

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ МЕНЕДЖМЕНТУ ТА ПСИХОЛОГІЇ
Кафедра психології та розвитку особистості

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою ДЗВО «Університет менеджменту освіти»

31 березня 2026 року, протокол № 4
Голова Вченої ради



Микола КИРИЧЕНКО

ПРОГРАМА

підвищення кваліфікації

**ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗБАР'ЄРНОСТЬ У ВИЩІЙ ОСВІТІ: РОЗВИТОК
ДІАЛОГІЧНОГО САМОАВТОРСТВА ВИКЛАДАЧА ЯК МЕХАНІЗМУ
ПРОФЕСІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ТА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я**

Категорія: педагогічні, науково-педагогічні, наукові працівники закладів вищої освіти

Розробники:

О.В.Просіна, кандидат педагогічних наук, доцент, магістр психології, директор Центру післядипломної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України

Рецензент(и):

Бондарчук О.І., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології Державного закладу вищої освіти «Університет менеджменту освіти» НАПН України

Нежинська О.О., кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри, доцент кафедра психології та педагогіки, Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

Термін дії програми: з 2026 до 2031 року

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми підвищення кваліфікації «Психологічна безбар'єрність у вищій освіті: розвиток діалогічного самоавторства викладача як механізму професійної стійкості та ментального здоров'я» зумовлена необхідністю реалізації державної політики у сфері створення безбар'єрного освітнього простору та забезпечення психологічної безпеки учасників освітнього процесу. Програма відповідає положенням Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні до 2030 року, яка визначає психологічну безбар'єрність як ключову умову доступності та включеності, а також положенням Закону України «Про вищу освіту» щодо забезпечення якості освітнього процесу та розвитку професійної компетентності науково-педагогічних працівників.

Особливої актуальності набуває розвиток психологічних ресурсів викладача в умовах тривалих кризових впливів, що відображено у пріоритетах державної політики у сфері збереження ментального здоров'я (зокрема в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?»). Сучасні запити науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти пов'язані з необхідністю опанування інструментів саморегуляції, стресостійкості, підтримки професійної ідентичності та створення психологічно безпечного освітнього середовища. Водночас існуючі програми підвищення кваліфікації недостатньо системно охоплюють внутрішньо-психологічний вимір безбар'єрності як складову якості освіти.

У цьому контексті програма пропонує інноваційний підхід, що ґрунтується на концепції діалогічного самоавторства викладача (Просіна, 2024–2026) як психологічного механізму інтеграції професійної ідентичності, рефлексії та емоційної стійкості. Реалізація програми спрямована на формування здатності викладачів до усвідомленого професійного вибору, внутрішньої узгодженості та підтримки ментального здоров'я, що відповідає сучасним вимогам до якості вищої освіти та забезпечення сталого розвитку людського капіталу.

Наукова новизна програми полягає у концептуалізації психологічної безбар'єрності у вищій освіті як внутрішньо-психологічного ресурсу професійної діяльності викладача та розробленні авторського підходу до її забезпечення через розвиток діалогічного самоавторства. У програмі інтегровано положення теорії діалогічного Я та концепції самоавторства як цілісного механізму формування професійної ідентичності, рефлексії та емоційної стійкості. Запропоновано модель розвитку діалогічного самоавторства, що охоплює рефлексивний, діалогічний, ціннісно-смысловий та регуляційний компоненти та реалізується через практико-орієнтовані освітні інтервенції. Програма розширює уявлення про професійну стійкість викладача як результат інтеграції внутрішніх психологічних ресурсів в умовах цифрових трансформацій і кризових впливів.

Цільова група: педагогічні, науково-педагогічні, наукові працівники закладів вищої освіти

Обсяг (тривалість): 90 годин / 3 кредити ЄКТС (вісім тижнів).

