

Павлик Наталія Василівна

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник,
відділ психології праці,

Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, Україна

kirilitsa077@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-5828-606X>

Радзімовська Оксана Віталіївна

кандидат психологічних наук,

старший науковий співробітник,

відділ психології праці,

Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, Україна

radokvit@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-0728-2090>

Психологічне здоров'я вчителя Нової української школи як підґрунтя його психологічної готовності до творчої професійної діяльності

Анотація

У статті емпірично визначено взаємозв'язок таких психологічних феноменів, як психологічне здоров'я та психологічна готовність до педагогічної творчості. **Метою** статті є встановлення закономірностей впливу психологічного здоров'я вчителів Нової української школи (НУШ) на їхню психологічну готовність до творчої професійної діяльності. **Методи дослідження.** Для проведення емпіричного дослідження використано авторські психодіагностичні методики “Психологічна готовність педагога”, “Психологічне здоров'я особистості”, аналізування відсоткового розподілу та середньостатистичних значень показників, кореляційний, факторний аналіз. У статті презентовано емпіричну модель (структуру, критерії, показники, методичний інструментарій) дослідження особливостей психологічного здоров'я та психологічної готовності вчителя до професійної творчості. Основою психологічної готовності до педагогічної творчості в умовах НУШ виступає єдність педагогічної мотивації, професійних знань, умінь, навичок, творчих здібностей у поєднанні з опануванням вчителем функцій вихователя, тьютора, фасилітатора й модератора. Критеріями психологічного здоров'я є здоровий спосіб життя, стресостійкість, самоконтроль, емоційна стійкість, гнучкість мислення, соціальна адаптованість, активність, гарний настрій, творча реалізованість. **Результати.** Автором представлено результати емпіричного дослідження особливостей стану психологічного здоров'я педагогів і рівня розвитку їхньої психологічної готовності до творчої професійної діяльності; наведено інтерпретацію статистичної обробки даних. **Висновки:** психологічне здоров'я педагога визначає розвиток його психологічної готовності до творчої педагогічної діяльності: чим вище рівень психологічного здоров'я вчителя, тим вищою є його здатність до професійної творчості. Провідну функцію в розвитку психологічної готовності до педагогічної творчості відіграють гнучкість мислення, творча самореалізація, емоційно-вольові якості (самоконтроль, стресостійкість) та позитивний емоційний стан (гарний настрій, оптимізм) учителя.

Ключові слова: психологічна готовність, педагогічна творчість, психологічне здоров'я, творча самореалізація, психологічні закономірності.

Вступ

Сьогодні українська освіта знаходиться в процесі неперервного реформування. Започаткована у 2016 році концепція Нової української школи (НУШ) передбачає формування психологічної готовності педагога до висококваліфікованої, творчої професійної діяльності.

Сьогодні перед українськими педагогами поставили додаткові завдання: впровадити у педагогічну практику концепцію Нової української школи (Вікторенко, Горобець, 2019), адаптувати освітню практику до обмежень, накладених пандемією (Redinger et al, 2020) та війною, розробити й ввести систему оцінки онлайн-освіти (Sánchez-Ballester, 2021), врахувати у навчальному процесі особливості психічного стану учнів, що зумовлені воєнним станом у країні. Тож, сучасні вчителі мають гідно відповідати на актуальні виклики сьогодення.

Нова українська школа ставить перед педагогами важливе завдання: опанування новими професійними функціями вихователя, фасилітатора, супервайзера, тьютора, коуча й модератора (Вікторенко, Горобець, 2019).

Отже, психологічна готовність до творчої педагогічної діяльності в умовах Нової української школи полягає в єдності педагогічної мотивації, професійних знань, умінь, навичок і творчих здібностей у поєднанні з опануванням учителем функцій вихователя, тьютора, фасилітатора й модератора в процесі групових обговорень.

У центрі Концепції НУШ стоїть особистість учня, яка має бути різнобічно розвинутою, здатною до критичного мислення; мати риси патріота з активною громадянською позицією, яка здатна вчитися впродовж життя й приймати відповідальні, моральні рішення. Формування такої особистості має базуватися не тільки на вербальній інформації, а й спиратися, передусім, на приклад гармонійної поведінки й здорового способу життя самого вчителя, адже педагог виховує учнів здебільше власною особистістю. Гармонійний психологічний стан учителя створює умови формування психологічно комфортного стану учнів, що позитивно впливає на психологічний клімат в учнівському колективі й сприяє підвищенню ефективності засвоєння знань.

Тож, особистість учителя має бути гармонійною, творчою та психологічно здоровою. Саме психологічне здоров'я визначає здатність учителя до активізації регулятивних механізмів, актуалізації духовно-особистісного та психосоматичного потенціалу, що забезпечують його професійну творчість та ефективність педагогічного впливу.

Слід зазначити, що педагогічна професія має особливості, що зумовлюють високий рівень її стресогенності, адже педагог змушений швидко реагувати на соціальні ситуації й нести відповідальність за дітей. Не слід забувати, що складні умови праці сучасних педагогів (високий рівень навантаженості, невмотивованість учнів, довготривалий стрес, пов'язаний із війною в країні) викликають психологічне вигорання й хронічну втому, що спричиняють погіршення психологічного здоров'я вчителів, їх фізичне та емоційне виснаження. О. Галян (2019) зазначає, що умовами емоційного вигорання педагога є зміст мотиваційно-смыслового компонента особистості, що, за нашим переконанням, зумовлено недостатнім рівнем його психологічного здоров'я. Тож, професія педагога вимагає позитивного психоемоційного стану, здатності до психологічної саморегуляції, самовідновлення.

Втрата психологічного здоров'я не тільки погіршує якість життя самого педагога, але й негативно впливає на ефективність його професійної діяльності. Дисгармонії психологічного здоров'я відстежуються у формі занепокоєння, втрати самовладання, безсоння, конфліктності (Khan et al., 2020), хронічної депресії, відчуття безперспективності життя тощо (Almater et al., 2020). Як слушно зазначає О. Чиханцова (2020), сьогодні "... в Україні в умовах активізації процесів старіння й депопуляції населення людський ресурс (*а значить, і психологічне здоров'я* – курсив Н. Павлик) стає найдефіцитнішим" (Чиханцова, 2020: 12).

Відтак, гармонізація психологічного здоров'я педагога НУШ є надважливим завданням сьогодення, що зумовлює актуальність вивчення особливостей впливу психологічного здоров'я педагога на психологічну готовність до професійної творчості.

Метою статті є визначення закономірностей впливу психологічного здоров'я вчителів НУШ на рівень психологічної готовності до творчої професійної діяльності.

Досягнення мети передбачається шляхом послідовного розв'язання **завдань**: 1) визначити структуру й показники психологічного здоров'я і психологічної готовності педагога до творчої професійної діяльності; 2) дослідити особливості стану психологічного здоров'я та психологічної готовності до професійної творчості у педагогів НУШ; 3) встановити закономірності впливу особливостей психологічного здоров'я педагога на рівень його готовності до творчої професійної діяльності.

Методи

Методологія. На основі аналізу науково-психологічних підходів було сформульовано такі визначення та узагальнення, які є методологічною основою дослідження. Ключовими словами для розкриття поняття “психологічне здоров’я” є “внутрішній баланс” та “гармонія” людини з собою, з іншими людьми й світом. Тож, індикатором психологічного здоров’я особистості виступає стан спокою, внутрішньої рівноваги. Вітчизняні дослідники розглядають поняття психологічного здоров’я у тісному зв’язку з поняттям “здорова особистість” і зазначають, що психологічне здоров’я зумовлює повноцінний і всебічний психічний розвиток особистості та має зв’язок із поняттям здоров’я духовного (Костюк Д., Костюк В., 2018: 48).

Важливим критерієм психологічного здоров’я є моральна орієнтація особистості, що зумовлює розвиток саморегуляції та адаптації до мінливих умов простору. Тож, визначимо психологічне здоров’я як багаторівневе особистісне утворення, що відбиває баланс між соматичними, вольовими, емоційними, інтелектуальними, соціальними й духовними процесами особистості (Павлик 2022а). Ознаками психологічного здоров’я є психічна урівноваженість, емоційна стійкість, гарний настрій, творча реалізованість. Психологічне здоров’я є показником нормального функціонування усіх психічних процесів і виступає умовою гармонійного розвитку особистості.

Структура психологічного здоров’я представлена ієрархічною системою компонентів (психосоматичного, психічного, соціального та духовно-смыслового). Відповідно до кожного компонента встановлено комплекс дихотомічних критеріїв, які визначають конструктивні (або деструктивні) показники сформованості (або несформованості) кожного компонента.

Методи дослідження: анкетування, тестування, аналіз відсоткового розподілу та середньостатистичних значень показників, а також статистичний аналіз показників (кореляційний, факторний аналіз).

Відповідно до кожного показника було сформульовано психодіагностичні запитання, які скомпоновано в авторський опитувальник “Психологічне здоров’я особистості”, що має 16 дихотомічних шкал і дозволяє діагностувати ступінь прояву показників, рівень сформованості кожного з компонентів, а також загальний показник психологічного здоров’я (низький, нижчий від середнього, вищий від середнього, високий), який зумовлений повноцінною сформованістю всіх компонентів. Детально критерії, показники та авторський опитувальник представлено у попередній публікації автора (Павлик, 2021 б).

Аналогічно було проведено розробку методичного інструментарію вивчення стану психологічної готовності вчителя до творчої професійної діяльності (її структури, критеріїв, показників, психодіагностичного опитувальника). На основі аналізу психолого-педагогічних підходів було визначено систему критеріїв здатності вчителя до професійної творчості: педагогічна мотивація, творча активність; креативність, конструктивна ініціатива; моральні ставлення до учнів, психологічна компетентність, культура педагогічного спілкування; самовладання, ефективність рефлексивного керівництва, здатність до творчої режисури навчального процесу, творчого виконання функцій вихователя, тьютора, фасилітатора, модератора у навчально-виховному процесі.

Структура психологічної готовності до творчої педагогічної діяльності представлена ціннісно-мотиваційним, морально-комунікативним, креативно-когнітивним, емоційно-вольовим компонентами.

Нами розроблено авторський опитувальник “Психологічна готовність педагога”, який складають твердження, що дозволяють діагностувати показники розвитку як окремих компонентів, так і загальний рівень (низький, середній, високий) психологічної готовності до творчої професійної діяльності (Павлик, 2021а).

Вимір валідності авторських методик здійснювався на основі методу поперечних зрізів (тест-ретест). Коефіцієнти кореляції між результатами першого і повторного тестування знаходяться в діапазоні .51–.80 при $p \leq .001$, що свідчить про надійність авторських методик. Також ми використовували дисперсійний аналіз у трьох незалежних вибірках та в генеральній сукупності ($n=86$). Достатній рівень достовірності ($p \leq .001$) вказує

на незначний рівень впливу різних вибірок на результати психодіагностики, що свідчить про надійність авторських методик і репрезентативність вибірок досліджуваних.

Змінні. Задля дослідження стану психологічного здоров'я і психологічної готовності до педагогічної творчості ми використовували психодіагностичні показники за методиками “Психологічне здоров'я” та “Психологічна готовність педагога”.

У табл. 1 представлено емпіричну модель дослідження, яка містить компоненти, психодіагностичні показники психологічного здоров'я та психологічної готовності педагога, а також психодіагностичний інструментарій їх вивчення.

Таблиця 1. Емпірична модель дослідження особливостей психологічного здоров'я педагога та його психологічної готовності до професійної діяльності

Психологічний феномен	Компоненти структури	Психодіагностичні показники	Психодіагностичний інструментарій
Психологічне здоров'я	Духовно-смиловий	Оптимістичне світосприйняття – Песимізм	Опитувальник “Психологічне здоров'я особистості” (Н. Павлик)
		Саморефлексія – Неусвідомленість себе	
		Внутрішній локус контролю (відповідальність) – Зовнішній локус контролю (екстернальність)	
		Творча реалізованість – нереалізованість	
	Соціальний	Соціальна адаптованість – Соціальна дезадаптованість	
		Децентрація – Егоцентризм	
		Доброзичливість – Агресивність	
		Толерантність до фрустрацій – нетолерантність до проблемних ситуацій	
	Психічний	Гнучкість мислення – Ригідність	
		Стресостійкість – Невротичність	
		Вольовий самоконтроль – Слабовілля	
		Емоційний комфорт – Емоційна лабільність	
	Психо-соматичний	Енергійність – Млявість	
		Піднесений настрій – Депресивність	
		Активність – Пасивність	
		Здоровий спосіб життя, корисні звички (активний відпочинок, помірність у їжі, сні) – Нездоровий спосіб життя, шкідливі звички (пристрасть до солодощів, серіалів, комп'ютерних ігор, непомірність у сні, їжі)	
Психологічна готовність до творчої професійно-педагогічної діяльності	Ціннісно-мотиваційний	Педагогічна мотивація, соціальна спрямованість, творча активність	Опитувальник “Психологічна готовність педагога” (Н. Павлик)
	Креативно-когнітивний	Педагогічні здібності, креативність, конструктивна ініціатива	
	Морально-комунікативний	Моральні ставлення, психологічна компетентність, культура педагогічного спілкування	
	Емоційно-вольовий	Самовладання, ефективність рефлексивного керівництва, здатність до творчої режисури навчального процесу	
	Опанування педагогічним	Високий рівень творчого опанування функціями вихователя, тьютора,	

	и функціями	фасилітатора, модератора	
--	-------------	--------------------------	--

Учасники. Упродовж 2021 року нами було проведено дослідження стану психологічного здоров'я й психологічної готовності до творчої професійної діяльності у майбутніх і досвідчених педагогів.

У дослідженні взяли участь 86 респондентів віком від 17 до 62 років. Серед них: 25 педагогічних працівників СНВК "Лілея" м. Києва (Україна), випускники 4-го курсу педагогічного коледжу імені А. С. Макаренка м. Кременчука (Україна) за спеціальністю "Початкова освіта" (32 студенти денної і 29 студентів заочної форм навчання).

Організація дослідження. Процедура проведення дослідження полягала у психодіагностиці за авторськими методиками Н. Павлик особливостей стану психологічного здоров'я та рівня психологічної готовності до творчої професійної діяльності у майбутніх і практикуючих педагогів. З етичних міркувань індивідуальні результати психодіагностики не розголошувалися. У публікаціях було представлено інтерпретацію лише статистичних показників, які вказують на певні психологічні тенденції.

Статистичне аналізування. З'ясовано закономірності впливу стану психологічного здоров'я педагогів НУШ на рівень їхньої психологічної готовності до творчої професійної діяльності шляхом застосування кореляційного аналізу, за допомогою пакету статистичних програм SPSS v. 13.

Результати

Дослідження показало, що високий рівень психологічної готовності до творчої педагогічної діяльності продемонстрували 43.2% студентів денної форми навчання (без педагогічного стажу), 68.0% студентів-заочників, які мали педагогічний стаж (1-3 роки) та 70.0% вчителів із тривалим педагогічним стажем (рис. 1). Такі вчителі креативні, люблять дітей, ефективно керують групою, творчо розв'язують складні завдання. Вони демонструють винахідливість, почуття гумору і перетворюють навчання у процес конструктивного особистісного розвитку учнів.

На значно вищий рівень психологічної готовності до педагогічної творчості у практикуючих педагогів та студентів-заочників порівняно зі студентами очної форми вказують більш високі середньостатистичні показники розвитку креативно-когнітивного та емоційно-вольового компонентів. Тож набуття педагогічного стажу сприяє розвитку креативних та вольових якостей педагога (креативності, ініціативності, самовладання тощо).

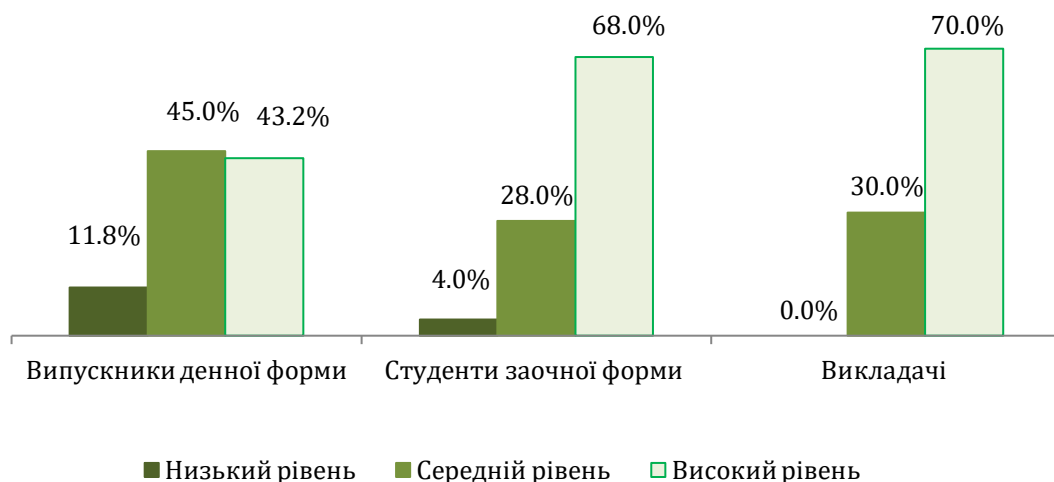


Рис. 1. Відсотковий розподіл педагогів із різним рівнем психологічної готовності до творчої професійної діяльності

Відсоток учителів, які мають середній рівень психологічної готовності, у випускників денної форми дорівнює 45.0%, у студентів-заочників – 28.0 %, й у досвідчених педагогів – 30.0 %. Таким педагогам властиві професійна спостережливість, вольові якості, педагогічні та організаторські здібності, які дозволяють достатньо професійно організувати навчання дітей. Але педагогічна робота не надихає їх. Їм не вистачає креативності, любові до учнів.

Відсоток педагогів, що мають низький рівень психологічної готовності до педагогічної творчості, у студентів-заочників (4.0 %) нижчий, ніж у студентів денної форми навчання (11.8 %). Такі вчителі нерідко кричать на дітей, дратуються, не можуть налагодити дисципліну, знайти оригінальних способів розв'язання конфлікту. Зазвичай вони фізично і психічно втомлюються й емоційно вигорають. Серед досвідчених вчителів не було зафіксовано жодного, хто б мав низький рівень психологічної готовності до професійної творчості. Це можна пояснити тим, що педагоги, у яких відсутня психологічна готовність до творчої роботи, або докладають зусиль, щоб розвинути в собі креативність та професійно-педагогічні якості, або взагалі змінюють професію.

Отже, можна зробити узагальнення, що набуття вчителем педагогічного стажу сприяє підвищенню рівня його психологічної готовності до професійної творчості.

Розподіл середньостатистичних показників окремих компонентів психологічної готовності до творчої професійної діяльності показав, що у випускників очної форми показники усіх компонентів нижчі порівняно з показниками досвідчених педагогів та студентів-заочників. Це означає, що педагогічна практика активізує особистісні ресурси, зокрема, креативні й вольові якості, які допомагають вчителю творчо та ефективно здійснювати педагогічний вплив на учнів.

Розподіл показників психологічного здоров'я педагогів представлено на рис. 2.

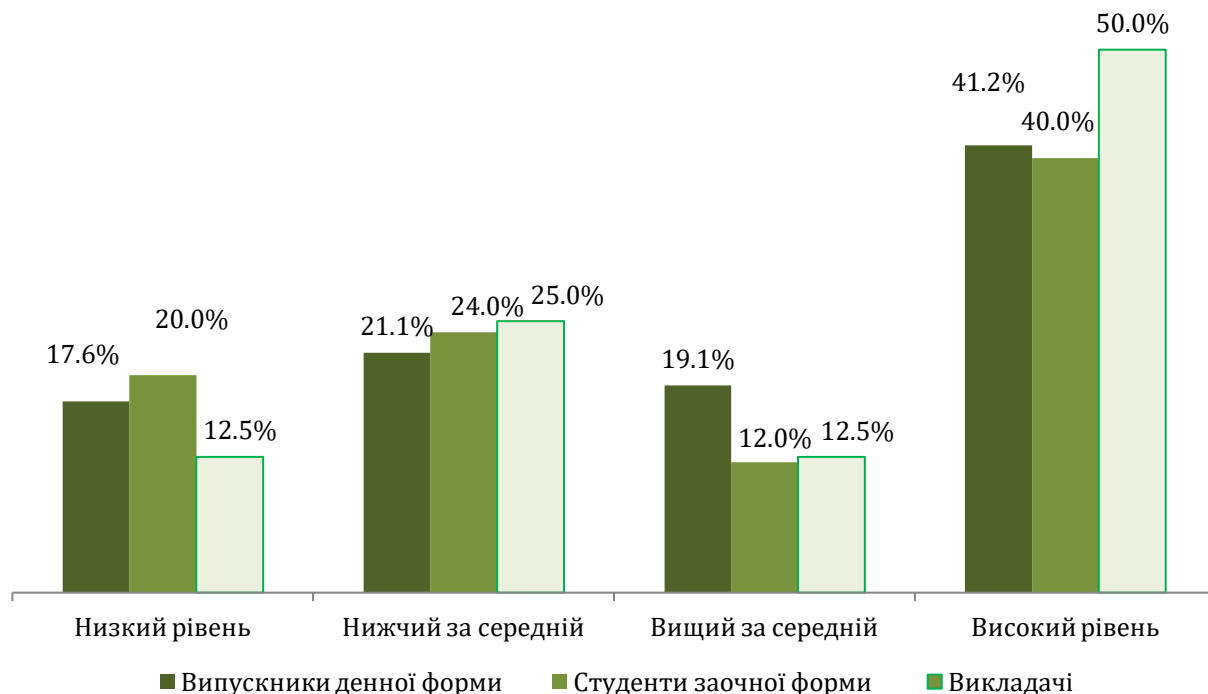


Рис. 2. Відсотковий розподіл педагогів із різним рівнем психологічного здоров'я

За результатами дослідження з'ясовано, що високий рівень психологічного здоров'я продемонстрували 41.2% майбутніх педагогів-очників, 40.0% майбутніх педагогів-заочників

і 50.0% працюючих вчителів. Такі педагоги доброзичливі, стресостійкі, відповідальні. Вони здатні до самовладання, безкорисливої допомоги й плідної співпраці з учнями.

Відсоток учителів із рівнем психологічного здоров'я вищий за середній серед випускників денної форми навчання дорівнює 19.1%, серед студентів-заочників – 12.0%, серед досвідчених педагогів – 12.5%. Такі вчителі життєрадісні, мають розвинутий самоконтроль і гарно адаптуються в колективі. Вони оптимістичні й успішно долають професійні та життєві труднощі, хоча й дещо відчувають утомленість. Проте вони мають певні психологічні проблеми й зосереджені переважно на власних і побутових інтересах.

Майже чверть опитаних (22.1%) продемонстрували рівень психологічного здоров'я нижчий за середній. У цих учителів існує дисбаланс між наполегливістю й нерішучістю, млявістю. Вони нерідко погано себе почувають, не відповідають декларованим моральним вимогам, хоча впевнені у власній бездоганності, вони зазвичай не поважають учнів і погано адаптуються в професійному колективі.

Відсоток учителів із низьким рівнем психологічного здоров'я серед досвідчених педагогів (12.0%) нижчий ніж у студентів-очників (17.6%) та студентів-заочників (20.0%). Такі вчителі зазвичай погано почувають себе; настрій у них часто знижений (може спостерігатися тривала депресія), у стосунках відстежується егоцентризм, слабовілля, іноді агресивність, що зумовлює їх нездатність до творчої професійної самореалізації. Це педагоги, які знаходяться на межі психічного виснаження, напружують свою волю, щоб відповідати високому рівню навчального закладу, в якому працюють. Але психологічного ресурсу їм не вистачає. І тому можуть з'являтися психосоматичні симптоми, які є ознакою їхнього поганого самопочуття, емоційного дискомфорту, невротичного розвитку.

Тож звертаємо увагу керівництва загальноосвітніх закладів освіти на дисбаланс між високим рівнем функціонування навчальних закладів (де педагоги мають досить високий рівень психологічної готовності до роботи) й недостатнім рівнем психічного ресурсу окремих працівників. Сьогодні існує досить високий відсоток педагогів (майже 40.0%), які демонструють недостатній рівень психологічного здоров'я (низький та нижчий від середнього) й мають психосоматичні проблеми, пов'язані з поганим самопочуттям, з депресією тощо. Ми рекомендуємо адміністрації закладів тимчасово знизити вимоги до вчителів, які знаходяться на межі психічного виснаження.

Розподіл середньостатистичних показників сформованості компонентів психологічного здоров'я показав, що найбільш розвиненим у педагогів є духовно-смісловий компонент; психосоматичний і соціальний компоненти знаходяться на другому місці у рейтингу складових психологічного здоров'я (рис. 3).

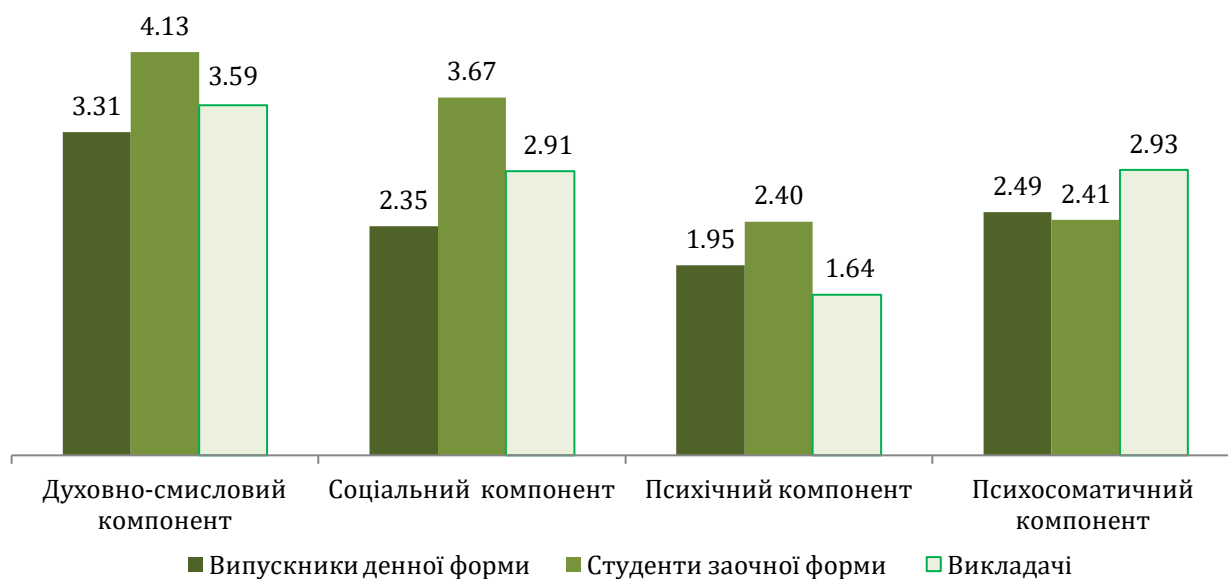


Рис. 3. Середньостатистичні показники компонентів психологічного здоров'я

Дослідження показало, що досвідчені педагоги випереджають студентів за соціальними якостями (соціальною адаптованістю, доброзичливістю, оптимізмом), що свідчить про соціально-розвивальний ефект педагогічної професії.

Найменш розвиненим виявився психічний компонент, який відповідає за емоційно-вольову саморегуляцію. Тож у педагогічних закладах освіти слід приділяти увагу навчання майбутніх педагогів методів психологічної саморегуляції.

За результатами кореляційного аналізу з'ясовано значущі позитивні рівні психологічної готовності вчителя з загальним показником психологічного здоров'я ($R=.48$) і зокрема: “з гнучкістю мислення ($R=.54$), активністю ($R=.53$), енергійністю ($R=.48$), стресостійкістю ($R=.43$), оптимізмом ($R=.43$), творчою самореалізованістю ($R=.42$), гарним настроєм ($R=.41$), вольовим самоконтролем ($R=.41$). Помірні позитивні кореляції психологічна готовність має зі самоконтролем емоцій ($R=.35$), саморефлексією ($R=.30$), доброзичливістю ($R=.29$), наявністю здорових звичок ($R=.30$). Негативні кореляції показник психологічної готовності педагога має з пасивністю ($R=-.45$), творчою нереалізованістю ($R=-.43$), слабовіллям ($R=-.36$), млявістю ($R=-.36$), шкідливими звичками ($R=-.36$). Показник психологічного здоров'я позитивно корелює з усіма компонентами психологічної готовності: емоційно-вольовим ($R=.48$), ціннісно-мотиваційним ($R=.40$), морально-комунікативним ($R=.37$), креативно-когнітивним ($R=.34$)” (Павлик, 2021в). Тож психологічне здоров'я є підґрунтям психологічної готовності до педагогічно-професійної діяльності.

Важливу функцію в розвитку психологічної готовності відіграють гнучкість мислення вчителя, його творча самореалізація, емоційно-вольові якості (самоконтроль, стресостійкість), які позитивно корелюють з усіма компонентами психологічної готовності (коефіцієнти кореляції знаходяться у межах $.43-.54$), а також емоційний стан педагога: оптимізм ($R=.43$), гарний настрій ($R=.41$). Значущі негативні кореляції з усіма компонентами психологічної готовності до педагогічної творчості має показник “Шкідливі звички” (пристрасть до солодощів, серіалів, комп'ютерних ігор, непомірність у сні, їжі) (коефіцієнти кореляції знаходяться у межах від $-.27$ до $-.39$).

Слід звернути увагу на наявність патогенних симптомокомплексів у педагогів, на які вказують “значущі позитивні кореляції показника агресивності з емоційною лабільністю ($R=.53$), егоцентризмом ($R=.60$), шкідливими звичками ($R=.45$), слабовіллям ($R=.42$), песимізмом ($R=.37$), ригідністю ($R=.35$) при відсутності кореляцій із психологічною готовністю до педагогічної діяльності. Другий симптомокомплекс: емоційна лабільність позитивно корелює з депресивністю ($R=.73$), песимізмом ($R=.65$), млявістю ($R=.61$), слабовіллям ($R=.44$), невротичністю ($R=.68$), ригідністю ($R=.55$), що також негативно впливає на психологічну готовність до педагогічної діяльності ($R=-.25$)” (Павлик, 2022б).

Отже, психологічну готовність педагога НУШ до творчої професійної діяльності зумовлює стан його психологічного здоров'я (творча самоактуалізація, гнучкість мислення, позитивні емоційні стани, вольовий самоконтроль, здоровий спосіб життя).

За допомогою факторного аналізу було визначено фактори розвитку психологічної готовності до педагогічної творчості. Їх інтерпретовано як фактори духовно-сміислової саморегуляції, творчої активності й здорового способу життя.

Дискусія

Статистичне аналізування емпіричних даних дозволило встановити психологічну закономірність детермінованого впливу стану психологічного здоров'я педагога НУШ на рівень його психологічної готовності до творчої професійної діяльності: чим вищий рівень психологічного здоров'я вчителя, тим більш виражена в нього психологічна готовність до творчої педагогічної діяльності; чим нижчий рівень психологічного здоров'я, тим менш педагог здатний до професійно-педагогічної діяльності.

Проведене дослідження визначає новий науковий погляд на проблему психологічного здоров'я педагога як значущого чинника розвитку психологічної готовності до професійної

творчості. Звідси витікає практична значущість розробки методів збереження та гармонізації психологічного здоров'я, що сприятиме підвищенню рівня психологічної готовності сучасних вчителів до творчої професійної діяльності.

Окремі аспекти нашої інноваційної моделі психологічного здоров'я педагога мають своє підтвердження у наукових розвідках зарубіжних вчених. Так, результати сучасних досліджень підтверджують, що саме психологічне благополуччя вчителя зумовлює його готовність допомагати учням (Sisask et al., 2014). Італійськими дослідниками статистично доведено позитивний вплив справедливості вчителя як показника його психологічного здоров'я на психологічне здоров'я підлітків (Mameli et al., 2018). G. Arslan et al. (2021) зазначають, що важливим чинником збереження психологічного здоров'я є психологічна гнучкість, яка сприяє розвитку оптимістичного ставлення до життя (Arslan, et al., 2021), що відповідає нашому висновку про визначну функцію гнучкості мислення в структурі психологічної готовності педагога до професійної творчості. Інші дослідники експериментально доводять, що збереженню психологічного здоров'я сприяють: фізична активність (Weyerer, Kupfer, 1994), періодичне помірне голодування (Wang, Wu, 2022) (це відповідає розвитку психосоматичного компонента відповідно до нашої інноваційної моделі психологічного здоров'я); позитивні емоції (Орап та ін., 2021), емоційний баланс, афективна врівноваженість, вольова стійкість (Yıldırım et al., 2021), життєстійкість (Чиханцова, 2020) (це відповідає психічному компоненту); цікава праця, налагоджені стосунки (Blustein, 2008) (відповідає соціальному компоненту); самоактуалізація особистості, змістовне життя (Yıldırım et al., 2021), осмисленість життя (Arslan et al., 2022), розвиток мотиваційно-смыслового компонента особистості (Галян, 2019) (відповідає духовно-смысловому компоненту психологічного здоров'я).

Висновки

1. Основою психологічної готовності до педагогічної творчості в умовах Нової української школи виступає єдність педагогічної мотивації, професійних знань, умінь, навичок, творчих здібностей у сполученні з опануванням вчителем функцій вихователя, тьютора, фасилітатора й модератора.

2. Критеріями гармонійності психологічного здоров'я є: здоровий спосіб життя людини, позитивні емоційні стани, сила волі, стресостійкість, гнучкість мислення, емоційна стійкість, соціальна адаптованість, активність, гарний настрій, творча реалізованість тощо.

3. За результатами дослідження 70.0% сучасних вчителів НУШ виявили високий рівень психологічної готовності до професійної творчості. Проте близько 17.0% педагогів мають низький рівень психологічного здоров'я і знаходяться у групі ризику.

4. Психологічне здоров'я педагога є підґрунтям розвитку його психологічної готовності до професійної творчості. Встановлено закономірності впливу психологічного здоров'я вчителів на їхню психологічну готовність до творчої професійної діяльності: чим вищий рівень психологічного здоров'я вчителя, тим більш виражена в нього психологічна готовність до педагогічної творчості; нездатність до творчої педагогічної діяльності зумовлена вадами психологічного здоров'я вчителя: емоційною нестійкістю, ригідністю, слабовіллям, шкідливими звичками; провідну функцію в розвитку психологічної готовності до творчої професійно-педагогічної діяльності відіграють гнучкість мислення, творча самореалізація вчителя, емоційно-вольові якості (самоконтроль, стресостійкість) та позитивний емоційний стан (гарний настрій, оптимізм).

Список використаних джерел

Вікторенко І., Горобець Л. Нові професійні ролі та функції сучасного вчителя в контексті концепції Нової української школи. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*. 2019. № 11. С. 93–106. <https://doi.org/10.31865/2414-9292.11.2019.197377>

- Галян О. І. Відповідальність та емоційне вигорання педагогів. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. № 2. С. 16-23. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2019-2-2>
- Костюк Д., Костюк В. Психічне та психологічне здоров'я особистості: поняття, зміст та критерії. *Вісник Національного університету оборони України*. 2018. № 2(50). С. 45-50. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-50-2-45-50>
- Орап М. О., Акімова Н. В., Кальба Я. Є. Суб'єктивне благополуччя та рівень тривожності під час кризи COVID-2019: дослідження українського юнацтва. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2021. №. 6. С. 28-40. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2021-6-3>
- Павлик Н. В. (2021а). Психологічна готовність особистості сучасного вчителя до творчої професійної діяльності в умовах нової української школи. *Психологія і особистість*. 2021. №2 (20). С. 200-227. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.2.239985>
- Павлик Н. В. (2021б). Психодіагностичний інструментарій вивчення гармонійності психологічного здоров'я особистості. *Психологічне здоров'я*. 2021. №1(6). С. 63-75. <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2021-1-8>
- Павлик Н. В. (2021в). Закономірності впливу психологічного здоров'я педагога на його психологічну готовність до професійної діяльності під час пандемії COVID-19. *Психологічне здоров'я*. 2021. № 2(7). С. 69-83. <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2021-2>
- Павлик Н.В. (2022а). Структура й критерії психологічного здоров'я особистості. *Психологія і особистість*. 2022. №1(21). С. 34-59. <http://psychpersonality.pnpu.edu.ua/article/view/252051/249514>
- Павлик Н.В. (2022б). Психологічне здоров'я педагога НУШ як чинник його психологічної готовності до професійної діяльності. *Актуальні проблеми в системі освіти: заклад загальної середньої освіти – до університетська підготовка – заклад вищої освіти : зб. наук. праць*. Київ: НАУ, 2022. №2. С. 641-654. <http://doi.org/10.18372/2786-5487.1.16650>
- Чиханцова О. А. Якість життя особистості та особливості її вимірювання. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2020 №4. С. 11-28. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2020-4-1>
- Almater A. I., Tobaigy M. F., Younis A. S., Alaqeel M. K., Abouammoh M. A. Effect of 2019 coronavirus pandemic on ophthalmologists practicing in Saudi Arabia: a psychological health assessment. *Middle East African journal of ophthalmology*. 2020. Vol. 27 (2), P. 79. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7442080/>
- Arslan G., Yildirim M., Tanhan A., Buluş M., Allen K. A. Coronavirus stress, optimism-pessimism, psychological inflexibility, and psychological health: Psychometric properties of the Coronavirus Stress Measure. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2021. Vol. 19(6). P. 2423-2439. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7272108/>
- Arslan G., Genç E., Yildirim M., Tanhan A., & Allen K. A. Psychological maltreatment, meaning in life, emotions, and psychological health in young adults: A multi-mediation approach. *Children and Youth Services Review*. 2022. Vol. 132. P. 106-296. <https://doi.org/10.1016/j.chilcyouth.2021.106296>
- Blustein D. L. The role of work in psychological health and well-being: a conceptual, historical, and public policy perspective. *American psychologist*. 2008. Vol. 63 (4). P. 228. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.63.4.228>
- Khan S., Siddique R., Li H., Ali A., Shereen M. A, Bashir N., et al. Impact of coronavirus outbreak on psychological health. *Journal of global health*. 2020. Vol. 10 (1). <https://doi.org/10.7189/jogh.10.010331>
- Mameli C., Biolcati R., Passini S., Mancini G. School context and subjective distress: The influence of teacher justice and school-specific well-being on adolescents' psychological health. *School Psychology International*. 2018. Vol. 39 (5). P. 526-542. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0143034318794226>

- Redinger J. W., Cornia P. B., Albert T. J. Teaching during a pandemic. *Journal of Graduate Medical Education*. 2020. Vol. 12 (4). P.403-405. <https://doi.org/10.4300/jgme-d-20-00241.1>
- Sánchez-Ballester C. Mental Health and Educational Trajectories in Students during the Coronavirus Pandemic. *European Journal of Environment and Public Health*. 2021. Vol. 5 (2). P. 87. <https://doi.org/10.21601/ejeph/11097>
- Sisask M., Värnik P., Värnik A., Apter A., Balazs J., Balint M. et al. Teacher satisfaction with school and psychological well-being affects their readiness to help children with mental health problems. *Health education journal*. 2014. Vol. 73 (4). P. 382-393. <https://doi.org/10.1177/0017896913485742>
- Wang Y., Wu R. The Effect of Fasting on Human Metabolism and Psychological Health. *Disease Markers*. 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/5653739>
- Weyerer S., Kupfer B. Physical exercise and psychological health. *Sports Medicine*. 1994. Vol. 17 (2). P. 108-116. <https://doi.org/10.2165/00007256-199417020-00003>
- Yıldırım M., Arslan G., Wong P. T. P. Meaningful living, resilience, affective balance, and psychological health problems among Turkish young adults during coronavirus pandemic. *Current Psychology*. 2021. P. 1-12. <https://doi.org/10.31234/osf.io/wsr3e>