

УДК 378.147:[159.955.4:374:355.4

DOI: <https://doi.org/10.54662/veresen.1.2023.04>

*Ірина Хозраткулова,  
ORCID iD 0000-0002-4841-9359  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти  
Миколаївський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти  
вул. Адміральська, 4-а, 54001, м. Миколаїв, Україна  
iryna.khozratkulova@moippo.mk.ua*

## ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА «ПЕДАГОГІЧНА ТА ПСИХОЛОГІЧНА РЕФЛЕКСІЯ У ПРОЦЕСІ САМОРОЗВИТКУ ПЕДАГОГА ПІД ЧАС ВІЙНИ» В УМОВАХ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ

*У статті акцентовано на необхідності розвитку рефлексії як одного з основних чинників, що впливає на процес саморозвитку педагогів, зокрема під час воєнних подій.*

*Зауважено, що актуальним для інститутів післядипломної педагогічної освіти є питання створення навчально-методичних комплексів, що сприятимуть збереженню психічного здоров'я учасників освітнього процесу. У фокусі уваги розвиток рефлексивних процесів педагогів.*

*Приділено увагу важливості психолого-педагогічного супроводу педагогів у стабілізації психічного стану через розвиток здатності до життєстійкості методами рефлексії.*

*Ситуацію професійної діяльності в період воєнної агресії розглянуто як стресову. Визначено проблему нормалізації психічних станів учасників освітнього процесу у складні періоди життя через участь у рефлексивній діяльності. Феномен рефлексивного мислення представлено як здатність особистості справлятися з кризовими подіями в житті.*

*Уперше розроблено, систематизовано та впроваджено комплексну програму модуля рефлексивної одночасної взаємодії слухачів інституту післядипломної освіти в процесі модульно-розвивального навчання.*

*Схарактеризовано рефлексивні вправи, які створюють дослідницьку ситуацію пошуку на шляху адаптації педагогів до змін, що мотивує до самоосвіти. Зосереджено увагу на аналізі набутого досвіду і помилок.*

**Ключові слова:** модульне навчання під час війни; освітній процес; прогнозування; психологічна допомога; рефлексія; самопізнання; саморозвиток.

© Хозраткулова І. А., 2023

**Вступ.** Моделі професійної діяльності в усьому світі змінюються. Нині, в умовах воєнного стану роль педагога в суспільстві є визначальною. Забезпечення якості, безперервності та ефективності роботи педагога під час воєнних подій – складне і невирішене питання. Педагогові важливо усвідомити, що він має жити і працювати в неочікуваних, нестабільних, невизначених ситуаціях, зберігаючи високий рівень мотивації до професійного зростання. Достат-

ня якість навчання може бути досягнута за умови майстерності та компетентності педагога, який мотивований удосконалюватися та реалізовувати особистісний «душевний» потенціал у часи воєнних викликів. Кожний професіонал потрібен своїй країні під час війни і в майбутньому, після перемоги.

У період озброєного конфлікту все ускладнюється: і форми навчання і можливості реалізації знань. Попри всі викли-

ки освіта у школі триває. На цьому шляху педагоги стикаються з великою кількістю проблем: учитель / вихователь перебуває у стані емоційного виснаження та соціального відчуження, але вимоги до високого рівня підготовленості і компетентності не знижуються. Формування психологічного здоров'я педагога в цей час набуває такого ж значення, як і його професійна підготовка.

Усвідомлюючи те, що професія педагога і до війни визначалась як стресова, зазначимо, що в поєднанні з воєнною агресією може призвести до серйозної шкоди психічному і фізичному здоров'ю особистості.

Статистичні дані проведеного у грудні 2022 р. дослідження освітньої фундації GoGlobal щодо впливу війни на освітян виявили, що 54 % освітян відчували на собі стан професійного вигорання. 46 % опитаних визначили психологічну підтримку потребою номер один для власної школи. 58 % опитаних освітян фіксують появу стресу чи психологічної травми в учнів після початку повномасштабної війни, що виявляється через тривожність та стурбованість дітей, брак мотивації до навчання (Матеріали онлайн-конференції 27–28 січня 2023 р.).

Перед інститутами післядипломної педагогічної освіти постало питання створити принципово нові навчально-методичні комплекси, що сприятимуть розвитку психологічних знань і навичок, з акцентом на створенні безпечного і комфортного існування учасників освітнього процесу.

Результати дистанційного опитування самооцінювання стану педагогів, які навчалися в Миколаївському ОІППО, у цілому підтверджують результати дослідження освітньої фундації GoGlobal. У березні – листопаді 2022 р. підвищували кваліфікацію педагоги, здебільшого жінки (93 %), із різним стажем трудової діяльності. Серед 92 опитуваних осіб 80 % педагогів зазначили свій стан як емоційно нестабільний та тривожний. При цьому 70 % яких мають високу мотивацію до розвитку професійної компетентності (Хозраткулова І. А., 2022, с. 22.)

Виходячи із зазначеного, припускаємо, що саме освітній процес підвищення професійної компетентності педагогів є джерелом психологічних ресурсів, який стабілізує емоційний стан особистості, що дає можливість реалізувати професійний потенціал.

**Аналіз наукових досліджень і публікацій.** Поняття рефлексії відомо ще з античної філософії як активне дослідження людиною свого пізнання. Нині поняття рефлексії розглядають у різних наукових концепціях, воно має міждисциплінарний характер.

У сучасній науці найбільш поширеним є розуміння рефлексії як форми «реального», «окультуреного» мислення, а в аспекті практичного досвіду є джерелом розвитку особистості (Пеньковська Н. М., 2000, с. 63).

У психології визначення терміна рефлексії є багатозначним і суперечливим. У контексті науково-понятійного апарату О. М. Леонтьєв розглядав рефлексію як якість, яка виникає у процесі саморуку та самопізнання. Вітчизняні психологи С. Д. Максименко, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева визначали рефлексію як регулятор життєвого становлення особистості. І. М. Семенова, С. Ю. Степанова розглядали її як специфічну організацію мислення. Виокремлюючи інтелектуальний, особистісний, кооперативний, комунікативний психологічні аспекти рефлексії як основні, І. Л. Пономаренко, І. О. Котик, Т. М. Яблонська досліджували їх як умову професійного становлення особистості. Спираємося на тлумачення рефлексії Н. М. Пеньковською як фундаментальної здатності особистості усвідомлено ставитися до власної свідомості, мислення, умов і способів здійснення життєдіяльності (Пеньковська Н. М., 2000, с. 71).

У монографії «Ціннісно-етична парадигма в системі літературної освіти Нової української школи (теоретико-методологічна візія)» доктор педагогічних наук В. І. Шуляр порушує проблемне питання докорінної зміни місії, ролі, функцій, педагогічних дій Учителя Школи нового покоління, запитуючи: «чи достатньо су-

часному вчителю розвинутого загального, емоційного та цифрового (ЗЕЦ) інтелекту»? Автор наголошує, що обов'язковим на шляху до створення нової української екосистеми освіти має бути високо розвинутим *духовний інтелект* учителя (Шуляр В. І., 2022, с. 38–39).

**Метою статті** є теоретично обґрунтувати доцільність упровадження в організації модульно-розвивального освітнього процесу проблематики рефлексивної діяльності педагога у кризові періоди.

Для досягнення мети поставлено низку завдань:

- 1) означити рефлексивну складову навчання як необхідну в оптимізації та нормалізації психічних процесів особистості у складні періоди життя;
- 2) обґрунтувати впровадження психологічних вправ для активізації інтелектуальної, особистісної, смислової рефлексій;
- 3) розробити комплексну програму активізації рефлексивних процесів педагогів за модульним навчанням.

**Виклад основного матеріалу.** У важкий воєнний період людині потрібно знизити почуття тривоги, щоб не втратити цілісність особистості – спрацьовують захисні механізми: сублімації, заміщення, витіснення та зсуву. Функція захисних механізмів – мінімізація негативних переживань, пов'язаних із внутрішніми конфліктами. Відбувається мимовільне усунення в несвідоме неприйнятних думок і сама ситуація навчання подумки переносить у стан добробуту і безпеки довоєнних часів, це безпосередньо пов'язано з бажанням опинитися в ситуації мирного буття.

Для того, щоб допомогти відшукати можливості для підвищення кваліфікації педагогічних кадрів, освітня діяльність має носити рефлексивний характер, який розкриває потенціал особистості і сприяє самоорганізації та самоосвіті. Уведення в процес післядипломної освіти компетентнісно та діяльнісно орієнтованого варіативного модуля «Педагогічна та психологічна рефлексія у процесі саморозвитку педагога під час війни» зумовлено необхідністю формування та розвитку готовності педа-

гогів до професійного вдосконалення у складних життєвих обставинах.

Збройний конфлікт окреслив перед вітчизняною освітою проблему додання наслідків психічної травми, швидкого та екологічного відновлення працездатності. Основна ідея реалізації цього модуля – психолого-педагогічний супровід педагогів у гармонізації / стабілізації психічного стану через розвиток здатності до життєстійкості методами рефлексії.

Викладач-тренер, орієнтуючись на інтереси і запити слухачів, переходить від домінанти знань, до домінанти розуміння і діалогу, перетворюючи слухачів на зацікавлених дослідників професійного саморозвитку.

Розробленню програми модуля передувало дослідження змін у пріоритетності життєвих цінностей особистості під час воєнних подій (Хозраткулова І. А., 2022, с. 23–24). Значну частину інформації дослідники приділяють усвідомленню механізмів переосмислення цінностей за період воєнної агресії.

В основу модуля покладено *принцип комплексності*, що представлено п'ятьма навчальними темами, спрямованими на розвиток рефлексивних процесів, починаючи від інформаційно-пізнавального до духовно-креативного саморозвитку, які реалізовано у 15 навчальних годинах.

У традиційній психології розрізняють кілька видів рефлексії:

1. Особистісна – об'єктом пізнання є сама особистість, її властивості та якості, поведінкові характеристики, система відносин до інших.

2. Інтелектуальна – виявляється в ході виконання різноманітних завдань, у здатності аналізувати різні способи розв'язання проблем і знаходити більш раціональні підходи.

3. Комунікативна – її об'єктом є уявлення про внутрішній світ іншої людини та причини її вчинків, у цьому ракурсі рефлексія є механізмом пізнання іншої людини (Пеньковська Н. М., 2000, с. 69–72).

Саме зазначені три види рефлексії зумовили три змістові лінії програми модуля.

**Метою модуля** є вдосконалення пси-

хологічної компетентності педагогів через розширення стратегій педагогічної та психологічної рефлексії під час професійного становлення особистості в умовах війни.

**Завдання модуля:** формування рефлексивного мислення в процесі професійного та особистісного розвитку педагога під час воєнної агресії.

Відповідно до мети та завдань модуля психолого-педагогічний супровід базується на вирішенні проблеми стресостійкості педагога під час воєнної агресії та відпрацювання вмінь віднайдіння точок відновлення в процесі «посттравматичного стресового зростання».

У ході навчання створюється підтримувальна атмосфера групової взаємодії з колегами, яка об'єднує та надихає. У цей час співпраця педагогів – найважливіший ресурс формування життєстійкості. У про-

цесі групового обговорення кожен учасник розуміє власну унікальність, що надає впевненості. У прагненні розуміння принципів позицій колег визначають спільні та об'єднувальні цінності, які готують до професійної самореалізації у період воєнного стану.

Комплексна програма рефлексивної одночасної взаємодії слухачів модуля складається з двох частин: діагностичної та корекційної. Процес навчання базується на активному конструюванні знань та формуванні уявлень через досвід практичної діяльності.

Очікувані результати навчання співвіднесено зі змістовими лініями: особистісної, інтелектуальної та комунікативної рефлексії. Сформовані в процесі навчання знання та вміння зазначено в таблиці 1.

Таблиця 1

**ПРОГРАМА ТА РЕЗУЛЬТАТИ МОДУЛЯ**

№ з/п	Види рефлексії	Особистісна	Інтелектуальна	Комунікативна
	Тема заняття			
1	Діагностична частина			
2	Психічна саморегуляція та педагогічна рефлексія на шляху самовдосконалення	Теорії професійного самовизначення та адаптації. Ознаки професійного вигорання та професійного зростання. Техніки використання особистісних / професійних ресурсів	Самооцінка рівня процесу професійного зростання. Техніки професійного самовизначення Самоаналіз професійного розвитку педагога	Моделювання власного особистісного / професійного розвитку. Стратегії кар'єрного зростання в колективі
3	Механізми подолання професійної та особистісної кризи	Розвиток позитивного мислення в кризових періодах життя. Психологічні прийоми емоційної саморегуляції. Визначення джерел мотивації до професійного зростання у складні періоди життя. Аналіз внутрішніх джерел відновлення психічного здоров'я	Контроль рівня емоційного інтелекту. Навички позитивного мислення в кризових ситуаціях	Створення конструктивних стратегій спілкування та налагоджування ефективної взаємодії завдяки розвинутому емоційному інтелекту. Аналіз зовнішніх джерел відновлення психічного здоров'я

4	Рефлексивна діяльність педагога під час випробувань	Механізми розвитку психологічної / педагогічної рефлексії. Самооцінка «психологічної готовності до змін». Прийоми та методи самопомоги в гострому стресі та стані виснаження	Пошук раціональних підходів щодо специфіки надання психологічної підтримки. Рефлексування у складній педагогічній ситуації	Попередження конфліктних ситуацій шляхом виявлення справжніх потреб учасників взаємодії. Комунікативна компетентність педагога під час змін
5	Корекційна частина			
6	Психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час війни	Симптоми гострого стресу та посттравматичного стресового розладу. Техніки майндфулнес. Способи самопомоги в гострому стресі та стані виснаженості. Діагностування психологічного стану дітей у класі	Перша допомога у стані гострого стресу. Самоаналіз методів прийняття рішення щодо надання адекватної допомоги учасникам освітнього процесу	Психологічна та педагогічна підтримка дітей / сім'ї в зіткненні з викликами війни. Прогнозування міжособистісних відносин у гострих напружених ситуаціях шкільної взаємодії. Аналіз зовнішніх джерел підтримки психічної рівноваги. Навички групової емоційної регуляції
7	Резилієнтність учасників освітнього процесу	Стратегії життєстійкості дитини. Складники механізму резилієнтності особистості / класу. Навички асертивної поведінки	Стратегії психічного здоров'я у школі. Виховна діяльність класного керівника під час війни	Співпраця учасників освітнього процесу в умовах війни. Цінності, що об'єднують клас. Уміння асертивно реагувати в конфліктних ситуаціях

*Джерело: складено самостійно*

Поняття самовдосконалення педагога та педагогічної і психологічної рефлексії взаємозумовлені. На думку психолога В. І. Слободчикова, рефлексія допомагає знайти свій спосіб життя (Слободчиков В. И., Цукерман Г. А., 1990, с. 85–87). У процесі самоосвіти реалізується потреба особистості у власному розвитку. Визначивши внутрішню і зовнішню рефлексії, науковець доводить, що перша пов'язана з продуктами колективної свідомості, а друга – із ціннісним осмисленням життя. У темі «Психічна саморегуляція та педагогічна рефлексія на шляху самовдосконалення»

рефлексія є провідною константою для саморозвитку особистості, сприяє рухові до самовдосконалення. Цілеспрямоване використання прийомів рефлексії допомагає підвищувати професійну майстерність.

Самоосвіта педагога, на думку І. А. Зязюна, виявляється продуктивною за умови чіткого аналізу власних дій, усвідомлення почуттів, формулювання висновків, що спрямовані на конкретний план змін у професійній діяльності (Зязюн І. А., 2012, с. 17–22). Завдяки саморефлексії та самооцінці визначають механізми усвідомленого контролю над процесом професійного



зростання. У фокусі уваги діагностичної частини модуля – рефлексивні вправи, які створюють дослідницьку ситуацію пошуку, можливо нового, смислу професійної діяльності. Поглиблене уявлення про рефлексивні механізми особистісного саморозвитку та долання психологічних труднощів професійної діяльності учасниками навчання поглиблено розкрито в темі «Механізми подолання професійної та особистісної кризи». Коли педагог уміє визначити свої сильні та слабкі сторони, володіє способами самопізнання та самоаналізу, він відкритий до змін. У практичному аспекті навчання впроваджено техніку «Мої сильні та слабкі сторони», метою якої є пошук та усвідомлення комплексу внутрішніх сильних сторін, які необхідно розвивати, та міркування про зовнішню підтримку, щоб упоратися з труднощами в період адаптації до нових умов життя.

*Важливим завданням діагностичної частини модуля є орієнтація слухачів на методологічну модель рефлексивної діагностичної практики. Темі «Механізми подолання професійної та особистісної кризи» та «Рефлексивна діяльність педагога під час випробувань» спрямовані на діагностування себе, самоспостереження, самоусвідомлення, оцінювання готовності до педагогічної діяльності та пізнання власних ресурсів у кризовий період військових подій.*

У статті «Рефлексивно методологічний аналіз психологічних досліджень рефлексії» дослідниця Я. М. Бугерко зазначила поетапні кроки рефлексивної діагностики: а) усвідомлення, конкретизація і чітка постановка завдання діагностики; б) створення специфічного простору аналізу методики; в) визначення процедури проведення спеціально створеної організаторами та учасниками методики; г) прогнозування можливих результатів ще до отримання безпосередніх даних; д) рефлексія реальних результатів у зіставленні з передбачуваними (Бугерко Я. М., 2010, с. 87). Техніка «Термометр почуттів» у темі «Механізми подолання професійної та особи-

стісної кризи»» спрямована на вимірювання своїх почуттів. Інформація побудована таким чином, щоб слухачі вміли оцінити, наскільки сильними є почуття за шкалою від емоційної ненапруженості до інтенсивного емоційного напруження. У темі надаємо інформацію про причини виникнення та особливості функціонування емоцій в аспекті психофізіології.

У темі «Рефлексивна діяльність педагога під час випробувань» висвітлюємо проблему вторинної травми, визначаємо принципіві позиції для збереження психічного здоров'я. Інформаційні матеріали сформовані так, що звертають увагу педагогів на ознаки наявності власних психологічних ресурсів щодо можливостей надання адекватної допомоги, наявності психічних ресурсів у того, хто допомагає. У темі подано Ресурсну Модель BASIK PH ізраїльського вченого Мулі Лаада, яка висвітлює специфічну комбінацію людських ресурсів для боротьби з несприятливими обставинами (Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій», 2022). Вправа «Мої ресурси» спрямована на усвідомлений пошук власних ресурсів (події, які надихають та підтримують) та їх ранжування від невеличких і доступних будь-якої миті до глобальних (Навчальний курс «Резилієнтні класи / Резилієнтні вчителі», 2022).

*Мета корекційної частини реалізується в ході добирання різноманітних варіантів розв'язання проблем і віднайдення більш раціональних підходів із застосуванням техніки когнітивно-поведінкової терапії. Основна ідея реалізації цієї частини модуля – допомога учасникам освітнього процесу в гармонізації / стабілізації психічного стану.*

Специфіка педагогічного втручання – окремий блок навчального матеріалу модуля. У фокусі уваги педагог у комунікації зі всіма учасниками освітнього процесу. Рефлексія в рамках процесу педагогічної взаємодії є першим за значущістю елементом, який сприяє набуттю максимальної ефективності розвитку і саморозвитку кож-

ного з учасників освітнього процесу.

Завдання педагогічних працівників – бути надзвичайно уважними до оточення. Особливо до того, що пережила та переживає сім'я; учитель інколи навіть не здогадується, який його коментар несподівано може стати випадковим тригером для спогадів дитини та її родини. У темі «Психологічна допомога учасникам освітнього процесу під час війни» наголошується на усвідомленому та обережному ставленні до вияву емоцій дитиною, зокрема вчитель не запитує про те, що зараз дитина переживає, а спостерігає за тілесними реакціями й у разі необхідності досліджує тілесні почуття, щоб не спровокувати в учнів вторинної травматизації. У змісті цієї теми зазначено, що деякі питання мають бути обмеженими в обговоренні, тема матері – для тих, хто її втратив, тема домівки – для вимушених переселенців, тема справжніх друзів – для новачків тощо. Продемонстровані на уроці якісь спецефекти можуть викликати сильну афективну реакцію для тих, хто був під обстрілами. Педагог має бути дуже обережним із розпитуванням про переживання, навіть із висловлюванням співчуття. Актуальними в педагогіці нині є принципи екологічної взаємодії, які будуються на уважному спогляданні та довірі. Практичним інструментарієм на шляху стабілізації психічного стану є парадигма когнітивно-поведінкового консультування.

У сучасному закладі освіти педагог, на думку Е. О. Грішина, має ретельно обмірковувати методи та прийоми педагогічного впливу, урахувавши емоційні стани здобувачів освіти. Наукові спостереження за останній рік наголошують на невирішеності важливого питання вторинної травматизації людей, професія яких пов'язана з допомогою (Грішин Е. О., 2021, с. 66–73). Зараз вони становлять групу ризику, отже навички турботи про себе з фіксацією уваги на власному психологічному стані із заощадженням особистісних ресурсів мають бути екологічно зумовленими.

*Основне завдання корекційної частини:* формування здатності аналізувати різні

способи розв'язання проблем і знаходити більш раціональні / адаптивні підходи.

Навчальними досягненнями корекційної частини є усвідомлення шляхів змін, які стимулюють мотивацію до саморозвитку, навіть у критичні моменти життя. Техніку «Розв'язання проблем» випрацьовують разом зі слухачами за універсальним алгоритмом послідовних шести кроків: від чітко сформульованої проблеми до оцінки результатів вирішення за випрацьованими критеріями (Навчальний курс «Резилієнтні класи / Резилієнтні вчителі», 2022).

Усі вправи модуля дають змогу слухачам не просто адаптуватися, а розкрити здатність до усвідомленого самопроєктування. Завдяки реалізованим комунікативним технікам емпатійного розуміння досягається фіксування уваги слухачів на уявленні про внутрішній світ іншої людини та розумінні причин її вчинків.

У контексті війни додається ціла низка стресорів, за результатами дослідження Л. О. Прокоф'євої, які сприяють виникненню у педагога особливого образу негативних думок та деструктивних переконань, а також наявність широкого діапазону дій, характерних для таких переконань (Прокоф'єва Л. О., 2021, с. 125). У корекційній частині модуля закладено принципи «Інструментальної педагогіки» американського філософа та педагога Д. Дьюї, який зазначав, що навчання має відбуватися з виконанням дій, а не з вивченням об'єктів: «цінним є те, що надає практичний результат». Його основна ідея навчання – вирішення проблем, випрацьовування в учнів уміння приймати рішення. Метою рефлексивної вправи «Детектив думок» є можливість навчитися відрізняти корисні думки від некорисних чи реалістичні думки від нереалістичних завдяки логічно побудованим питанням (Навчальний курс «Резилієнтні класи / Резилієнтні вчителі», 2022).

Під час дискусії зі слухачами розглядаємо події, що спричиняють травму. У матеріалах модуля звертаємо увагу на вікову періодизацію когнітивних особливостей дитини в плані розуміння сучасної ситуації

та наслідків утрат під час війни. Виділено час для означення чітких симптомів, за наявності яких необхідна професійна (психіатрична) допомога.

Особливостям відносин у важкі періоди життя присвячено тему «Резилієнтність учасників освітнього процесу». У цій темі рефлексія є механізмом пізнання іншої людини. Проблема плекання ненасильницької комунікації і формування асертивної поведінки учнів у класі не менш значуща в період глобальної агресії. Задача, яка реалізується під час вивчення цієї теми – розуміння необхідності взаємопідтримки та ефективної взаємодії в об'єднанні з іншими задля подолання труднощів. Важливо культивувати в класах «настрій удячності» – висловлювати вдячність один одному, техніка «Щоденник удячності» – інструмент духовного розвитку. Мета вправи – навчитися цінувати те, що в нас є і бути вдячним рідним та оточенню, робити акцент на позитивних моментах, які відбулися в житті.

Обидві частини модуля спрямовано на пошук психологічних ресурсів педагога через опанування знань та навичок рефлексивної діяльності в контексті когнітивно-поведінкової терапії. Саме технології та прийоми когнітивно-поведінкової терапії дають можливість педагогові виявити проблеми в мотивації до саморозвитку у важкий період воєнних подій, усвідомити їх та знайти адекватні рішення, що спрямує

педагога до вдосконалення та розвитку у професійній діяльності.

Результатом навчання можна вважати сформовану установку слухачів модуля до вдосконалення рефлексивної компетентності та зацікавленості у збереженні психічного здоров'я освітян в умовах військових подій.

**Висновки.** На цей час та у повоєнний період збереження духовного психічного, фізичного та соціального здоров'я педагога має ключове стратегічне значення. Навички рефлексії є необхідними в оптимізації та нормалізації психічних процесів особистості у складні періоди життя. Комплексна програма рефлексивної одночасної взаємодії слухачів модуля інституту враховує психологічний стан педагогів у період збройного конфлікту, що сприяє стабілізації психічного стану через розвиток здатності до життєстійкості. Запропонований у систему післядипломної освіти модуль спрямований на активізацію рефлексивних процесів педагогів. Практичне відпрацювання вправ виходить із принципів здатності особистості критично переосмислювати своє сприйняття дійсності та усвідомленої мотивації до саморозвитку, навіть у критичні моменти життя.

**Перспективою** наукових наробок є дослідження адаптивних механізмів учасників освітнього процесу під час війни та «освітніх утрат» після Перемоги.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бугерко Я. М. Рефлексивно методологічний аналіз психологічних досліджень рефлексії / Я. М. Бугерко // Проблеми емпіричних досліджень. – 2010. – С. 82–89. – Режим доступу: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/>
2. Грішин Е. О. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку / Е. О. Грішин // Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2021. – № 64. – С. 62–81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>
3. Зязюн І. А. Неперервний розвиток і саморозвиток педагогічної майстерності вчителя у післядипломний період / І. А. Зязюн // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми. – 2012. – Вип. 29. – С. 13–23. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn\\_2012\\_29\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn_2012_29_4)
4. Методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій». Лист МОН 04.04.2022 № 1/3872-22. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-metodichni>



rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij.

5. Матеріали онлайн-конференції 27–28 січня 2023 р. «Освітній фронт. Непроговорене», організовано освітньою фундацією GoGlobal (ГО «Го Глобал») у межах проекту «Термінова підтримка ЄС для громадянського суспільства». – Режим доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=J1AuB6Y5dg0&ab\\_channel=GOGLO\\_ALUKRAINE](https://www.youtube.com/watch?v=J1AuB6Y5dg0&ab_channel=GOGLO_ALUKRAINE)

6. Навчальний курс «Резилієнтні класи / Резилієнтні вчителі». Започаткований Українським благодійним фондом «Коло сім'ї». – Режим доступу: <https://k-s.org.ua/resources/>

7. Пеньковська Н. М. Рефлексія як об'єкт психологічного аналізу / Н. М. Пеньковська // Психологія і суспільство. – 2000. – № 2. – С. 66–73.

8. Прокоф'єва Л. Аналіз феномену «резилієнтність»: вивчення та перспективи / Л. Прокоф'єва // Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць. – Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2021. – С. 122–127. – Режим доступу: <https://cutt.ly/CVEIRid>

9. Слободчиков В. И. Генезис рефлексивного сознания в младшем школьном возрасте / В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1990. – № 3. – С. 25–36.

10. Хозраткулова І. А. Проблема цінності професійного саморозвитку педагога під час військових подій в Україні // Актуальні дослідження в соціальній сфері: матеріали двадцятої міжнародної науково-практичної конференції (м. Одеса, 17 листопада 2022) / гол. ред. В. В. Корнещук. – Одеса : ФОП Бондаренко М. О., 2022. – С. 21–25.

11. Шуляр В. І. Ціннісно-етична парадигма в системі літературної освіти Нової української школи (теоретико-методологічна візія). І частина: практико-орієнтована монографія / В. І. Шуляр. – Миколаїв : ОППО, 2022. – 198 с.

## TEACHING THE EDUCATIONAL COMPONENT OF «PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL REFLECTION FOR TEACHER SELF-DEVELOPMENT DURING WARTIME» IN POSTGRADUATE EDUCATION SETTINGS

***Khozratkulova Iryna,***

*Candidate of Pedagogic Science (Ph.D.), Associate Professor*

*Department of pedagogy, psychology  
and education management*

*Mykolaiv In-Service Teachers Training Institute*

*4-a Admiralska Street, 54001, Mykolaiv, Ukraine*

*iryna.khozratkulova@moippo.mk.ua*

*This article emphasizes the importance of developing reflective skills as a primary factor in the self-development of teachers, especially during times of military events. The article aims to identify key aspects of psychological assistance to educators during wartime, and argues for the implementation of modular and developmental training that addresses the issue of reflective activity during crisis periods.*

*Furthermore, the article highlights the relevance of creating educational and methodological complexes that promote the mental well-being of participants in the educational process, especially in postgraduate pedagogical institutes. The focus of attention is on the development of reflective processes among teachers.*

*The article introduces a comprehensive program of a module on reflexive simultaneous cooperation and interaction for postgraduate education students, which was designed, systematized, and implemented. It stresses the importance of psychological and pedagogical support in stabilizing the mental state of teachers, specifically by cultivating the ability to*

*sustain life through reflective methods.*

*The author presents the situation of professional activity during the period of military aggression as a stressful experience. The article identifies reflective thinking as a crucial skill for participants of the educational process to cope with crisis events in life. The author relies on the conceptual provisions of cognitive-behavioral therapy, which is based on the principle of critically rethinking one's perception of reality and behavior.*

*Additionally, the article emphasizes the significance of professionalism and mastery of pedagogical staff during wartime as a priority for society. It characterizes reflective exercises that create a research problem in searching for ways to adapt to changes and motivate self-education. The article encourages the analysis of experiences and mistakes.*

**Keywords:** *educational process; modular training; prognostication; psychological assistance; reflection; self-development; self-knowledge; teacher; war.*

## REFERENCES

1. Buherko, Ya. M. (2010). Refleksyvno metodolohichniy analiz psykholohichnykh doslidzhen refleksii [Reflexive methodological analysis of psychological studies of reflection]. *Problemy empyrichnykh doslidzhen*, 82–89. Retrieved from: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/> (ukr).

2. Hrishyn, E. O. (2021). Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykhiadiagnostyka ta zasoby rozvytku [Personality resilience: the essence of the phenomenon, psychodiagnosics and means of development]. *Visnyk KhNPU imeni H. S. Skovorody. Psykholohiia*, 64, 62–81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> (ukr).

3. Khozratkulova, I. A. (2022.) Problema tsinnosti profesiinoho samorozvytku pedahoha pid chas viiskovykh podii v Ukraini [The genesis of reflective consciousness in younger school age]. *Aktualni doslidzhennia v sotsialnii sferi*, 21–25. Odesa: FOP Bondarenko M. O. (ukr).

4. Materialy onlain-konferentsii 27–28 sichnia (2023). «Osvitnii front. Neprohovorene», orhanizovano osvithoiu fundatsiieiu GoGlobal (HO «Ho Hlobal») u mezhakh proiektu «Terminova pidtrymka YeS dlia hromadianskoho suspilstva» [Materials of the online conference on January 27–28, 2023 «Educational Front. Unspoken», organized by the GoGlobal educational foundation (GO «Go Global») within the framework of the project «Urgent support of the EU for civil society»]. Retrieved from: [https://www.youtube.com/watch?v=JlAuB6Y5dg0&ab\\_channel=GOGLOBALUKRAINE](https://www.youtube.com/watch?v=JlAuB6Y5dg0&ab_channel=GOGLOBALUKRAINE) (ukr).

5. Metodychni rekomendatsii «Persha psykholohichna dopomoha. Alhorytm dii». Lyst MON 04.04.2022 № 1/3872-22 [Methodological recommendations «First psychological aid. Algorithm of actions». Letter of the Ministry of Education and Culture of 04.04.2022 No. 1/3872-22.]. Retrieved from: <http://mon.gov.ua/ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij> (ukr).

6. Navchalnyi kurs «Rezyliientni klasy/ Rezyliientni vchyteli». Zapochatkovanyi Ukrainskym blahodiinym fondom «Kolo simi» [Training course «Resilient classes / Resilient teachers». Started by the Ukrainian Charitable Foundation «Family Circle»]. Retrieved from: <https://k-s.org.ua/resources/> (ukr).

7. Penkovska, N. M. (2000). Refleksiiia yak obiekt psykholohichnoho analizu [Reflection as an object of psychological analysis]. *Psykholohiia i suspilstvo*, 2, 66–73 (ukr).

8. Prokofieva, L. (2021). Analiz fenomenu «rezyliientnist»: vvychnennia ta perspektyvy [Analysis of the «resilience» phenomenon: study and perspectives]. *Suchasna psykholohiia: problemy ta perspektyvy*, 122–127. Retrieved from: <https://cutt.ly/CVEIRid> (ukr).

9. Shuliar, V. I. (2022.) *Tsinnisno-etychna paradyhma v systemi literaturnoi osvity Novoi ukrainskoi shkoly (teoretyko-metodolohichna viziia)* [Value-ethical paradigm in the literary education system of the New Ukrainian School(theoretical and methodological vision)]. I chastyna. Mykolaiv: OIPPO (ukr).

10. Slobodchikov, V. I. (1990). Genезis reflektivnogo soznaniia v mladshem shkol'nom vozraste [The genesis of reflective consciousness in younger school age]. *Voprosy psikhologii*, 3, 25–36 (rus).

11. Ziaziun, I. A. (2012). Neperervnyi rozvytok i samorozvytok pedahohichnoi maisternosti vchytelia u pislidyplomnyi period [Continuous development and self-development of the teacher's pedagogical skills in the post-graduate period]. *Suchasni informatsiini tekhnolohii ta innovatsiini metodyky navchannia v pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohiia, teoriia, dosvid, problemy*, 29, 13–23. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn\\_2012\\_29\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn_2012_29_4) (ukr).