

Отримано: 17 листопада 2020 р.

Прорецензовано: 27 листопада 2020 р.

Прийнято до друку: 27 листопада 2020 р.

e-mail: halyna.handzilevska@oa.edu.ua

viktoriia.v.kondratiuk@oa.edu.ua

DOI: 10.25264/2415-7384-2021-12-35-40

Гандзілевська Г. Б., Кондратюк В. В. Ресурси та бар'єри інформаційно-психологічної безпеки вчителів початкових класів в умовах онлайн-навчання: резилієнс підхід. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. Острогор: Вид-во НаУОА, січень 2021. № 12. С. 35–40.

УДК 159.922.7+37.015.3

Гандзілевська Галина Борисівна,
доктор психологічних наук,
професорка кафедри психології та педагогіки
Національного університету «Острозька академія»
Кондратюк Вікторія Владиславівна,
аспірантка кафедри психології та педагогіки
Національного університету «Острозька академія»

РЕСУРСИ ТА БАР'ЄРИ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ: РЕЗИЛІЄНС ПІДХІД

У статті досліджено проблему інформаційно-психологічної безпеки освітян. Зосереджено увагу на підході резилієнс у вивченні ресурсів і бар'єрів її організації в умовах онлайн-навчання у вчителів початкової школи. Схарактеризовано відкриті питання психологічної і дидактичної готовності учителів початкової школи до вимушеного онлайн-навчання та окреслено орієнтири їх вирішення крізь призму аналізу досліджень, здійснених на базі наукових центрів «Інститут практичної психології та психотерапії» і «Саногенна педагогіка та психологія» НаУОА. У контексті резилієнс підходу наголошено на таких конструктах інформаційно-психологічної безпеки, як емоційний інтелект, критичне та саногенне мислення, педагогічна рефлексія, медіаграмотність. Запропоновано алгоритм формування психологічної стійкості вчителів в умовах онлайн-простору в контексті функції психологічних механізмів захисту.

Ключові слова: інформаційно-психологічна безпека, резилієнс, емоційний інтелект, саногенне та критичне мислення, педагогічна рефлексія, учителі початкової школи.

Halyna B. Handzilevska,
Doctor of Psychology, Professor of the Department of Psychology and Pedagogy,
The National University of Ostroh Academy
Viktoriia V. Kondratiuk,
PhD student of the Department of Psychology and Pedagogy,
The National University of Ostroh Academy

RESOURCES AND BARRIERS OF INFORMATION-PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PRIMARY CLASS TEACHERS IN THE CONDITIONS OF ONLINE LEARNING: RESILIENCE APPROACH

The article investigates the problem of informational-psychological safety of educators. The main focus in the study is based on the organization of the resources and barriers on the resilience approach at online learning for primary school teachers. The study describes open questions of psychological and didactic readiness of primary school teachers in a situation of compulsory online learning. Also, it characterizes the orientations of their solution which are outlined through the prism of the analysis of researches carried out on the basis of Scientific Centers «Institute of Practical Psychology and Psychotherapy» and «Sanogenic Pedagogy and Psychology» at the National University of Ostroh Academy.

It is emphasized that the unpreparedness for the innovative activity of teachers at the initial stages of the introduction of educational reforms and the importance of developing their personal readiness for change, in the first place. Also, highlighted is the relevance of the formation of emotional competence of teachers through the virtue of specific problem-solving and the prevention of emotional burnout of teachers.

In the text, the main difficulties of teachers in the conditions of online learning is delineated. Also particularly described are their main needs, such as: technical support; interpersonal relationships with colleagues and parents; fear of self-presentation in an online space. Also, the author's attention concentrates on the importance of teachers developing adaptive and emotional resources, the formation of their digital competence, their development of media literacy, sanogenic and critical thinking to confront negatively colored information factors, as well as the organization of their information-psychological safety.

In the context of the resilience approach, the author's attention is focused on the constructs of informational-psychological safety as emotional intelligence, critical and sanogenic thinking, pedagogical reflection and media literacy. An algorithm is also proposed for the formation of psychological stability of teachers in the online space in the context of the function of psychological defense mechanisms. Additionally presented are vectors for solving these problems through the prism of the

resilience approach. The main focus is on the methods of development within the constructs of information-psychological safety as emotional intelligence, critical and sanogenic thinking and pedagogical reflection.

It represents effective programs for their optimization. In particular, the program "Emotional first aid kit" (polish authors – S. Veshkhovska and E. Nervinska), which is formed on the basis of two scientific concepts: the concept of positive psychology M. Selligman and Mindfulness Based Stress Reduction authored by J. Kabat Zinna, and the program «Reboot +» for educators (author – G. Handzilevska), whose main task is to restore and develop the resources of the professional script of teachers in measuring the correction of script settings.

It suggests an algorithm for the development of the resilience of teachers in the online space in the context of healthy functions of psychological mechanisms on the tasks of Gestalt therapy, which includes the development of emotional-volitional, intellectual, moral and creative-volitional resources. Metaphorically, the tactics of recovery and the development of psychological resources in the dimension of information-psychological safety are defined as «Faith», «Hope», «Love» and «Wisdom». To summarize, each stage should be accompanied by a set of exercises aimed at preventing emotional burnout through the development of sanogenic and critical thinking, emotional intelligence and the correction of scenarios.

Key words: *information-psychological safety, resilience, emotional intelligence, sanogenic and critical thinking, pedagogical reflection; primary school teachers.*

Обґрунтування проблеми. Проблема інформаційно-психологічної безпеки сьогодні перебуває в центрі уваги науковців з усього світу. Пандемія Covid-19 належить до категорії надзвичайної ситуації, адже це подія, яка виходить за межі звичного способу життя людини, і в ній наявний ризик загрози її фізичному та психічному здоров'ю (у: Н. Гусак та ін., 2017 [9]; А. Басов, 2014 [1]). Тому вивчення проблеми психологічної стійкості (резилієнсу) педагога, яку науковці (О. Апанович, 2011) аналізують як підсистему психологічної безпеки, у контексті адаптації до реалізації завдань нових освітніх викликів очевидне. Своєю чергою, умови невизначеності карантинного режиму, навантаження онлайн-формату життя, назріла інфодемія, активують і проблему формування медіакомпетентностей педагога та його психологічного імунітету до кібератак. Особливої уваги потребують учителі початкової школи, які одночасно з окресленою проблемою пристосовуються і до змін, запропонованих освітніми реформами, зокрема концепцією «Нова українська школа». Оновлення професійних компетентностей освітян зумовлюють емоційне виснаження та провокують вигорання в усіх сферах життєдіяльності. Відтак, важливо не лише дидактично, а й психологічно забезпечити вчителя задля його резилієнсу в умовах онлайн-простору.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття життєстійкості, життєздатності, стресостійкості, стійкості до травми, емоційної стійкості тощо досить часто сучасні науковці розглядають у контексті спорідненого до них поняття – резилієнс (J. Block & A. Kremen 1996; S. Luthar, D. Cicchetti, & B. Becker, 2000). Узагальнено цей феномен досліджують із двох позицій: як риса особистості, що відображає рівень емоційної стійкості після пережиття стресових травматичних подій (J. Block, A. Kremen, 1996; B. Fredrickson, 2001; P. Oleś, 2000), як процес успішної адаптації до надзвичайних ситуацій (G. Bonano, 2004; S. Luthar, D. Cicchetti, & B. Becker, 2000), як здатність амортизувати їхній вплив та відновлювати й розвивати нові адаптаційні ресурси (Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко, 2017). Ці напрямки дослідження поєднує ідея про те, що високий рівень резилієнсу, який захищає від негативних наслідків кризи (D. Charney, 2004; Z. Juczyński & N. Ogińska-Bulik, 2008), може стати захисним чинником у складних повсякденних ситуаціях і надзвичайних подіях (M. Felcyn-Koczewska & N. Ogińska-Bulik, 2012).

Сучасні науковці активно досліджують підхід резилієнс у контексті психосоціальної підтримки в умовах надзвичайних ситуацій (Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко; за заг. ред. Н. Гусак, 2017) та психологічної травматизації військовослужбовців (О. Колесніченко, Є. Семенко, 2018; V. Kondratyuk & M. Puchalska-Wasył, 2019). Водночас у сучасній науці наявні дослідження цього підходу в галузі освіти. Значну увагу приділено резилієнс підходу в психолого-педагогічній корекції травматичних і стресових станів (І. Марціновська, 2018), підготовці вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості в дітей в освітніх навчальних закладах (С. Богданович та ін, 2017). Досліджують і особливості діяльності педагогічного працівника щодо формування резилієнсу в умовах інклюзивної освіти (Т. Шугай та ін., 2018). У працях наголошено, що процес резилієнс відбувається швидше, коли особистість почувається у психологічній безпеці та має доступ до емоційної підтримки (Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, С. Максименко, С. Богданов, О. Бойко, 2017 [9]).

Проблему інформаційно-психологічної безпеки особистості, збереження її ідентичності, цілісності, збалансованості в онлайн-просторі, соціальних мережах та ін. (Г. Грачов, І. Мельник 1996, 1998, 2003; В. Голубєв, 2003; Я. Жарков, 2008; І. Приходько, 2010; Є. Катаєв, 2014 та ін.) та модельні уявлення про безпеку особистості (Н. Лизь, 2005, 2011), зокрема фахівця екстремального виду діяльності (І. Приходько, 2017), досить активно вивчають і в освітньому середовищі (І. Басва, 2002; Є. Лактинова, 2008; А. Бедрина, 2010; Н. Вітюк, 2014; Г. Мешко & О. Мешко, 2017; О. Бондарчук, 2017 та ін.). Зокрема, у полі наукового інтересу перебуває проблема психологічної безпеки взаємодії в системі «вчитель-учень» в умовах Нової української школи (Л. Дзюбко, В. Бучма, 2018); чинники психологічної безпеки школярів

(Н. Коцур, 2016), особистості викладача ЗВО (А. Харченко, 2012; Л. Калашнікова, 2016), науково-педагогічних працівників (І. Волеваха & С. Фера, 2018), майбутніх учителів (М. Кечина, 2017; К. Варивода; Г. Мешко, 2011; О. Мешко, 2015) та ін. Водночас проблема інформаційно-психологічної безпеки вчителів початкової школи в обставинах онлайн-навчання у вимірі резилієнс підходу малодосліджена. А тому **мета** цього дослідження спрямована на виокремлення можливостей резилієнс підходу в забезпеченні основних дидактичних проблем і психологічних запитів учителів початкової школи задля розвитку ресурсів їхньої інформаційно-психологічної безпеки.

Виклад основного матеріалу. Потреба в психологічній безпеці як одна з базових потреб особистості та система міжособистісних відносин загострюється в періоди кризових соціальних змін, адже назріває невпевненість у власному майбутньому (Т. Вілюжаніна, 2011 [3]). Сьогоднішня ситуація з огляду на впровадження ідей концепції «Нова українська школа», невизначеність і відсутність ясності й чіткого плану щодо закінчення пандемії у світі і в Україні, перехід на онлайн-навчання підсилює актуальність дослідження безпеки в освітньому просторі крізь призму формування психологічної стійкості освітян. А тому серед різноманіття підходів до розуміння психологічної безпеки, які виокремив А. Харченко (А. Харченко, 2012 [16]), у цьому дослідженні ми зосереджуємо увагу на двох: психологічна безпека особистості як стан її захищеності й цілісності особистісного утворення та інформаційно-психологічної безпека особистості й середовища тощо.

Відповідно до опитувальника на визначення стресостійкості, який розробили Н. Огінська-Булік (N. Ogińska-Bulik) та З. Ючинський (Z. Juczyński) (2008) [21], узагальнено компоненти резилієнс демонструють відкритість до нового досвіду, уміння впоратися з негативними емоціями та здатність мобілізуватися у складних ситуаціях. Водночас наукові розвідки, проведені ще 2018 року (Г. Гандзілевська, 2018) на базі Наукового центру «Інститут практичної психології та психотерапії» Національного університету «Острозька академія», емпірично сигналізують про неготовність до інноваційної діяльності педагогів. Відповідно до результатів застосування опитувальника «Особистісна готовність до змін», який розробили Ролнік, Хезер, Голд і Хал й адаптували Н. Бажанова та Г. Бардієр, у вчителів та майбутніх учителів початкових класів переважає низький (відповідно 87% й 88%) та середній (13% та 12%) рівні її сформованості. Такі результати свідчать про вагомість розвитку цієї педагогічної компетентності насамперед, адже її сформованість розширює поведінкові патерни, спектр рішень, шляхи досягнення професійного успіху та збагачує мотиваційну сферу (І. Бринза, М. Будянський, 2016), а отже, є ресурсом для реалізації завдань професійного сценарію вчителів початкової школи (Г. Гандзілевська, 2018 [4]; Г. Гандзілевська, С. Штурхецький, Ю. Плиска, В. Клімук, 2020 [19]).

Адаптація до реформ і карантинних умов, зокрема онлайн-навчання, вимагає і оновлення професійних компетентностей освітян. Цей процес зумовлює емоційне виснаження та провокує вигорання в усіх сферах життєдіяльності. Відповідно до теоретичного аналізу проблеми психологічної безпеки педагогів узагальненим показником недостатньої її сформованості можна вважати синдром емоційного вигорання. Згідно з попередніми дослідженнями (Г. Гандзілевська, Л. Червінко, 2019), у результаті застосування опитувальника, розробленого для вимірювання ступеня вигорання в професіях типу «людина – людина», в адаптації Н. Водоп'янової, було виявлено, що в учителів початкових класів як загалом (54%), так і за трьома шкалами професійного вигорання – психоемоційне виснаження (52%), що демонструє втрату емоційних ресурсів; деперсоналізація (51%) як процес розвитку негативних установок щодо інших; редукція досягнень (59%), показником чого є низька професійна самооцінка і мотивація – переважає високий рівень показника професійного вигорання (Г. Гандзілевська, Л. Червінко, 2019 [6]). А тому друга актуальна в освітньому просторі на сьогодні проблема – подолання й профілактики цього синдрому, що підсилюється карантинним виснаженням педагогів. П. Саловей і Д. Маєр (P. Salovey & J. Mayer, 1990 [22]), досліджуючи емоційний інтелект, підкреслюють, що емоції виконують дві фундаментальні функції: дають мотивацію і енергію до діяльності та потрібні для конструювання стосунків. Тому постає потреба у формуванні емоційної компетентності педагогів, функції якої сучасний вітчизняний дослідник Є. Карпенко (Є. Карпенко, 2020 [10]) у просторі інтерперсональної взаємодії вивчає в контексті розпізнавання поведінки, мотивів, намірів тощо інших людей.

Відгуком на пошуки шляхів вирішення означених проблем стало створення в листопаді 2019 року на базі Національного університету «Острозька академія» Наукового центру «Саногенна педагогіка та психологія». Одним із напрямків діяльності центру вбачають вивчення психологічних запитів і дидактичних потреб освітян, зокрема й учителів початкової школи. Зокрема, щоб вирізнити бар'єри інформаційно-психологічної безпеки педагогів в умовах онлайн-навчання в період першої хвилі дистанційного навчання (березень 2020 року), науковиця цього центру В. Кондратюк провела пілотажне опитування вчителів Хмельницької області (n= 30). До вибірки ввійшли й учителі початкової школи (n=10). Усі опитувані відзначили, що основною трудностю, з якою вони зіткнулися, було технічне забезпечення – якість інтернету, проблеми з комп'ютером як із боку вчителя, так і учня. Окрім того, «невміння користуватися платформами і ресурсами онлайн-навчання» стало теж перешкодою в реалізації завдань освітнього процесу.

Інша проблема – труднощі в «реорганізації своїх навчальних матеріалів та об'єктивній оцінці учнів», а також «труднощі в контакті з батьками» («непорозуміння»; «важко встановити співпрацю з батьками»). І центральна проблема, яку вдалося виокремити, – це самопрезентація в онлайн-просторі – «страх перед власним відеоуроком». Очевидно, що багатьом із вчителів кіберпростір невідомий у контексті кібербезпеки, медіаграмотності та медіагігієни. Відтак постає проблема психолого-дидактичного супроводу вчителя в контексті розвитку адаптаційних та емоційних ресурсів, формування цифрової компетентності, про що наголошено в проєкті професійного стандарту вчителя, запропонованого для обговорення МОН 2020 року, та медіакомпетентностей педагога, його психологічного імунітету до кібератак.

Пандемія COVID-19 показала, наскільки важливо педагогам уміти саногенно та критично мислити, регулювати емоційним станом, щоби протистояти негативно забарвленим інформаційним чинникам. Водночас психологічні дослідження, здійснені в НЦ «Саногенна педагогіка та психологія», свідчать про актуальність вивчення шляхів розвитку критичного та саногенного мислення вчителів початкових класів для організації їхньої інформаційно-психологічної безпеки. Згідно з результатами досліджень, які 2020 року здійснила магістрантка спеціальності «Психологія» І. Костюшко під нашим керівництвом на вибірці вчителів початкової школи, виявлено перевагу середнього рівня розвитку критичного мислення (70%), що свідчить про здатність учителів цієї вибірки критично аналізувати інформацію. Однак такі результати доводять і актуальність розвитку критичного мислення в контексті ухвалення рішень, що підтверджує виявлений низький його рівень (17%) у вчителів початкової школи (І. Костюшко, 2020 [11]). Окрім того, статистично підтверджені результати свідчать про вагомість розвитку й професійної рефлексії вчителів початкових класів у кореляційному зв'язку з розвитком критичного мислення ($r=0,29$, $p<0,05$) та соціорефлексією ($r=0,31$, $p<0,05$), що характеризується відкритістю до прийняття інших позицій (Г. