль спілкування; для них є характерними високі показники усіх форм професійної спрямованості); 75 % педагогів виявили середній рівень розвитку психологічної культури (вони в цілому добре розуміють себе і інших в емоційному плані; відчують психологічне благополуччя; комунікабельні й товариські; мають трохи знижені показники розвитку емпатії та завищені самооцінки та ін.); 6 % досліджуваних виявили низький рівень розвитку психологічної культури.

Проведена діагностика готовності старших дошкільників (дітей вимушених переселенців) до навчання в школі показала: хоча показники особистісної та соціально-психологічної готовності до школи у цих дітей були трохи знижені, результати їх загальної діагностики практично не відрізнялися від результатів маленьких киян. 24 % з них показали високий рівень готовності до навчання в школі, решта 76 % – середній. Ми вважаємо, цей факт обумовлений тим, що ніхто з цих дітей ні був безпосереднім свідком бойових дій, а їх родини не зазнали невідновних втрат. Але на момент тестування пройшло ще недостатньо часу для остаточного виключення деяких ознак травматизації. Згодом можуть проявитися відчуття дискомфорту, зниження активності та самооцінки, підвищення тривожності, агресивності, виникнення негативного ставлення до інших. Тому психолого-

педагогічний супровід повинен враховувати не тільки рівень розвитку дитини, наявні у неї труднощі і проблеми, але й індивідуальні особливості кожного малюка, тоді дитина швидко адаптується до умов життя, у неї значно активніше компенсуються пошкоджені функції.

Можна виділити два бар'єри, що стоять на шляху педагога до опанування високого рівня педагогічної культури. Перший з них (зовнішній) базується на тому, що педагогічний процес відображає в мініатюрі відносини в суспільстві в цілому; і якщо в останньому тривалий час відбувається військовий конфлікт і від травматичних подій страждають і дорослі, і діти, то досить складно в окремому педагогічному колективі створити атмосферу відкритості, довіри й задушевності для виховання особистості, яка тонко відчуває іншого. Другий (внутрішній) бар'єр має два аспекти: індивідуальні особливості особистості, які не завжди сприяють розумінню і підтримці інших, та психологічні стани (тривожність, стрес, емоційне вигорання та ін.), що посилюються специфікою педагогічної праці. За результатами дослідження було розроблено тренінг для підвищення психологічної культури педагогів.

3.6. Валеологічна культура вчителя як умова збереження здоров'я учнів в інформаційному суспільстві

Здоров'я кожної окремої людини – це є в цілому здоров'я української нації. Економічна криза, екологічні проблеми, соціальне напруження, недосконала система охорони здоров'я в нашій країні і вкрай низька валеологічна культура населення негативно впливають на стан здоров'я людей.

Основна мета валеологічної освіти в Україні – збереження і зміцнення здоров'я українського народу шляхом формування валеологічного світогляду, виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я як головної умови реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості.

Реальною силою, здатною втілити це в життя школи, є вчитель, який має володіти на високому професійному рівні валеологічною культурою, конкретністю творчого використання її засобів, форм і методів. Для того, щоб здійснювати діяльність з формування валеологічної культури, спрямовану на збереження і зміцнення здоров'я учнів, учитель початкових класів насамперед сам повинен усвідомлювати цінність здоров'я, бути переконаним в цінності здоров'я, відчувати себе суб'єктом валеологічної діяльності і мати глибокі знання з основ наук, зокрема, з педагогіки, психології та валеології.

Результати анкетування вчителів початкових класів показали, що всі вони вважають формування валеологічної культури актуальною проблемою сьогодення, яку пов'язують із напруженою ситуацією в країні і різким погіршенням стану здоров'я населення, зокрема дітей.

У ході бесід з учителями початкових класів та проведеного анкетування з'ясувалося, що більшість учителів (75 %) оцінюють свої знання

з валеології як достатні і такі, що не потребують удосконалення знань. Однак спостереження та валеологічний аналіз уроків доводять інше – вчителі в навчально-виховній діяльності недостатньо займаються збереженням і зміцненням здоров'я учнів (зокрема не виконують надані рекомендації). Аналіз анкетування, спостережень та даних опитування дає підстави зробити висновок, що вчителі теоретично розуміють важливість проблеми формування валеологічної культури, але на практиці ця робота проводиться епізодично, методи застосовуються майже одні й ті самі: в основному, це бесіди та розповіді. Отже, можна констатувати: учителі не приділяють достатньої уваги питанням валеологічної культури, не застосовують інтерактивні й практичні методи навчання, що забезпечувало б ефективне засвоєння навчального матеріалу і відпрацювання поведінкових навичок.

Зазначимо, що чим нижчий рівень грамотності педагога у валеологічних питаннях, пов'язаних зі збереженням і зміцненням здоров'я, тим менш ефективний педагогічний вплив на учнів. Тому необхідно забезпечити ефективну і систематичну валеолого-педагогічну підготовку вчителів шкіл, оволодіння ними комплексом знань про валеологічне навчання і виховання учнів. Формування валеологічної культури на уроках буде ефективною за таких умов: постійної мотивації учнів до здорового способу життя і безпечної поведінки; проведення різних типів уроків із застосуванням інтерактивних методів навчання, проведенням практичних робіт; забезпечення змістових і мотиваційних зв'язків предмета з навчальним матеріалом інших предметів; наявності навчально-методичного забезпечення для всіх учасників навчально-виховного процесу; наявності підготовленого вчителя з міцними знаннями психології і валеології зі стійким прагненням до професійного зростання і відповідного освітнього середовища із спеціальним обладнанням; ціннісного ставлення вчителя і батьків до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового способу життя і безпечної поведінки.

Чільне місце в цьому процесі займає вчитель. Адже від його професійної культури, зокрема, її складових, валеологічної та психологічної культури, його компетентності, здатності творчо підходити до розв'язання складних завдань з формування в учнів позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, у великій мірі залежить подальші життя і розвиток вихованців.

ВИСНОВКИ

Проведений теоретико-емпіричний аналіз формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві дозволив дійти таких висновків.

Психологічну культуру в парадигмі діяльнісного саморозвитку можна тлумачити як інтегральне психологічне утворення з динамічною структурою, у якій поєднуються психологічна компетентність, ціннісно-смысловий компонент (ставлення до людей, світу, власної діяльності), когнітивна складова та рефлексія. Оскільки психологічна культура збільшує успішність професійної діяльності працівників освіти, вона (як психологічне явище) є

одним із аспектів процесу формування професіоналізму, компетентності, професійної зрілості.

Найбільш інтенсивно цей процес відбувається в професійній діяльності, самоосвітній діяльності і в результаті саморозвитку. Тому психологічна культура є одним із результатів професійного саморозвитку, який розуміється як здатність перетворювати власну життєдіяльність і власну особистість у предмет практичного вдосконалення, як внутрішню відрефлексовану діяльність. Особистість розглядається як суб'єкт, здатний до саморозвитку, самовизначення, свідомої предметної діяльності, поведінки й саморегуляції та має свій неповторний внутрішній світ. Головною детермінантою саморозвитку можна вважати потребу особистості в саморозвитку, яка є іманентною людській природі.

Операціоналізацію поняття «психологічна культура працівників освіти» здійснено в парадигмі діяльнісного саморозвитку, що дає можливість розкрити його структуру через такі компоненти (складники): мотиваційний; ціннісно-смісловий; когнітивний; поведінковий (діяльнісний) компонент; рефлексію, яка в контексті формування психологічної культури є її інструментальною складовою. Основними психологічними механізмами розвитку психологічної культури (які актуалізують процеси саморозвитку) є усвідомлення психологічних явищ свого внутрішнього світу, розходження між операційно-технічною і мотиваційною стороною діяльності.

Психологічну культуру як інтегральне психологічне утворення, що формується в діяльності, можна віднести до структур найбільш адекватного особистісного забезпечення цілей, задач і змісту діяльності, які виникають у процесі пристосування особистості і діяльності. Психологічна культура є: важливим психологічним засобом саморегуляції та самодетермінації людини; ресурсом для зменшення негативних впливів інформаційного суспільства та війни; центральним утворенням структури професійно-важливих якостей педагога. Отже, у професійній діяльності психологічна культура забезпечує високий рівень її успішності, виконує ціннісно-регулятивну, мотивувальну, фасилітативну, розвивальну функції.

Внутрішніми психологічними передумовами, які мають бути сформовані у суб'єкта діяльності для плідної роботи з розвитку психологічної культури, є: широкий спектр мотивів; потреба у самоосвіті; досвід реалізації в професійній діяльності тих професійних і гуманістичних цінностей, які вже перетворилися у власні професійно зорієнтовані настановлення і цінності; якості зрілої особистості; світоглядна зрілість; якості суб'єкта як професіонала.

Потреба у саморозвитку психологічної культури виникає у працівників освіти тоді, коли в процесі професійної діяльності у них з'являються проблеми, вирішення яких вимагають наявності психологічних знань і вмінь працювати із врахуванням психологічної реальності. Усвідомлення цієї потреби та соціогенні здатності для її реалізації є *підтримкою* для розгортання процесу саморозвитку, який приводить до вдосконалення психологічної

культури, що збільшує ефективність вирішення широкого кола професійних завдань.

Найактивніший розвиток психологічної культури відбувається всередині професійної діяльності, у процесі професійного саморозвитку особистості, її самоосвітньої діяльності і в умовах спеціально організованих тренінгів і майстер-класів. Елементи (компоненти, складники) психологічної культури набуваються в процесі освітньої і самоосвітньої діяльності та діяльності саморозвитку, освоюються в ході тренінгів і майстер-класів, випрацьовуються і закріплюються безпосередньо в процесі професійної діяльності, після чого стають внутрішнім надбанням особистості.

Основні шляхи підвищення (розвитку, вдосконалення) психологічної культури працівників освіти: когнітивна її складова розвивається переважно через формування психологічної грамотності як певного обсягу психологічних знань; поведінкова складова розвивається переважно через формування психологічної компетентності. Для підвищення психологічної грамотності працівників освіти в умовах інформаційного суспільства насамперед, необхідно *усвідомлювати* потребу у саморозвитку (в нашому випадку, власної психологічної культури). Тобто, розуміти, що успішне вирішення професійних проблем потребує наявності все більшого обсягу психологічних знань, нових умінь, навичок, компетенцій.

Для підвищення психологічної компетентності (як складової психологічної культури працівників освіти) перш за все необхідно працювати над тими аспектами психологічної культури, які мають найбільш суттєвий вплив на цей психологічний феномен. Зокрема, це: рефлексія; фасилітація; психологічна спостережливість і психологічна проникливість; ціннісно-смилова сфера; психологічна саморегуляція; комунікативна компетентність.

Впливовим фактором, який стримує розвиток психологічної культури вчителів є «вторинний» стрес, який отримують педагоги, працюючи (в силу своїх професійних обов'язків) із психологічно травмованими людьми (учнями, їх батьками, колегами), постраждалими від війни на Сході України. Про це свідчить високий рівень травматизації київських педагогів. У них відбувається блокування (а то і втрата) низки професійно важливих якостей. Зокрема, погіршуються когнітивні здатності та емоційні якості, які належать до основних показників психологічної культури (зростає агресивність, знижується емпатія, вміння відчувати та розуміти дитину та ін.).

Важливими зовнішніми чинниками, що виникли в сучасному суспільстві (у зв'язку зі збільшенням інтенсивності інформаційних потоків і, відповідно, інформаційного навантаження на людину) і негативно впливають на психологічну культуру працівників освіти, є: 1) інформаційний стрес, в основі якого лежать порушення інформаційно-когнітивних процесів регуляції діяльності. Він викликає професійне вигорання педагогів, невротичні прояви, а отже і зниження їх психологічної культури; 2) сучасні інформаційні продукти гібридної війни, спрямовані на «промивання мізків». Цей чинник призводить до загрозливих психологічних наслідків. Зокрема, постійна брехня, заперечення очевидного знищують класичні критерії довіри

(добро/зло), призводять до суттєвих змін у моральних цінностях; до втрати інтересу до соціуму; втрати довіри до авторитетів та ін.. Натомість з'являється недовіра до всіх, байдужість до подій у суспільстві, толерантність до аморальної поведінки; закріплюється некритичність мислення, нездатність відрізнити добро і зло, небажання думати.

Суттєвим чинником, який впливає на рівень психологічної культури педагогів є недостатній обсяг тих специфічних психологічних знань, нових умінь, навичок, які необхідні для успішного вирішення професійних проблем, породжених інформаційним суспільством і сучасною ситуацією в країні. Тому для підвищення психологічної культури працівників освіти було розроблено матеріали, які складають основу тренінгів, майстер-класів, відповідних лекцій (зокрема: особливості сучасного педагогічного дискурсу; технологія визначення загального рівня психологічної культури педагогів – дошкільників; особливості впливу інформаційно-пропагандистської війни на психологічну культуру працівників освіти; особливості впливу стресу на професійні здатності педагогів; особливості проявів посттравматичного стресового розладу у дітей різного віку і дорослих; психологічні особливості супутніх психічних розладів, які є наслідками травмивної події і посттравматичного стресового розладу; особливості переживань дітей і підлітків із «травматичною реакцією горя»; технологія психологічної діагностики дітей і дорослих на предмет наявності посттравматичного стресового розладу; принципи психологічної допомоги в ситуації воєнного конфлікту; особливості роботи вчителя з дитиною, яка перенесла психологічну травму; основні прийоми роботи з дітьми, які зазнали втрати батька чи матері, проявляють агресію чи аутоагресію та ін.).

У результаті теоретико-експериментального дослідження виявлено психологічні закономірності процесу формування психологічної культури працівників освіти в інформаційному суспільстві: вплив (як позитивний, так і негативний) інформаційного суспільства на формування психологічної культури; вплив вторинного стресу на психологічні здатності педагогів; вплив стресу на емоційні якості педагогів, які належать до основних показників психологічної культури; залежність психологічної культури педагога від інформаційної грамотності; взаємозв'язок психологічної культури працівників освіти і професійного саморозвитку особистості.

Як показали результати дослідження, багато працівників освіти недостатньо усвідомлюють необхідність розвитку власної психологічної культури і, відповідно, не володіють психологічними технологіями її вдосконалення. Отже, подальші дослідження будуть присвячені розробці психологічно обґрунтованих технологій підвищення психологічної культури, в тому числі і такого її складника як психологічна грамотність щодо мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства.