

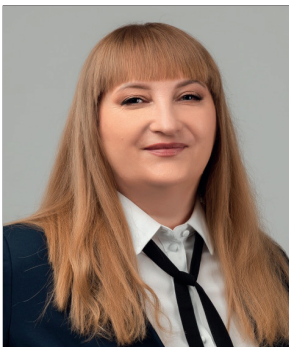
УДК 338.244.47 : 159.928.22



V. Ю. Стрельников, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри філософії і економіки освіти Полтавської академії неперервної освіти ім. М. В. Остроградського
Strel'nikov Viktor, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Philosophy and Economics of Education, M. V. Ostrohradskyi Poltava Academy of Continuous Education, Ukraine
E-mail: strelnikov@pano.pl.ua
ORCID iD <https://orcid.org/0000-0002-8822-9517>



С. М. Волощук, кандидат історичних наук, доцент, директор Відокремленого структурного підрозділу «Ужгородський торговельно-економічний фаховий коледж Державного торговельно-економічного університету»
Voloshchuk Serhiy, Ph. D in Historical Sciences, Associate Professor, Methodologist, the Head of a Separated Structural Unit “Uzhhorod Trade and Economics Qualifying College by State University of Trade and Economics”, Ukraine
E-mail: direktor.utek@gmail.com
ORCID iD <https://orcid.org/0009-0004-2846-2423>



О. Л. Рати, викладачка німецької мови (за професійним спрямуванням), викладачка-методист, заступниця директора з навчально-виховної роботи Відокремленого структурного підрозділу «Ужгородський торговельно-економічний фаховий коледж Державного торговельно-економічного університету»
Rati Oksana, German teacher (for specific purposes), teacher-methodologist, Deputy Director for Educational Work of a Separated, Structural Unit “Uzhhorod Trade and Economics Qualifying College by State University of Trade and Economics”, Ukraine
E-mail: oxanarati17@gmail.com
ORCID iD <https://orcid.org/0009-0000-6073-4266>



Т. Ф. Мулеса, викладачка математики, викладачка-методист Відокремленого структурного підрозділу «Ужгородський торговельно-економічний фаховий коледж Державного торговельно-економічного університету»
Mulesa Tamara, mathteacher, teacher-methodologist, Separated Structural Unit “Uzhhorod Trade and Economics Qualifying College by State University of Trade and Economics”, Ukraine
E-mail: tamaramulesa@gmail.com
ORCID iD <https://orcid.org/0009-0003-1930-5234>

РОЗВИТОК РЕЗИЛІЄНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА ЗАКЛАДУ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЙОГО ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ТРАЄКТОРІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ

Розглянуто можливості курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» для розвитку резилієнтності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни, показано досвід діяльності Полтавської академії неперервної

освіти ім. М. В. Остроградського з виконання вимоги МОН України щодо проходження педагогічними працівниками курсів підвищення кваліфікації з удосконалення знань, умінь і практичних навичок у контексті надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу та забезпечення індивідуальної освітньої траєкторії педагогічних працівників в умовах війни.

Окреслено сутність термінів «резилієнс» як динамічного, складного, багатовимірного комплексу особливостей особистості, її здатності протистояти й адаптуватися до несприятливих та травматичних подій; «резилієнтність» як здатності особистості протистояти складнощам життя, швидко відновлюватися й успішно адаптуватися в несприятливих обставинах; динамічності властивості особистості, яку, хоча вона є вродженою, можна і слід розвивати; «індивідуальна освітня траєкторія» як персонального шляху реалізації особистісного потенціалу здобувача освіти, що формується з урахуванням його здібностей, інтересів, потреб, мотивації, можливостей і досвіду; «індивідуальний навчальний план» як документа, який визначає послідовність, форму і темп засвоєння здобувачем освіти освітніх компонентів освітньої програми з метою реалізації його індивідуальної освітньої траєкторії; «здобувач освіти дорослих» як дорослої особи, яка набуває необхідні компетентності шляхом формальної, неформальної та інформальної освіти.

Резилієнтність розглядається в трьох значеннях: 1) якість особистості – здатність до подолання стресу; 2) процес копію; 3) адаптаційно захисний механізм особистості, який дає змогу адаптуватися після психічної травми або протистояти стресу, а також як: а) концепція; б) процес; в) результат. Визначено складники резилієнтності викладачів закладів фахової передвищої освіти – адаптивність, стійкість, надія, оптимізм. Розглянуто й обґрунтовано доцільність дотримання правил і виконання спеціальних вправ для розвитку резилієнтності педагога, які застосовувалися на курсах підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти».

Виокремлено методологічні принципи проведення Полтавською академією неперервної освіти ім. М. В. Остроградського на базі Відокремленого структурного підрозділу «Ужгородський торговельно-економічний фаховий коледж Державного торговельно-економічного університету» (у січні 2024 року) означених курсів підвищення кваліфікації для розвитку резилієнтності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни: наступності; усвідомлення; науковості; наочності; предметності; розвивального навчання; демократизації; саморозвитку особистості; психологічної підтримки.

Ключові слова: викладач закладу фахової передвищої освіти, резилієнтність, резилієнс, курси підвищення кваліфікації, неперервна освіта, індивідуальна освітня траєкторія, заклад неперервної освіти.

Development of Resilience of the Teacher of the Institution of Vocational Pre-higher Education to Ensure his Individual Educational Trajectory in the Conditions of War

The possibilities of advanced training courses «Technologies of effective pedagogical communication, psychodiagnostics and provision of psychological support to participants in the educational process in institutions of professional advanced education» for the development of resilience of teachers of institutions of professional advanced education with the aim of ensuring their individual educational trajectory in war conditions are considered, the experience of the M. V. Ostrohradskyi Poltava Academy of Continuous Education for the fulfillment of the requirement of the Ministry of Education and Culture of Ukraine regarding the completion of professional development courses by teaching staff to improve knowledge, skills and practical skills in terms of providing psychological support to participants in the educational process and ensuring the individual educational trajectory of teaching staff in war conditions.

The essence of the terms «resilience» is outlined (as a dynamic, complex, multidimensional complex of individual characteristics, its ability to resist and adapt to adverse and traumatic events); «resiliency» (as a person's ability to withstand life's difficulties, quickly recover and successfully adapt in adverse circumstances; a dynamic personality property that, although it is innate, can and should be developed); «individual educational trajectory» (as a personal way of realizing the personal potential of the student of education, which is formed taking into account his abilities, interests, needs, motivation, opportunities and experience); «individual study plan» (as a document that determines the sequence, form and pace of assimilation of educational components of the educational program by the student in order to realize his individual educational trajectory); «acquirer of adult education» (an adult who acquires the necessary competences through formal, informal and informal education).

Resilience is considered in three meanings: 1) personality quality, its ability to overcome stress; 2) coping process; 3) adaptive protective mechanism of the personality, which allows to adapt after mental trauma or resist stress. The components of the resilience of teachers of institutions of vocational pre-higher education are determined – hope, optimism, adaptability, stability. The expediency of following the rules and performing special exercises for the development of teacher resilience, which were used in advanced training courses «Technologies of effective pedagogical communication, psychodiagnostics and provision of psychological support to participants in the educational process in institutions of vocational pre-higher education», were considered and substantiated.

The methodological principles of conducting the specified professional development courses for the development of the resilience of teachers of vocational pre-higher education institutions in order to ensure their individual educational trajectory in the conditions of war are highlighted: 1) continuity; 2) awareness; science; 3) visibility; 4) objectivity; 5) developmental training; 6) democratization; 7) self-development of the individual; 8) psychological support.

Keywords: teacher of a professional preliminary higher education institution, resiliency, resilience, professional development courses, continuous education, individual educational trajectory, institution of continuous education.

Постановка проблеми. Сучасна освітня ситуація в Україні, пов'язана з воєнною агресією північного сусіда, потребує вирішення актуальних завдань щодо якісного підвищення кваліфікації педагогічних працівників, вироблення нової методології неперервної освіти, яка б сприяла розвитку резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти для забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни. Фахівцями Полтавської академії неперервної освіти ім. М. В. Остроградського проводиться системна діяльність із вироблення ефективних технологій управління процесами фахової підготовки освітян в умовах війни. У статті розглянемо методологічні й практичні основи такої системи підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів фахової передвищої освіти, яка б стимулювала розвиток їхньої резиліентності та забезпечувала їхню індивідуальну освітню траєкторію, адже важливим для викладачів закладів фахової передвищої освіти в умовах військового стану є саме розвиток резиліентності як запоруки психологічної стійкості перед складними життєвими ситуаціями.

Ураховуючи вищесказане, важливо було розробити програму курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» для розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни, у якій би інтегрувалися як особистісно-творча, так і суспільна мета підвищення кваліфікації кожного викладача. Проблема вбачаємо у виробленні методологічних і практичних основ неперервної освіти, яка б уможливила виконання вимог МОН України щодо проходження педагогічними працівниками курсів підвищення кваліфікації з удосконалення знань, умінь і практичних навичок у контексті надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу, забезпечення індивідуальної освітньої траєкторії педагогічних працівників, поєднання індивідуальної професійної самореалізації і засвоєння викладачами завдань реформування української освіти в умовах війни.

Аналіз актуальних досліджень вказує на важливість проблеми розвитку резиліентності викладачів із метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії, що підтверджується дослідженнями на теренах філософських, психологічних, педагогічних наук. Вітчизняними

дослідниками пропонуються певні «універсальні» засоби діагностики розвитку якостей особистості викладача, практичні способи управління розвитком педагога, шляхи подолання ним труднощів, які виникають у реальному професійному житті. У вітчизняній філософії освіти, педагогіці, психології є низка досліджень проблем розвитку особистості викладача в системі вищої, фахової передвищої і неперервної освіти (О. Авілова [28, с. 349–351]; К. Балахтар [1, с. 55–62]; Н. Білик [8; 25, с. 3–8]; Л. Ворона [27, с. 472–484]; Т. Гура [27, с. 349–351]; І. Зязюн [3, с. 11–57]; І. Калініченко [8; 27, с. 472–484]; З. Кісарчук [24]; Г. Лазос [24]; Л. Лебедик [4, с. 241–272; 5; 26, с. 128–157; 27, с. 472–484; 28, с. 349–351]; Н. Лосєва [6, с. 49–53; 29, с. 211–231]; В. Моргун [7, с. 27–40]; Т. Мулеса [17, с. 60–68]; Я. Омельченко [24]; В. Радул [11, с. 15–20]; О. Раті [17, с. 60–68]; С. Сисоєва [28, с. 349–351]; Л. Сігаєва [12, с. 165–176]; І. Сметана [19, с. 37–47; 20, с. 74–78]; В. Солодовник [19, с. 37–47; 20, с. 74–78; 21, с. 19–25]; С. Станкевич [28, с. 349–351]; В. Стрельніков [5; 6, с. 49–53; 14, с. 75–78; 17, с. 60–68; 19, с. 37–47; 20, с. 74–78; 21, с. 19–25; 22, с. 230–248; 23, с. 148–151; 26, с. 128–157; 28, с. 349–351; 29, с. 211–231; 30, с. 35–43]; С. Шаповалова [28, с. 349–351]; С. Шара [27, с. 472–484] та ін.). Водночас розвиток резиліентності викладача з метою забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії не є самостійним предметом наукових досліджень, немає теоретичних узагальнень щодо формування резиліентності здобувача освіти та його розвитку в індивідуальній освітній траєкторії, хоча дослідники наголошують, що «особистість є активним суб'єктом процесу власного (зокрема професійного) розвитку» (В. Моргун [7, с. 27–40]).

Отже, проблема розвитку резиліентності педагогічного працівника, реалізація його індивідуальної освітньої траєкторії залишається у філософських і психолого-педагогічних дослідженнях однією з постійно актуальних і складних. Однак, у цих дослідженнях не приділяється належної уваги обґрунтуванню принципів розвитку резиліентності педагогічного працівника в умовах війни, узагальненому досвіду цілеспрямованого розвитку резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти, який би стимулював реалізацію його індивідуальної освітньої траєкторії в закладі неперервної освіти.

Виділення невирішених раніше частин означеної проблеми. Об'єктивна потреба в ефективній програмі розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти

для забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії показує, що особливу роль у цьому розвитку в умовах війни мають курси підвищення кваліфікації в закладі неперервної освіти. Запропоновані курси «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» мають на меті закласти основи науково обґрунтованого розвитку резиліентності і проектування педагогічними працівниками закладів фахової передвищої освіти індивідуальної освітньої траєкторії. Головними чинниками такого успішного розвитку резиліентності та проектування й реалізації в умовах війни індивідуальної освітньої траєкторії є наявність сучасних методологічно й методично обґрунтованих та індивідуально орієнтованих програм, належна спеціальна підготовка педагогічних працівників до розвитку власної резиліентності, які допомагають педагогічним працівникам у проектуванні індивідуальної освітньої траєкторії та її реалізації у практичній діяльності в закладах фахової передвищої освіти.

Мета статті полягає в теоретико-практичному обґрунтуванні можливостей курсів підвищення кваліфікації для розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни.

Завдання дослідження полягає, по-перше, в окресленні сутності термінів «резилієнс», «резилієнтність», «індивідуальна освітня траєкторія», «індивідуальний навчальний план», «здобувач освіти дорослих», які використовуються в досліджуваній проблематиці; по-друге, в обґрунтуванні доцільності дотримання правил і виконання спеціальних вправ для розвитку складників резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти під час курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти»; по-третє, у визначенні методологічних принципів проведення означених курсів для розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни.

Виклад основного матеріалу дослідження розпочнімо з *першого* його завдання – аналізу основних понять, якими оперуємо для вирішення означеної проблеми. Так, сутність термінів «резилієнс» і «резилієнтність» з'ясуємо на ос-

нові праць зарубіжних авторів (D. E. Alexander, J. Barudy, M. Dantagnan, C. B. Bogar, D. Hulse Killacky, S. Fergus, M. A. Zimmerman, B. J. Friesen, N. Garmezy, M. Rutter, E. E. Werner, R. S. Smith, A. P. Grace, S. T. Hauser, N. M. Haynes, N. Henderson, M. M. Milstein, Henderson Grotberg, E. La Resiliencia en el Mundo de Hoy, Z. Karatas, M. A. Ersoy, F. S. Cakar, H. B. Kaplan, N. Khanlou, R. Wray, S. S. Luthar, D. Cicchetti, B. Becker, K. B. Magnus, E. L. Cowen, P. A. Wyman, D. B. Fagen, W. C. Work, A. S. Masten, K. M. Best, N. Garmezy, C. A. Olsson, L. Bond, J. M. Burns, D. A. Vella-Brodrick, S. M. Sawyer, J. S. Rolland, F. Walsh, M. Rutter, A. Saleem, A. S. Mevawala, E. P. M. Seligman, M. Csikszentmihalyi, Ş. Terzi, M. Ungar, M. Brown, L. Liebenberg, R. Othman, W. M. Kwong, M. Armstrong, J. Gilgun, S. Vanistendael, J. Lecomte, M. Windle та ін.), розвідок вітчизняних дослідників (К. Балахтар [1, с. 55–62], З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос [24] та ін.). «Резилієнс» в англомовних джерелах розглядається переважно як здатність особистості, яка зазнала впливу якихось потенційно руйнівних подій (що загрожують її життю чи близьких людей, чим є воєнна агресія в Україні), підтримувати відносно стабільне, здорове психологічне і фізичне функціонування, здатність при цьому відчувати позитивні емоції і вчитися на цьому власному досвіді. А «резилієнтністю» (лат. «resilire» – здатність протистояти пошкодженню та/або швидко відновлюватись) зарубіжні автори вважають: а) складний, багатовимірний і динамічний комплекс особливостей кожної особистості; б) здатність індивіда протистояти й адаптуватися до загрозливих і травматичних подій; в) персональну характеристику людини, яка модерує чи пом'якшує негативні наслідки стресу, сприяє адаптації; г) шаблон позитивної адаптації у контексті минулих і сучасних негараздів, який стосується усіх сфер життя; д) процес відновлення як здатність особистості до успішної адаптації після несприятливих обставин; е) якість, яка засновується на силі, формує сильні переваги молоді, а не підкреслює недоліки; є) інтерактивний процес, який із плином часу зміцнює особистість і її сім'ю; ж) динамічний процес, взаємодію, яка передбачає позитивну особистісну і соціальну адаптацію людини, незважаючи на схильність до ризику; з) динамічний психічний процес, використання стратегій подолання ситуації та/або особистісні чинники; и) особисті чинники як потенційні детермінанти; і) стилі та стратегії подолання стресів (К. Балахтар [1, с. 55–62]).

Як бачимо, єдиного трактування сутності поняття «резилієнтність» немає, його визначення розглядається науковцями як: а) концепція; б) процес; в) результат [Там само].

Резилієнтність як *концепція* пов'язується з: а) спроможністю, що складається з набору особистісних характеристик, контекстів розвитку людини, сукупності внутрішніх і зовнішніх механізмів, які з'являються при зіткненні з труднощами; б) здатністю людини позитивно реагувати, незважаючи на складні чи загрозливі обставини життя; в) здатністю реагувати краще, ніж очікувалося, у ситуації ризику, травматичних подій, негараздів, які впливають на психосоціальну цілісність особистості; г) ознакою, яка змінюється, з часом збільшується чи зменшується; д) виникненням резилієнтності у результаті взаємодії між ризиком і захисними чинниками, що змінює вплив негативних подій на життя – захисні чинники пом'якшують, зменшують чи усувають ризик, розвивають здорову адаптацію і компетенції особистості [Там само].

Резилієнтність у розумінні *процесу* розглядається як: а) динамічний процес позитивної адаптації за умови впливу значної загрози чи серйозних негараздів, який проявляється у безперервній взаємодії особи із середовищем, у якому вона розвивається і соціалізується; б) процес, що має механізми захисту й ризику, які роблять людину більш стійкою; в) процес, який передбачає наявність у людини стимулювальних внутрішніх чинників (навичок подолання труднощів, компетентності, самоефективності) і зовнішніх ресурсів (підтримка батьків, наставництво та підтримка громади) [Там само].

Резилієнтність як *результат* утворюють особливості, характеристики та риси особистості, що забезпечують досягнення цілей: а) оптимізм; б) соціальна достатність; в) соціальні навички; г) навички вирішення проблем; д) наполегливість; е) психічне здоров'я; є) емпатія; ж) внутрішній контроль; з) відчуття самодостатності; и) здатність до розвитку дружніх стосунків; і) здатність встановлювати позитивні стосунки з людьми; к) володіння ефективними комунікативними навичками; л) відчуття власної ефективності; м) упевненість у собі; н) висока самооцінка та прийняття себе; о) контроль емоцій та навичка усвідомлення; п) швидка здатність пристосовуватися до нових ситуацій; р) здатність протистояти тривозі і перешкодам; с) висока мотивація до досягнень; т) здатність розглядати і планувати майбутнє; у) здатність раціонально боротися зі стресовими і травматичними подія-

ми; ф) здатність створювати більше внутрішніх атрибутів, ніж зовнішніх (щастя, здібності тощо) [Там само].

Термін «індивідуальна освітня траєкторія» трактується як «персональний шлях реалізації особистісного потенціалу здобувача освіти, що формується з урахуванням його здібностей, інтересів, потреб, мотивації, можливостей і досвіду, ґрунтується на виборі здобувачем освіти видів, форм і темпу здобуття освіти, суб'єктів освітньої діяльності та запропонованих ними освітніх програм, навчальних дисциплін і рівня їх складності, методів і засобів навчання» (Закон України «Про освіту» [2]). Оскільки індивідуальна освітня траєкторія може бути реалізована в закладі освіти через індивідуальний навчальний план, зазначимо, що він є документом, який «визначає послідовність, форму і темп засвоєння здобувачем освіти освітніх компонентів освітньої траєкторії та розробляється закладом освіти у взаємодії із здобувачем освіти за наявності необхідних для цього ресурсів» [Там само].

Педагогічні працівники закладів фахової передвищої освіти теж є здобувачами освіти, адже вони постійно навчаються, самостійно проєктують індивідуальну освітню траєкторію у формальній, неформальній чи інформальній освіті. Це засвідчує сучасне освітнє законодавство: «Стаття 21. Здобувачі освіти дорослих. 1. Здобувачами освіти дорослих є дорослі особи, що здобувають освіту за будь-яким складником освіти дорослих. 2. Здобувачі освіти дорослих мають право на: вільний вибір програм, заходів та надавачів послуг у сфері освіти дорослих, крім випадків, передбачених законодавством або трудовим договором; якісні освітні послуги у сфері освіти дорослих; територіальну доступність освіти дорослих; безпечність освіти дорослих; доступ до інформації про послуги у сфері освіти дорослих; визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та інформальній освіті, неформальному професійному навчанні; індивідуальну освітню траєкторію та врахування індивідуального темпу навчання під час здобуття освіти дорослих» (проєкт Закону України «Про освіту дорослих» [10]). Тому ми будемо оперувати поняттям «здобувач освіти дорослих», що визначається як «доросла особа, яка набуває необхідних компетентностей шляхом формальної, неформальної та інформальної освіти у випадках, визначених цим Законом» [Там само].

Щодо *другого завдання* дослідження з обґрунтування доцільності дотримання правил і вико-

нання спеціальних вправ для розвитку складників резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти під час курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» відзначимо, що запропоновані нами курси сприяють вирішенню на практичному рівні проблеми – допомогти викладачам закладів фахової передвищої освіти працювати в умовах війни, розвиваючи їхню резиліентність, у якій виокремимо чотири основні елементи: 1) надія, яка пов'язана з упевненістю в перемозі України й у тому, що українці зможуть пройти через складнощі війни; 2) оптимізм, який у контексті війни теж означає віру в нашу перемогу; 3) адаптивність, що є здатністю пристосовуватися до змін, а у військовий час цей процес має відбуватися дуже швидко; 4) стійкість, яка є здатністю навіть попри трагічні обставини не опускати руки (К. Балахтар [1, с. 55–62]).

Отже, завдяки резиліентності викладач закладу фахової передвищої освіти здатен долати стреси та складні періоди життя. Резиліентність можна і слід розвивати, застосовуючи п'ять правил стійкості педагога: 1) дбаємо про власну безпеку і захищеність студентів та тих, хто поруч; 2) реагуємо на свої почуття та допомагаємо студентам проживати їхні негативні почуття; 3) ураховуємо можливості мозку, який працює у стресі; 4) створюємо середовище спільних цінностей зі студентами; 5) плекаємо майстерність турбуватися про себе, студентів та інших людей.

Під час курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» відпрацьовуються техніки надання першої психологічної допомоги, які важливо виконувати, перебуваючи у відносній безпеці, там, де людина зможе не боятися, наприклад, заплющити очі, відволіктися від усього, що відбувається навколо, бути переконаною, що поруч є людина, якій вона може довіряти:

а) техніка «заземлення, граундінг» (або техніка 5–4–3–2–1 ґрунтується на перемиканні уваги з власних переживань на зовнішні чинники завдяки п'яти органам чуття; пропонується людині, якій надається перша психологічна допомога, знайти навколо: п'ять речей, які можна побачити, наприклад, комп'ютер, телефон, стіл, кіт, книга; чотири речі, до яких можна доторкнутися, наприклад, обличчя, ручка, чашка, пальто; три речі,

які можна почути, наприклад, гуркіт автомобіля, музику, розмову; дві речі, які можна відчутти на запах, наприклад, парфуми чи дерево; одну річ, яку можна скуштувати, наприклад, каву);

б) техніка «безпечне місце» (людині, якій надається перша психологічна допомога, слід заплющити очі та уявити детально місце, де їй комфортно й затишно, де вона почує звуки, що лунають звідти, відчує запахи тощо);

в) техніка «сканування тіла» (людині, якій надається перша психологічна допомога, слід зосередити увагу на своєму тілі та відчуттях у ньому згори донизу; заплющивши очі, слід відчутти чоло, ніс, губи, шию, плечі, руки – і так далі донизу);

г) техніка «прогресивна м'язова релаксація» (людині, якій надається перша психологічна допомога, слід зробити вдих і, затримавши дихання, напружити всі м'язи й утримувати їх у цьому стані; на видиху слід різко розслабити все тіло; коли відбувається викид гормонів стресу, вегетативна нервова система активізується для їхнього регулювання, у цей процес залучені й м'язи, тому може боліти спина, затискати шию, з'явитися м'язовий дискомфорт; цю вправу краще виконувати наодинці в спокійному місці чи перед сном);

д) техніка «дихання за квадратом» (людині, якій надається перша психологічна допомога, слід прийняти зручну позу стоячи або сидячи; зробити вдих і одночасно рахувати про себе: один, два, три, чотири; затримати повітря і одночасно рахувати: один, два, три, чотири; повільно видихнути, рахуючи: один, два, три, чотири; знову затримати дихання і порахувати до чотирьох);

е) вправи із технології «Сміхотерапія», коли людині, якій надається перша психологічна допомога, дається інструкція: 1) «станьте, вдихніть і посмійтеся, переходячи на регіт; якщо не вийшло, значить ви занадто серйозні, тому так складно щиро розсміятися; якщо, почувши веселий жарт, ви лише посміхаєтеся, знайте, що саме повноцінний сміх, а не чергова посмішка, дає максимум користі; тренуйтеся – і ви навчитеся сміятися в будь-який момент»; 2) «посміхніться і утримуйте посмішку; хід думок і навіть настрої почнуть поліпшуватися – і ось вже ваша усмішка стане не вдовоною, а справжньою»; 3) «станьте перед дзеркалом і почніть робити гримаси й показувати язик своєму відображенню – сміх не змусить себе довго чекати; якщо такий спосіб вам не підходить, знайте, що в кожного з нас є щось, що викликає щирий сміх, – такі собі «сміхопігулки»; це може бути улюблена комедія, збірки анекдотів, кумедні фото чи відео, на яких зображені,

наприклад, сімейні свята»; 4) «виконуйте якісь прості вправи, які дає ваша фантазія, і в цей час скандуйте «хо, хо, ха, ха», при цьому виконуйте ті різкі рухи, тримайте контакт очима з учасниками цієї вправи»; 5) «також у групі проведіть вправу «сміх по телефону», коли кожен з учасників робить вигляд, що говорить по мобільному телефону, а потім, встановивши один з одним контакт очима, скандує «хо, хо, ха, ха»; 6) «також у групі проведіть вправу «мстивий сміх», коли всі учасники вказівними пальцями погрожують один одному, вигукуючи «ха»; 7) «знову в групі проведіть вправу «чому я»: учасники беруть руки в боки, дивляться на інших і запитують: «Чому я? Ха, ха, ха» (примітка: важливо, щоб кожна вправа зі скандування, тобто вправи 4–7, виконувалася не менше від 1–2 хвилин).

Розвивають резиліентність викладачів закладів фахової передвищої освіти такі три прості вправи, які використовуються у тренінгу: 1) перша вправа – згадати з минулого життя свої перемоги, наприклад, гарні оцінки на іспитах, перемоги на змаганнях, адже якщо людина впевнена в собі, якщо в неї було багато перемог, у неї сильний ресурс, вона вірить у свою спроможність; а якщо людина носить в собі щодня невирішену проблему, це підвищує рівень гормонів стресу – кортизолу й адреналіну; 2) друга вправа – згадати з минулого тих людей, яким педагог вдячний; а також скласти список тих людей, хто, на думку викладача, вдячний йому; світ стає теплішим і приємнішим; 3) третя вправа – погляд із майбутнього (Джон Гріндлер) – учаснику тренінгу пропонується створити образ себе із щасливого майбутнього, який може щось порадити йому сьогодні: жити так, як хотів би жити (вміти, мати...); побачити себе сьогодні, стимулювати себе мріями; важливо, що пропонується життєва мета не кимось нав'язана, а належить учасникові тренінгу, що підсилює його імунітет і допомагає талантами, увагою, пам'яттю, всіма ресурсами; учасник тренінгу має переконатися, що його підсвідомість не розуміє слова «Треба», а лише «Хочу!», підсвідомість чинить опір тому, що не є його власним бажанням, тому людина часто забуває, неухважна, з нею відбуваються якісь негативні й малоімовірні події; якщо людина і далі займається не своєю справою (поза власним бажанням), підсвідомість залучає останній аргумент – психічний «збій», психосоматичні хвороби через ослаблення імунітету.

Серед порад щодо самодопомоги, які застосовуються у тренінгу з викладачами закладів фахової передвищої освіти, актуальними є такі:

а) зверніться до дихотомії контролю – це поділ речей на підконтрольні нам і ті, на які ми не можемо вплинути; слід продумати декілька алгоритмів дій для різних варіантів розвитку ситуації – це допоможе позбавитися панічної поведінки і надає впевненості;

б) не позбавляйте себе речей, які дають задоволення, навіть маленьке, які заспокоюють (це може бути правильна їжа, читання книг тощо);

в) займайтеся фізкультурою – фізичне навантаження дає змогу виробляти більше серотоніну та сприяє кращому сну; чим більше людина боїться, тим більше витрачає ресурсу на подолання порогу тривоги; хороший сон, повноцінне харчування і фізичне навантаження є запоруками резиліентності;

г) дозуйте отримувати інформацію – оберіть декілька офіційних джерел та ЗМІ, яким ви довіряєте, оцінюйте отриману інформацію тверезо і робіть паузи у процесі читання новин – на фізичну активність, їжу, хобі тощо;

д) не залишайтеся наодинці із власними переживаннями – якщо є така можливість, спілкуйтеся із сім'єю та рідними, діліться своїми почуттями і спільно виконуйте всі попередні поради;

е) використовуйте метод «5 С (5S)» для зняття адреналінового стресу та підвищення імунітету: «Сон», «Сонце», «Спорт», «Сміх (і Самоіронія)», «Секс» (англ. Sleep, Sun, Sport, Self-irony, Sex):

1) *сон* має бути повноцінним, слід давати завдання мозку перед сном оновити свою ауру, своє здоров'я; спальня має лише один сенс – тут підсвідомість має повністю розслабитися, адже це – територія відпочинку, у спальні не має місця для розмов про війну, роботу, сімейні проблеми; телефон вночі краще вимикати і не користуватися ним з 21.00, коли в людини активно виробляється мелатонін – гормон, який добре впливає на роботу всього організму; цей гормон не лише впливає на сон, а й регулює роботу шлунково-кишкового тракту, нервової системи і головного мозку;

2) *сонце*: прокидатися бажано з сонцем, приблизно о 6.00–6.30, адже у цей час виробляється кортизол, який дає нам енергію бадьорості та легке піднесення; слід починати ранок із того, щоб подивитися на яскраве сонячне світло; якщо у зимовий період його ще немає, встановіть, наприклад, спеціальний яскравий світильник у ванній кімнаті, де ви проводите ранковий час; сонце дає нам вітамін D, який бере участь у всіх процесах в організмі;

3) *спорт*: фізичні вправи мають міцно увійти у повсякденний побут кожного, хто хоче зберег-

ти працездатність, здоров'я, повноцінне життя (Гішпократ); якщо людині важко справитися зі стресом, рекомендуємо фізичні тренування; якщо кількість м'язів зменшується у порівнянні з жиром, це є ознакою старіння організму; регулярність фізичних вправ є ознакою правильного мислення взагалі, не лише у спорті;

4) добродушний *смiх* і здатність до самоіронії – союзники імунітету і чудові помічники у подоланні емоційного напруження; за рахунок скорочень дихальних м'язів, своєрідного темпу дихання, рефреймінгу (перетворення) сенсу чи контексту, соціального підкріплення і співпереживання виникає неймовірний психоенергетичний стрес норадреналінового гормонального характеру, який суттєво зміцнює імунітет; відома користь сміху для:

- фізичного здоров'я (завдяки терапії сміхом покращуються дихання, кровообіг внутрішніх органів і тканин, швидко стабілізується артеріальний тиск, знижується рівень холестерину, минає головний біль, зростають імунітет і стійкість до простудних захворювань);

- боротьби зі стресом і страхом (смiх без антидепресантів і транквілізаторів налагоджує сон, людина адекватно реагує на стресові ситуації, позбувається нав'язливих страхів – фобій);

- зовнішнього вигляду (усміхнена людина виглядає молодшою і приваблює позитивних людей; хвилина сміху прирівнюється до півгодинного заняття аеробікою, адже в процесі активізується майже 80 груп м'язів);

- розслаблення (смiх упродовж 5 хвилин додає сил подібно до 40 хвилин повноцінного відпочинку);

- задоволення (від емоції сміху виробляється гормон радості ендорфін, природний «наркотик», який викликає відчуття насолоди);

5) *секс* як фізичне навантаження інтимної близькості підвищує тиск, серцебиття й дихання з емоційним позитивним потрясінням; задіює дофамінові процеси (дофамін – нейромедіатор, біологічно активна хімічна речовина, яка в мозку людини передає емоційну реакцію і дозволяє відчувати задоволення і не відчувати біль, також нейромедіатор, відповідальний за рух, тому виробляється у певних клітинах мозку, які контролюють м'язову активність) – передчуття, досягнення та задоволення з повною емоційною та фізичною розрядкою, є чудовим «подарунком» імунітету і подальшому, як правило, глибокому і щасливому сну.

Отже, як показує досвід проведення курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективно-

го педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти», дотримання означених правил і виконання спеціальних вправ для розвитку складників резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти є своєчасним і доцільним.

Третє завдання дослідження полягає у визначенні методологічних принципів проведення означених курсів підвищення кваліфікації для розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни.

Системні курси «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» були проведені Полтавською академією неперервної освіти ім. М. В. Остроградського на базі Відокремленого структурного підрозділу «Ужгородський торговельно-економічний фаховий коледж Державного торговельно-економічного університету» (у січні 2024 року) та на базі Полтавського фахового коледжу підприємництва і ресторанного бізнесу (у січні – лютому 2024 року).

Програма курсів урахує замовлення споживачів освітніх послуг щодо форми, змісту і тривалості курсів: тижневі курси 30 годин (1 кредит ЄКТС) або двотижневі 60 годин (2 кредити ЄКТС); у цих закладах освіти одночасно запроваджено технології розвитку резиліентності викладачів для забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії, педагогічні працівники відразу відчули зміни у результатах роботи і власному педагогічному світосприйманні.

Зміст курсів «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» становлять три мінімодулі: 1. Технології ефективного педагогічного спілкування; 2. Психодіагностика на службі викладача; 3. Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти.

У першому мінімодулі «Технології ефективного педагогічного спілкування» розглядаються питання: «Педагогічне спілкування на основі нейролінгвістичного програмування: як ефективно спілкуватися? Базові комунікативні навички. Вплив із використанням А-ресурсів. Вплив в А–В комунікації. Використання В-ресурсів. Правила педагогічної підтримки. Техніка В-впливів. В-взаємодії в складних ситуаціях.

Фасилітація. Навички викладача-фасилітатора для формування соціальних, рефлексивних і комунікативних компетентностей студента.

Розвиток лідерських навичок студента. Культура самовираження та лідерство в освіті: життєтворчі перспективи особистості педагога та його інноваційна компетентність.

Проектування і освоєння технологій ефективного спілкування. Імітаційні технології навчання. Ігрові технології навчання. Соціально-психологічний тренінг як технологія навчання. Дискусійні технології навчання. Технології навчання у співпраці. Кооперативне навчання.

Здоров'язбережувальні технології навчання: Як навчаючи отримувати задоволення і зберегти власне здоров'я?

Громадянська та соціальна компетентності: формування культури демократії і рефлексивної компетентності».

Другий мінімодуль «Психодіагностика на службі викладача» присвячений з'ясуванню питань: «Як діагностувати особистісний і професійний розвиток студента? Особливості розвитку пізнавальних психічних процесів (уваги, мислення, уяви, пам'яті, інтелекту і креативності), емоційно-вольової сфери особистості студента, його індивідуально-психологічних особливостей (темпераменту, характеру, здібностей). Складники особистісного і професійного розвитку студента».

У третьому мінімодулі «Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти» розглядаються: «Шляхи надання психологічної підтримки студентам під час воєнних конфліктів. Вплив воєнного стресу та травматичних ситуацій на психічне здоров'я студентів, педагогів та батьків. Вплив ефективної психологічної підтримки на розвиток студентів. Методи і техніки, які можуть бути застосовані педагогами для забезпечення психологічної підтримки студентів у воєнний період. Створення сприятливого та підтримувального навчального середовища для студентів, педагогічного персоналу і батьків, які стикаються з травматичним стресом. Значення взаємодії коледжу, сім'ї та психологічних служб для успішної підтримки студентів під час воєнного стану. Практичні поради для педагогів коледжу щодо ознак психологічних травм і стресу студентів та надання відповідної допомоги. Теоретичні і практичні аспекти психологічної реабілітації студентів після війни».

Серед форм навчання переважають практикуми і психолого-педагогічні тренінги. Так, під час психолого-педагогічного тренінгу «Педагогічне

спілкування на основі нейролінгвістичного програмування: Як ефективно спілкуватися?» педагоги опановують способи педагогічного спілкування з використанням технології НЛП; розвитку лідерських навичок студента; проектування і застосування технологій ефективного спілкування тощо.

На тренінгу «Здоров'язбережувальні технології навчання: Як навчаючи отримувати задоволення і зберегти власне здоров'я?» відпрацьовуються: здоров'язбережувальні технології навчання; способи розвитку емоційного інтелекту; тренування власного самопочуття; способи психологічного розвантаження, оволодіння психічними станами; технології сугестопедії тощо.

На тренінгах «Психодіагностика на службі педагогічного працівника: Як діагностувати особистісний і професійний розвиток студента?», «Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах освіти» педагоги набувають вмінь діагностувати: особливості розвитку пізнавальних психічних процесів (уваги, мислення, уяви, пам'яті, інтелекту і креативності), емоційно-вольової сфери особистості студента, його індивідуально-психологічних особливостей (темпераменту, характеру, здібностей); складники його особистісного і професійного розвитку; способи надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах освіти.

Розвитку резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти, забезпеченню успішної реалізації його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни сприяє дотримання традиційних принципів дидактики: 1) наступності (передбачає, що мета, зміст і технології підвищення кваліфікації зберігають зв'язок з тим типом професійних знань, які викладач закладу фахової передвищої освіти отримав раніше; так, курси підвищення кваліфікації педагогічних працівників Ужгородського торговельно-економічного фахового коледжу Державного торговельно-економічного університету проводилися цього року вшосте: ще 21–27 травня 2007 року було проведено курси для викладачів Ужгородського комерційного технікуму; також з 8 по 20 січня 2013 року, з 22 червня по 12 липня 2015 року, з 1 по 21 лютого 2018 року, з 16 по 27 січня 2023 року і з 15 по 26 січня 2024 року; аналіз цих курсів засвідчив, що збережено логічний зв'язок, наступність у їхньому проведенні, хоча вони різні як за змістом інформації, так і за технологіями її подання викладачам закладу фахової передвищої освіти); 2) науковості (принцип науковості часто лише декларується і розуміється

у вузькоемпіричному, а не в діалектичному значенні; принцип науковості вимагає, щоб педагог глибоко усвідомлював завдання і складники розвитку резиліентності для забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії); 3) наочності; 4) предметності; 5) розвивального навчання (передбачає можливість управління часом, темпом, змістом, структурою проєкту індивідуальної освітньої траєкторії за допомогою цілеспрямованої організації навчальних впливів); 6) демократизації курсів підвищення кваліфікації (пов'язаний зі створенням на курсах сприятливих демократичних умов для викладачів, що сприяє ефективному проєктуванню та реалізації їхньої індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни; важливими є рівноправність, взаємна зацікавленість); 7) саморозвитку особистості викладача закладу фахової передвищої освіти (системотворчою особистісною якістю, яка забезпечує розвиток резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти за його індивідуальною освітньою траєкторією в умовах війни, є рефлексія, завдяки якій він культивує власну індивідуальність і творчий педагогічний потенціал); 8) психологічної підтримки розвитку особистості викладача закладу фахової передвищої освіти за проєктом індивідуальної освітньої траєкторії.

Означені принципи складають методологічну основу курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти», адже відповідають сучасній парадигмі особистісно-центрованої освіти. Окрім традиційних принципів дидактики, виділені сучасні її принципи, які розвивають резиліентність викладача закладу фахової передвищої освіти і забезпечують успішне проєктування і реалізацію його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни;

Виконання означених дидактичних принципів дає змогу визначити психолого-педагогічні умови, за яких успішно розвивається резиліентність викладача закладу фахової передвищої освіти, забезпечується його індивідуальна освітня траєкторія, чому підпорядковується вся система неперервної освіти, яка не є стихійним процесом і не суперечить настановам традиційної системи неперервної освіти.

Висновки. Теоретичний аналіз сутності термінів «резилієнс», «резиліентність», «індивідуальна освітня траєкторія», «індивідуальний навчальний план», «здобувач освіти дорослих» засвідчив, що «резиліентність» у психології ро-

зуміють у трьох значеннях: а) як здатність особистості долати стрес; б) як процес копіngu; в) як адаптаційний захисний механізм особистості, який дає змогу протистояти стресу.

Розвиток резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти сприяє реалізації його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни, адже перевагами розвиненої резиліентності є висока адаптивність, психологічне благополуччя та успішність професійної діяльності викладача закладу фахової передвищої освіти. Психологічними чинниками розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти може бути дотримання правил і виконання спеціальних вправ під час курсів підвищення кваліфікації «Технології ефективного педагогічного спілкування, психодіагностики і надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фахової передвищої освіти», а також цілеспрямованість професійного життя, мотивація до успіху, гарні стосунки в колективі, наявність надійних партнерів, друзів, здатність планувати індивідуальну освітню траєкторію, відчуття узгодженості життя і професійної діяльності, самоконтроль, саморегуляція емоцій, перевага позитивних емоцій, життєстійкість, висока самооцінка, самоефективність, оптимізм, активні копіngи, наявність соціальної підтримки, здатність звертатися по підтримку до інших, когнітивна гнучкість, висока духовність. Визначені методологічні принципи проведення курсів підвищення кваліфікації для розвитку резиліентності викладачів закладів фахової передвищої освіти з метою забезпечення їхньої індивідуальної освітньої траєкторії також сприятимуть адаптації до змін, хоча в умовах війни вони є кардинальними і болісними. Проте цілеспрямований розвиток резиліентності допоможе викладачам виховувати молодь і сприяти перемозі України.

Перспективи подальших розвідок полягають у дослідженні можливостей системи неперервної освіти для розвитку резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти з метою забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни та створення умов для успішної її реалізації. Педагогічні працівники закладів фахової передвищої освіти мають, розвиваючи власну резиліентність, активно конструювати своє професійне майбутнє.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балахтар К. С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка.

- Психологія: зб. наук. пр. К. : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1 (20). С. 55–62. URL : <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/58483>
2. Закон України «Про освіту». Відомості Верховної Ради (ВВР), 2017, № 38–39, ст. 380. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
3. Зязюн І. А. Інтелектуально-творчий розвиток особистості в умовах неперервної освіти. Неперервна професійна освіта : проблеми, пошуки, перспективи : монографія / за ред. І. А. Зязюна. К. : ВІПОЛ, 2000. С. 11–57.
4. Лебедик Л. В. Методологічне обґрунтування організації підготовки педагогічних працівників до проектування у закладах освіти територіальних громад. Традиції та інновації у траєкторіях розвитку освітньо-педагогічного дискурсу : колективна монографія / наук. ред. Р. Басенко ; Полтав. ін-т екон. і права Університету «Україна». Полтава : Університет «Україна», 2022. 274 с. С. 241–272. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/18676>
5. Лебедик Л. В., Стрельников В. Ю., Стрельников М. В. Сучасні технології навчання і методики викладання дисциплін: Навчально-методичний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів середньої, професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та вищої освіти. Полтава : ТОВ «АСМІ», 2020. 303 с. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/15703>
6. Лосева Наталія, Стрельников Віктор. Розвиток готовності педагогічних працівників до самовдосконалення на основі короткотермінових курсів-тренінгів. Імідж сучасного педагога : електрон. наук. фах. журн. 2020. № 1 (190). С. 49–53. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/194128>
7. Моргун В. Ф. Концепція багатовимірного розвитку особистості та її застосування. *Філософська і соціологічна думка*. 1992. № 2. С. 27–40.
8. Науково-методичний підхід до вдосконалення педагогічної майстерності педагогічних працівників у системі підвищення кваліфікації : електрон. навч.-метод. посіб. / упор. : І. О. Калініченко, Н. І. Білик. Полтава : ПОППО, 2021. 184 с. URL : http://poippo.pl.ua/images/2021/modul-2021_%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A.pdf
9. Порядок підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників. Постанова Кабінету Міністрів України від 21 серпня 2019 р. № 800. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-#n10>
10. Проект Закону України від 10.02.2022 № 7039 «Про освіту дорослих». URL : <https://ips.ligazakon.net/document/JI06948A>
11. Радул В. В. Соціальна зрілість як вершина акмеологічного розвитку особистості. *Рідна школа*. 2011. № 3. С. 15–20.
12. Сігаєва Л. Є. Андрагогіка – теорія ціложиттєвого розвитку особистості. Педагогічний процес : теорія і практика. К. : ЕКМО, 2010. Вип. 3. Ч. II. С. 165–176.
13. Солодовник Валерій, Стрельников Віктор. Нова українська школа: проектування і реалізація індивідуальної освітньої траєкторії педагога. Мережа шкіл новаторства України: розвиток професійної компетентності керівних, науково-педагогічних і педагогічних працівників у контексті реалізації неперервної освіти : електрон. збірник тез доповідей III Всеукр. наук. онлайн-конфер. з міжнар. участю / за наук. ред. Н. І. Білик. Полтава; Київ : ПАНО ім. М. В. Остроградського, 2023. 144 с. С. 56–59. URL : <https://pano.pl.ua/wp-content/uploads/2023/12/Merezha-shkil-novatorstva-Ukrainy.pdf>
14. Стрельников В. Ю. Ознаки неперервної освіти, яка стимулює індивідуальну освітню траєкторію педагога в умовах війни. Наука і освіта в глобальному та національному вимірах: виклики, загрози, перспективи розвитку : тези доповідей II Міжнар. наук.-практ. конф. (16–17 листоп. 2023 р., м. Лубни). Полтава; Лубни; Миргород, 2023. 284 с. С. 75–78.
15. Стрельников В. Ю. Організація неперервної освіти педагогічних працівників на засадах фасилітативного підходу в умовах воєнної агресії. *Постметодика*. 2022. № 1–2. С. 64–81.
16. Стрельников В. Ю. Проектування індивідуальної освітньої траєкторії педагогом системи професійної та технологічної освіти у закладі неперервної освіти. Науково-дослідна робота в системі підготовки фахівців-педагогів у природничій, технологічній і комп'ютерній галузях : матеріали IX Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. (21–22 вересня 2023 р.). Запоріжжя: БДПУ, 2023. 192 с. С. 153–155.
17. Стрельников Віктор, Раті Оксана, Мулеса Тамара. Розвиток у викладачів закладів фахової передвищої освіти навичок застосування сучасних технологій навчання в умовах інклюзивного освітнього простору. *Імідж сучасного педагога*. 2023. № 3 (210). С. 60–68. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/279765/276089>
18. Стрельников В. Ю. Розвиток навичок фасилітатора у педагогів системи професійної та технологічної освіти у закладі неперервної освіти. Розвиток технологічної освітньої галузі в руслі Нової української школи : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. кафедри теорії і методики технологічної освіти ПНПУ імені В. Г. Короленка (29 верес. 2023 р.) / За заг. ред. проф. В. П. Титаренко, А. Ю. Цини. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2023. 515 с. С. 158–161.
19. Стрельников Віктор, Сметана Ірина, Солодовник Валерій. Курси підвищення кваліфікації як ресурс для проектування та реалізації індивідуальної освітньої траєкторії педагога в умовах війни. *Імідж сучасного педагога*. 2023. № 6 (213). С. 37–47. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/290133/284852>
20. Стрельников Віктор, Сметана Ірина, Солодовник Валерій. Навчання лідерству майбутніх фахівців у лісовому коледжі. *Імідж сучасного педагога*. 2022. № 1 (202). С. 74–78. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/252258/250510>
21. Стрельников В. Ю., Солодовник В. М. Методологічні засади неперервної освіти, яка стимулює

індивідуальну освітню траєкторію педагога в умовах війни. *Постметодика*. 2023. № 2–3. С. 19–25.

22. Стрельников В. Ю. Філософські засади проєктування курсової підготовки у закладі неперервної освіти. *Філософія освіти і педагогіка*. 2023. № 51–52. С. 230–248.

23. Стрельников В. Ю. Ціннісні орієнтири неперервної освіти, яка стимулює індивідуальну освітню траєкторію педагога в умовах війни. Ціннісні орієнтири сучасної освіти в умовах сьогодення кризь призму Української Хартії вільної людини (м. Тернопіль, Україна, 27 жовт. 2023 р.). Науковий, методичний, інформаційний збірник ТОКІППО / Редколегія: О. М. Петровський, В. С. Мисик, І. М. Вітенко, О. І. Когут, Ю. Ч. Шайнюк, Т. В. Магера, Ф. І. Полянський, С. В. Костюк, Н. Б. Стрийвус, Г. І. Герасимчук. Тернопіль : ТОКІППО, 2023. 276 с. С. 148–151.

24. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омеленко, Г. П. Лазос та ін.; за ред. З. Г. Кісарчук. К. : Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с. URL : https://lib.iitta.gov.ua/722181/1/Monograph2020_labpsychother.pdf

25. Bilyk, N. Advanced training personal-courses as a way of self-designing of teacher's educational trajectory. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*. 2018. 28 (4). P. 3–8. (Canada)

26. Lesya Lebedyk, Viktor Strelnikov. Educational space of continuous education of teachers: a facilitating approach. Educational space: post-non-classical perspectives. Monograph. / Eds. Dimitrina Kamenova, Svitlana Arkhypova. Varna: Varna university of management, 2023. 261 p. P. 128–157. DOI: <https://doi.org/10.54055/mbmj2917>

27. Svitlana O. Shara, Larisa I. Vorona, Iryna O. Kalinichenko, Lesia V. Lebedyk and Larisa M. Olifira. The formation of the humanistic position of the student in the educational process. *Journal of Intellectual Disability: Diagnosis and Treatment*. 2020. Volume 8. № 3. pp. 472–484.

28. Strelnikov V.Yu., Lebedyk L.V., Hura T.V., Sysoieva S.I., Stankevych S.V., Shapovalova E.V., Avilova O.Ye. Leadership and social work in the environmental management system. *Ukrainian Journal of Ecology*. 2021. № 11 (2). С. 349–351. URL : <https://www.ujecology.com/articles/leadership-and-social-work-in-the-environmental-management-system.pdf>

29. Strelnikov Viktor, Losyeva Nataliya. *Zasady opracowania podstawowego modelu dyscypliny naukowej w systemie dydaktycznym szkolnictwa wyższego na Ukrainie. Paideia*. Warszawa : Collegium Verum, 2020. № 2. P. 211–231.

30. Strelnikov V. Yu. Concept of designing advanced postgraduate pedagogical education, development and selfdevelopment of teacher pedagogical skills in the new Ukrainian school. *Theory and Practice of Future Teacher's Training for Work in New Ukrainian School: monograph* / Edit. I. F. Prokopenko, I. M. Trubavina. Prague, OKTAN PRINT s.r.o. 2020. P. 35–43.

REFERENCES

1. Balakhtar, K. S. (2022). *Rezylyentnist vykladacha ZVO v umovakh viyskovoho stanu* [Resilience of a teacher of higher education in the conditions of martial law]. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiynoho universytetu. Seriya: Pedagogika. Psykholohiya* [Bulletin of the National Aviation University. Series: Pedagogy. Psychology], 1 (20), 55–62. URI : <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/58483> [in Ukrainian].

2. Zakon Ukrainy Pro osvitu (2017). *Vidomosti Verkhovnoyi Rady (VVR)*, 38-39, 380. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> [in Ukrainian].

3. Zyazyun, I. A. (2000). *Intelektualno-tvorchyy rozvytok osobystosti v umovakh neperervnoyi osvity* [Intellectual and creative personality development in the conditions of continuous education]. *Neperervna profesiyna osvita : problemy, poshuky, perspektyvy* [Continuing professional education: problems, searches, prospects]. I. A. Zyazyun (Ed.). Kyiv : VIPOL, 11–57. [in Ukrainian].

4. Lebedyk, L. V. (2022). *Metodolohichne obgruntuvannya orhanizatsiyi pidhotovky pedahohichnykh pratsivnykiv do proyektuvannya u zakladakh osvity terytorialnykh hromad* [Methodological justification of the organization of training of pedagogical workers for designing in educational institutions of territorial communities]. *Tradytsiyi ta innovatsiyi u trayektoriyakh rozvytku osvitno-pedahohichnoho dyskursu : kolektyvna monohrafiya*. R. Basenko (Ed.) ; Poltav. in-t ekon. i prava Universytetu "Ukrayina". Poltava : Universytet "Ukrayina", 241–272. URI : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/18676> [in Ukrainian].

5. Lebedyk, L. V., Strelnikov, V. Yu., & Strelnikov, M. V. (2020). *Suchasni tekhnolohiyi navchannya i metody vykladannya dystsyplin* [Modern learning technologies and methods of teaching disciplines]. Poltava : ASMI. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/15703> [in Ukrainian].

6. Losyeva, Nataliya, & Strelnikov, Viktor. (2020). *Rozvytok hotovnosti pedahohichnykh pratsivnykiv do samovdoskonalennya na osnovi korotkotermynovykh kursiv-treninhiv* [Development of the readiness of pedagogical workers for self-improvement based on short-term training courses]. *Imidzh suchasnoho pedahoha*. [The image of a modern teacher], 1 (190), 49–53. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/194128> [in Ukrainian].

7. Morhun, V. F. (1992). *Kontseptsiya bahatovymirnoho rozvytku osobystosti ta yiyi zastosuvannya*. [The concept of multidimensional personality development and its application]. *Filosoofska i sotsiolohichna dumka*. [Philosophical and sociological thought], 2, 27–40. [in Ukrainian].

8. *Naukovo-metodychnyy pidkhid do vdoskonalennya pedahohichnoyi maysternosti pedahohichnykh pratsivnykiv u systemi pidvyshchennya kvalifikatsiyi* [A scientific and methodological approach to improving the pedagogical skill of pedagogical workers in the system of professional development] (2021). Poltava : POIPPO. URL : http://poippo.pl.ua/images/2021/module_2021_%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A.pdf [in Ukrainian].

9. Poryadok pidvyshchennya kvalifikatsiyi pedago- hichnykh i naukovo-pedahohichnykh pratsivnykiv. (2019). [The procedure for improving the qualifications of peda- gogical and scientific-pedagogical workers]. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrayiny vid 21 serp- nya 2019 r. № 800. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019- n #n10> [in Ukrainian].
10. Proekt Zakonu Ukrayiny Pro osvitu doroslykh vid 10.02.2022 № 7039. Retrieved from [https:// ips.ligazakon.net/document/JI06948A](https://ips.ligazakon.net/document/JI06948A) [in Ukrainian].
11. Radul, V. V. (2011). Sotsialna zrilist yak vershyna akmeolohichnoho rozvytku osobystosti. [Social maturi- ty as the pinnacle of acmeological personality develop- ment]. *Ridna shkola*. [Native school], 3, 15–20. [in Ukrainian].
12. Sihayeva, L. Ye. (2010). Andrahohika – teoriya tsi- lozhytlyevoho rozvytku osobystosti. [Andragogy – the theory of lifelong personality development]. *Pedahohichnyy protses : teoriya i praktyka*. [Pedagogical process: theory and practice]. Kyiv : EKMO, 3, II, 165–176. [in Ukrainian].
13. Solodovnyk, Valeriy, & Strelnikov, Viktor. (2023). *Nova ukrayinska shkola: proyektuvannya i realizatsiya individualnoyi osvitnoyi trayektoriyi pedahoha* [New Ukrainian school: design and implementation of the individual educational trajectory of the teacher]. *Mere- zha shkil novatorstva Ukrayiny: rozvytok profesiynoyi kompetentnosti kerivnykh, naukovo-pedahohichnykh i pedahohichnykh pratsivnykiv u konteksti realizatsiyi ne- perervnoyi osvity : III Vseukr. nauk. onlayn-konfer. z mizhnar. uchastyu*. N. I. Bilyk (Ed.). Poltava; Kyy- iv : PANO im. M. V. Ostrohradskoho, 56–59. URL : <https://pano.pl.ua/wp-content/uploads/2023/12/ Mere- zha-shkil-novatorstva-Ukrainy.pdf> DOI: <https://doi.org/10.33272/conf.PANO.2023.23-24.11> [in Ukrainian].
14. Strelnikov, V. Yu. (2023). *Oznaky neperervnoyi osvity, yaka stymulyuye individualnu osvitnyu trayektoriyu pedahoha v umovakh viyny* [Signs of continuous educa- tion that stimulates the individual educational trajec- to- ry of a teacher in wartime conditions]. *Nauka i osvita v hlobalnomu ta natsionalnomu vymirakh: vyklyky, zahrozy, perspektyvy rozvytku : II Mizhnar. nauk.-prakt. konf. Poltava; Lubny; Myrhorod*, 75–78. [in Ukrainian].
15. Strelnikov, V. Yu. (2022). Orhanizatsiya neper- ervnoyi osvity pedahohichnykh pratsivnykiv na zasa- dakh fasylytivalnoho pidkhdou v umovakh voy- ennoyi ahresiyi [Organization of continuous education of ped- agogical workers based on the principles of the facili- tation approach in conditions of military aggres- sion]. *Postmetodyka* [Postmetodyka], 1–2, 64–81. URI : [https://tegridytech.site/images/FILES/nml/Postmetody- ka/arc/%D0%9F%D0%9C%201-2%20\(137-138\)%202022%20-10-01-23.pdf](https://tegridytech.site/images/FILES/nml/Postmetody- ka/arc/%D0%9F%D0%9C%201-2%20(137-138)%202022%20-10-01-23.pdf) [in Ukrainian].
16. Strelnikov, V. Yu. (2023). *Proyektuvannya in- dyvidualnoyi osvitnoyi trayektoriyi pedahohom systemy profesiynoyi ta tekhnolohichnoyi osvity u zakladi neper- ervnoyi osvity* [Projecting of an individual educational trajectory by a teacher of the system of professional and technological education in an institution of continuing education]. *Naukovo-doslidna robota v systemi pidhotovky fakhivtsiv-pedahohiv u pryrodnychiy, tekhnolohichniy i komp"yuterniy haluzyakh: Vseukr. nauk.-prakt. Inter- net-konf. Zaporizhzhya : BDPU*, 153–155. [in Ukrainian].
17. Strelnikov, Viktor, Rati, Oksana, & Mulesa, Ta- mara. (2023). *Rozvytok u vykladachiv zakladiv fakho- voyi pered- vyshchoyi osvity navychok zastosuvannya suchasnykh tekhnolohiy navchannya v umovakh inkly- uzyvnoho osvit- noho prostoru* [Development of the skills of the teachers of institutions of professional preliminary higher education in the application of modern learning technologies in the conditions of an inclusive education- al space]. *Imidzh su- chasnoho pedahoha* [The image of a modern teacher], 3 (210), 60–68. URL : [http://isp. poippo.pl.ua/article/ view/279765/276089](http://isp.poippo.pl.ua/article/view/279765/276089) [in Ukrainian].
18. Strelnikov, V. Yu. (2023). *Rozvytok navychok fasyll- itatora u pedahohiv systemy profesiynoyi ta tekhnolohich- noyi osvity u zakladi neperervnoyi osvity* [De- velopment of facilitator skills among teachers of the system of profes- sional and technological education in the institution of con- tinuing education]. *Rozvytok tekhnolohichnoyi osvitnoyi haluzi v rusli Novoyi ukray- inskoyi shkoly : Vseukr. nauk.-prakt. konf. Poltava : PNPU imeni V. H. Korolenka*, 158–161. [in Ukrainian].
19. Strelnikov, Viktor, Smetana, Iryna, & Solodovnyk, Valeriy. (2023). *Kursy pidvyshchennya kvalifikatsiyi yak resurs dlya proyektuvannya ta realizatsiyi in- dyvidualnoyi osvitnoyi trayektoriyi pedahoha v umo- vakh viyny* [Ad- vanced training courses as a resource for designing and implementing a teacher's individu- al educational trajectory in wartime conditions]. *Im- idzh suchasnoho pedahoha* [The image of a mod- ern teacher], 6 (213), 37–47. URL : [http://isp.poippo. pl.ua/article/view/290133/284852](http://isp.poippo.pl.ua/article/view/290133/284852) [in Ukrainian].
20. Strelnikov, Viktor, Smetana, Irina, & Solodovnik, Valeriy. (2022). *Navchannya liderstvu maybutnikh fakh- ivtsiv u lisovomu koledzhi*. [Leadership training of future specialists at the forestry college]. *Im- idzh suchasnoho pedahoha* [The image of a mod- ern teacher], 1 (202), 74–78. URL : [http://isp.poippo. pl.ua/article/view/252258/25051](http://isp.poippo.pl.ua/article/view/252258/25051) [in Ukrainian].
21. Strelnikov, V. Yu., & Solodovnyk, V. M. (2023). *Metodolohichni zasady neperervnoyi osvity, yaka sty- mulyuye individualnu osvitnyu trayektoriyu pedahoha v umovakh viyny* [Methodological principles of continuous education, which stimulates the individual educational tra- jectory of a teacher in the conditions of war]. *Post- metodyka* [Postmetodyka], 2–3, 19–25. [in Ukrainian].
22. Strelnikov, V. Yu. (2023). *Filosofski zasady proyek- tuvannya kursovoyi pidhotovky u zakladi neper- ervnoyi os- vity* [Philosophical principles of designing course training in an institution of continuing education]. *Filosofiya osvi- ty i pedahohika* [Philosophy of educa- tion and pedagogy], 51–52, 230–248. [in Ukrainian].
23. Strelnikov, V. Yu. (2023). *Tsinnisni oriyentiry neperervnoyi osvity, yaka stymulyuye individualnu osvitnyu trayektoriyu pedahoha v umovakh viyny* [Value orienta- tions of continuous education, which stimulates the indi- vidual educational trajectory of a teacher in the condi- tions of war]. *Naukovyy, metodychnyy, informatsiyyny zbirnyk Ternopilskoho oblasnoho komunalnoho instytutu*

pislyadyplomnoyi pedahohichnoyi osvity [Scientific, methodical, information collection of the Ternopil Regional Communal Institute of Postgraduate Pedagogical Education]. Ternopil.: TOKIPPO, 148–151. [in Ukrainian].

24. Tekhnolohiyi psykhoterapevtychnoyi dopomohy postrazhdalym u podolanni proyaviv posttravmatychnoho stresovoho rozladu (2020) [Technologies of psychotherapeutic assistance to victims in overcoming manifestations of post-traumatic stress disorder: monograph] Kisarchuk Z. H., Omelchenko Ya. M., Lazos H. P. ta in. ; Z. H. Kisarchuk (Ed.). Kyiv: Vydavnychyy Dim “Slovo”. URL : https://lib.iitta.gov.ua/722181/1/Monograph2020_labpsychother.pdf [in Ukrainian].

25. Bilyk, N. (2018). Advanced training personal-courses as a way of self-designing of teacher’s educational trajectory. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*, 8 (4), 3–8. Canada.

26. Lesya, Lebedyk, & Viktor, Strelnikov. (2023). Educational space of continuous education of teachers: a facilitating approach. Educational space: post-non-classical perspectives. Monograph. Dimitrina Kamenova, Svitlana Arkhypova (Eds.). Varna: Varna university of management, 128–157. DOI: <https://doi.org/10.54055/mbmj2917>

27. Svitlana, O. Shara, Larisa, I. Vorona, Iryna, O. Kalinichenko, Lesia, V. Lebedyk & Larisa, M. Olifira. (2020). The formation of the humanistic position of the student in the educational process. *Journal of Intellectual Disability. Diagnosis and Treatment*, 8, 3, 472–484.

28. Strelnikov, V. Yu. , Lebedyk, L. V., Hura, T. V., Sysoieva, S. I., Stankevych, S. V., Shapovalova, E. V., & Avilova, O. Ye. (2021). Leadership and social work in the environmental management system. *Ukrainian Journal of Ecology*, 11 (2), 349–351. URL : <https://www.ujecology.com/articles/leadership-and-social-work-in-the-environmental-management-system.pdf>

29. Strelnikov, Viktor & Losyeva, Nataliya. (2020). Zasady opracowania podstawowego modelu dyscypliny naukowej w systemie dydaktycznym szkolnictwa wyższego na Ukrainie. *Paideia*. Warszawa : Collegium Verum, 2, 211–231.

30. Strelnikov, V. Yu. (2020). Concept of designing advanced postgraduate pedagogical education, development and selfdevelopment of teacher pedagogical skills in the new Ukrainian school. *Theory and Practice of Future Teacher’s Training for Work in New Ukrainian School*: monograph. I. F. Prokopenko, I. M. Trubavina (Eds.). Prague, OKTAN PRINT s.r.o. P. 35–43.

31. Strelnikov, V. Yu. (2020). Concept of designing advanced postgraduate pedagogical education, development and selfdevelopment of teacher pedagogical skills in the new Ukrainian school. *Theory and Practice of*

Future Teacher’s Training for Work in New Ukrainian School: monograph. I. F. Prokopenko, I. M. Trubavina (Eds.). Prague, OKTAN PRINT s.r.o. P. 35–43.

Цитувати: Стрельніков В. Ю., Волощук С. М., Раті О. Л., Мулеса Т. Ф. Розвиток резиліентності викладача закладу фахової передвищої освіти для забезпечення його індивідуальної освітньої траєкторії в умовах війни. *Постметодика*. 2024. № 1. С. 6–19.

Strelnikov, V. Yu, Voloshchuk, S. M., Rati, O. L., Mulesa, T. F. (2024). Rozvytok stiykosti vykladacha zakladu profesynoyi peredvyschoyi osvity dlya zabezpechennya indyvidual'noyi osvith'oyi trayektoriyi u voyennyi chas [Development of Resilience of the Teacher of the Institution of Vocational Pre-higher Education to Ensure His/Her Individual Educational Trajectory in the Wartime]. *Postmetodyka – Postmetodika*, 1(142). 6–19. URL: <https://ed.pano.pl.ua/handle/022518134/1808>