Особливості реалізації програми: Реалізація програми базується на засадах гуманістичної психології, андрагогіки та цифрової стійкості, що забезпечується за такими напрямками:

Психологічна стійкість та безперервність: Освітній процес адаптовано до умов воєнного стану та енергетичної нестабільності. Для забезпечення безперервності навчання та психологічної підтримки передбачено асинхронний доступ до повного кейсу матеріалів: відеолекцій, технік самодопомоги, рефлексивних вправ та аудіопрактик для відновлення ментального здоров'я, що доступні для офлайн-опрацювання.

Захищене цифрове середовище: Навчання організовано в екосистемі Google Workspace for Education. Платформа Google Classroom використовується як безпечний простір для ведення цифрових щоденників рефлексії, обміну досвідом та отримання конфіденційного зворотного зв'язку. Синхронні зустрічі (терапевтичні сесії, фасилітаційні діалоги) проводяться через системи BigBlueButton, Zoom або Google Meet, які розгорнуті на власних серверних потужностях закладу з автономним живленням, що гарантує стабільність зв'язку та приватність спілкування.

Методологія діалогічного самоавторства: Програма реалізується через занурення слухачів у простір професійного діалогу. Викладач виступає в ролі фасилітатора, що підтримує процес «самоавторства» слухача – його здатності свідомо трансформувати власну професійну позицію та зміцнювати ментальну стійкість.

Медитативно-практичний складник: До реалізації залучено міждисциплінарну команду: науково-педагогічних працівників, психологів-практиків та сертифікованих фасилітаторів. Навчання передбачає не лише теоретичне опанування тем, а й проживання практичних кейсів, участь у групах підтримки та роботу з психологічними картами в цифровому форматі.

Етика та інклюзивність: Особлива увага приділяється створенню атмосфери психологічної безбар'єрності. Використовуються цифрові інструменти, що забезпечують легкий доступ до контенту та підтримують етичні стандарти взаємодії, запобігаючи вигоранню та цифровому виснаженню.

Форма (форми) підвищення кваліфікації: дистанційна.

Метою програми є розвиток професійної компетентності педагогічних/науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти у сфері забезпечення психологічної безбар'єрності освітнього середовища шляхом формування навичок саморегуляції, рефлексії, підтримки ментального здоров'я та розвитку діалогічного самоавторства як механізму професійної стійкості, усвідомленої професійної ідентичності та ефективної педагогічної взаємодії.

Завдання підвищення кваліфікації:

Сформувати у науково-педагогічних працівників розуміння психологічної безбар'єрності як складової якості вищої освіти та умови створення безпечного, інклюзивного й підтримувального освітнього середовища.

Розвинути здатність до рефлексивного аналізу професійної діяльності в умовах цифрового та кризового освітнього середовища, зокрема усвідомлення

впливу платформізації, метрик та цифрових інструментів на професійну ідентичність викладача

Сформувати навички виявлення, диференціації та узгодження множинних “Я-позицій” у структурі професійної ідентичності викладача на основі положень теорії діалогічного Я.

Розвинути діалогічне самоавторство як метапозицію, що забезпечує формування внутрішніх критеріїв професійної діяльності, автономність у прийнятті рішень та відповідальність у професійній взаємодії.

Сформувати навички психологічної саморегуляції, стресостійкості та підтримки ментального здоров'я як ресурсу професійної стійкості викладача в умовах невизначеності та підвищеного навантаження.

Розвинути здатність до проектування власної професійної траєкторії на основі інтеграції ціннісно-сміслових орієнтирів, рефлексивного досвіду та сучасних вимог до викладача цифрової епохи.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться (згідно з Професійним стандартом «Викладач закладу вищої освіти», МОН України, 2024):

Психолого-педагогічні компетентності — здатність забезпечувати психологічну безбар'єрність освітнього середовища, створювати безпечні, інклюзивні та підтримувальні умови навчання, сприяти емоційному благополуччю учасників освітнього процесу.
(B1.Y1–Y4, B2.Y1–Y3, B3.Y1–Y2)

Оціночно-рефлексивні компетентності — здатність до рефлексивного аналізу професійної діяльності, усвідомлення впливу цифрового середовища, платформізації та метрик на педагогічну практику і професійну ідентичність викладача.
(B1.Y1–Y4, B2.Y1–Y3, B3.Y1–Y3, B2.B1–B2)

Комунікаційно-фасилітаційні компетентності — здатність до усвідомленої діалогічної взаємодії, фасилітації процесів самопізнання та професійного розвитку, зокрема у роботі з множинними “Я-позиціями” та внутрішніми професійними конфліктами.
(A2.K1, A3.K1, Ж1.K1–Ж2.Y1)

Компетентності професійного розвитку (саморозвитку) — здатність до формування діалогічного самоавторства як метапозиції, розвитку автономності, відповідальності та внутрішніх критеріїв професійної діяльності.
(B2.Y1–Y3, B3.Y1–Y3, Д1.B1)

Психологічно-ресурсні (саморегуляційні) компетентності — здатність до психологічної саморегуляції, розвитку стресостійкості, підтримки ментального здоров'я та відновлення ресурсів у професійній діяльності.
(B1.Y1–Y4, B2.Y1–Y3)

Лідерсько-організаційні компетентності — здатність до проектування індивідуальної професійної траєкторії, прийняття відповідальних рішень, реалізації суб'єктної позиції та розвитку професійної стійкості в умовах змін.
(Д1.Y1–Y3, Д2.Y1–Y2)

Очікувані результати підвищення кваліфікації:

1. Знання (когнітивний рівень)

Слухач після завершення програми:

- знає концептуальні засади психологічної безбар'єрності як складової якості вищої освіти та умови створення безпечного освітнього середовища;
- розуміє психологічні механізми професійної стійкості та підтримки ментального здоров'я викладача в умовах криз і невизначеності;
- володіє знаннями про теорію діалогічного Я та концепцію самоавторства як основу розвитку професійної ідентичності;
- орієнтується у сучасних підходах до рефлексивного, трансформативного та дорослого навчання;
- усвідомлює вплив цифровізації, платформізації та освітніх метрик на професійну діяльність і самосприйняття викладача.

2. Уміння (діяльнісний рівень)

Слухач здатний:

- створювати психологічно безпечне, безбар'єрне та підтримувальне освітнє середовище у взаємодії зі здобувачами освіти;
- здійснювати рефлексивний аналіз власної професійної діяльності, зокрема в умовах цифрового освітнього середовища;
- виявляти, диференціювати та узгоджувати множинні “Я-позиції” у структурі професійної ідентичності;
- застосовувати техніки саморегуляції, емоційної стабілізації та відновлення ресурсів у професійній діяльності;
- використовувати рефлексивні та фасилітаційні інструменти (рефлексивний щоденник, метафоричні картки, діалогічні практики) для професійного розвитку;
- проєктувати індивідуальну професійну траєкторію з урахуванням ціннісно-сміслових орієнтирів і вимог сучасного освітнього середовища.

3. Ставлення (ціннісний рівень)

Слухач виявляє:

- готовність забезпечувати психологічну безбар'єрність як норму професійної діяльності у вищій освіті;
- усвідомлене ставлення до власної професійної ідентичності, відповідальність за її розвиток і трансформацію;
- орієнтацію на рефлексію, самопізнання та внутрішню узгодженість як основу професійної стійкості;
- ціннісне ставлення до ментального здоров'я — власного та інших учасників освітнього процесу;
- відкритість до діалогу, партнерської взаємодії та розвитку культури довіри в академічному середовищі;

– готовність до впровадження практик психологічної підтримки та розвитку безбар'єрного освітнього простору.

Оцінювання результатів підвищення кваліфікації:

Оцінювання результатів підвищення кваліфікації здійснюється комплексно та включає вхідне і вихідне діагностування рівня сформованості компетентностей слухачів із використанням стандартизованих психодіагностичних методик і засобів самооцінювання. Упродовж навчання реалізується формувальне оцінювання, що передбачає виконання практичних завдань, участь у тренінгових активностях і рефлексивних практиках. Підсумкове оцінювання передбачає виконання індивідуального або групового практико-орієнтованого завдання (проєкту), спрямованого на застосування набутих знань і вмінь у професійній діяльності та демонстрацію сформованих компетентностей.

Оцінювання результатів здійснюється за такими критеріями: релевантність і практична спрямованість запропонованого рішення, теоретична обґрунтованість (з опорою на сучасні наукові підходи та методичні засади), доцільність і реалістичність впровадження в професійному контексті, цілісність і логічність структури, креативність та інноваційність підходів, а також здатність до рефлексії та самооцінювання досягнутих результатів.

Ефективність програми додатково визначається на основі порівняльного аналізу результатів вхідного та вихідного діагностування із застосуванням елементів статистичної обробки даних (зокрема, перевірки статистичної значущості змін на рівні $p < 0,05$).

Документ про підсумки підвищення кваліфікації: Свідоцтво про підвищення кваліфікації (Ліцензія МОН України: Наказ від 15.11.2016 №1492-л «Про переоформлення ліцензій»).

2. НАВЧАЛЬНО ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назва навчальних тем	Кількість годин				
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Контрольні заходи	Усього
Модуль 1. Психологічні засади професійної стійкості та безбар'єрної взаємодії					
Тема 1. 1.Психологічна безбар'єрність як умова сучасного освітнього середовища	2	4	2		8
Тема 1.2. Емоційна стійкість і ресурси особистості в умовах професійних викликів	2	4	2		8

Тема 1.3 Усвідомлення власних станів і розвиток навичок саморегуляції	4	8	2		14
Разом за модулем	8	16	6		30
Модуль 2. Комунікація, підтримка та взаємодія в освітньому середовищі					
Тема 2.1. Емпатійна комунікація та культура підтримки в професійній діяльності	4	4	2		10
Тема 2.2. Комунікація у складних (кризових) ситуаціях професійної взаємодії	2	6	2		10
Тема 2.3. Партнерство, довіра і взаємопідтримка в освітніх спільнотах	2	6	2		10
Разом за модулем	8	16	6		30
МОДУЛЬ 3. Професійна ідентичність, рефлексія та трансформація педагогічного/науково-педагогічного працівника					
Тема 3.1. Професійна ідентичність і діалогічне самоавторство викладача	2	4	2		8
Тема 3.2. Практики рефлексії та розвиток самоєфективності	2	4	2		8
Тема 3.3. Проектування змін: від особистого досвіду до професійних рішень	2	4	2		8
Тема 3.4. Впровадження індивідуальної траєкторії професійного розвитку	2	4			6
Разом за модулем	8	16	6		30
Підсумкові заходи				залік	
Усього	24	48	18		90

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. Психологічні засади професійної стійкості та безбар'єрної взаємодії

Тема 1.1. Психологічна безбар'єрність як умова сучасного освітнього середовища.

Ключові питання теми: Поняття психологічної безбар'єрності; інклюзивне та безпечне освітнє середовище; подолання психологічних бар'єрів у професійній взаємодії; роль педагога у створенні культури підтримки та прийняття.

Тема 1.2. Емоційна стійкість і ресурси особистості в умовах професійних викликів.

Ключові питання теми: Поняття емоційної стійкості; чинники стресу та професійного вигорання; внутрішні і зовнішні ресурси особистості; стратегії збереження психоемоційного благополуччя; розвиток резильєнтності.

Тема 1.3. Усвідомлення власних станів і розвиток навичок саморегуляції.

Ключові питання теми: Усвідомлення емоційних станів; основи майндфулнесу; техніки саморегуляції та відновлення ресурсу; розвиток навичок емоційної саморегуляції у професійній діяльності; усвідомлення внутрішнього діалогу як основи саморегуляції.

МОДУЛЬ 2. Комунікація, підтримка та взаємодія в освітньому середовищі

Тема 2.1. Емпатійна комунікація та культура підтримки в професійній діяльності.

Ключові питання теми: Поняття емпатії в педагогічній взаємодії; активне слухання; ненасильницька комунікація; формування культури підтримки в освітньому середовищі.

Тема 2.2. Комунікація у складних (кризових) ситуаціях професійної взаємодії

Ключові питання теми: Типологія складних комуникативних ситуацій; техніки ведення складних розмов; реагування на емоційні прояви; комунікація в умовах стресу та невизначеності.

Тема 2.3. Партнерство, довіра і взаємопідтримка в освітніх спільнотах.
Ключові питання теми: Принципи партнерської взаємодії; формування довіри в команді; підтримка професійних спільнот; розвиток культури взаємодопомоги та колегіальності.

МОДУЛЬ 3. Професійна ідентичність, рефлексія та трансформація педагогічного, науково-педагогічного працівника

Тема 3.1. Професійна ідентичність і діалогічне самоавторство викладача.

Ключові питання теми: Поняття професійної ідентичності; виклики трансформації в умовах змін; теорія діалогічного Я; множинні Я-позиції у структурі професійної ідентичності; діалогічне самоавторство як метапозиція та механізм професійної трансформації.

Тема 3.2. Практики рефлексії та розвиток самоефективності.
Ключові питання теми: Рефлексія як механізм професійного зростання; техніки саморефлексії; поняття самоефективності; розвиток впевненості у власних професійних можливостях; використання діалогічних практик для узгодження внутрішніх позицій.

Тема 3.3. Проєктування змін: від особистого досвіду до професійних рішень.

Ключові питання теми: Логіка проєктування професійних змін; аналіз власного досвіду; визначення цілей розвитку; розробка практичних рішень для професійної діяльності; інтеграція внутрішнього діалогу та Я-позицій у процесі прийняття рішень.

Тема 3.4. Впровадження індивідуальної траєкторії професійного розвитку.

Ключові питання теми: Побудова індивідуальної траєкторії розвитку; визначення ресурсів і обмежень; планування кроків реалізації; опора на внутрішні критерії та ціннісно-сміслові орієнтири; презентація та обговорення індивідуального плану професійного розвитку.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення: 03.03.2026)
2. Про затвердження плану заходів на 2025–2026 роки з реалізації Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року : розпорядження Кабінету Міністрів України від 25.03.2025 № 374-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/374-2025-p> (дата звернення: 03.03.2026)
3. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 03.03.2026)
4. Про схвалення Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року : розпорядження Кабінету Міністрів України від 14.04.2021 № 366-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/366-2021-p> (дата звернення: 03.03.2026)
5. Професійний стандарт «Викладач закладу вищої освіти» : наказ Міністерства освіти і науки України від 16.10.2024 № 1466.

Основна література

1. Baxter Magolda, M. B. Self-authorship: the foundation for twenty-first-century education. *New Directions for Teaching and Learning*. 2007. No. 109. P. 69–83.
2. Hermans, H. J. M. The dialogical self: toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & Psychology*. 2001. Vol. 7, No. 3. P. 243–281.

3. Карамушка, Л. М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни : навчально-методичний посібник. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023.
4. Просіна, О. В. Діалогічне Я в професійній ідентичності майбутнього викладача: виклики цифрового середовища // Габітус. 2025. Вип. 79. Т. 1. С. 76–80. DOI: <https://doi.org/10.32782/hbts.79.1.13>
5. Просіна, О. В. Психологічні механізми професійної трансформації педагогічних працівників у кризових умовах: теоретичний аналіз. Габітус. 2024.

Додаткова література

1. Akkerman, S. F., Meijer, P. C. A dialogical approach to conceptualizing teacher identity. *Teaching and Teacher Education*. 2011. Vol. 27, No. 2.
2. Hoggan, C. D. Transformative learning as a metatheory: definition, criteria, and typology. *Adult Education Quarterly*. 2016. Vol. 66, No. 1.
3. UNESCO. AI competency framework for teachers. Paris : UNESCO, 2024.
4. UNESCO. Guidance for generative AI in education and research. Paris : UNESCO, 2023.
5. Просіна, О. В. Професійна трансформація педагогічних працівників як концепт сучасного професійного розвитку в умовах відкритої освіти // Варіативні моделі й технології трансформації професійного розвитку фахівців в умовах відкритої освіти : колективна монографія / за наук. ред. Н. П. Муранової. Київ : ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, 2025. С. 106–142.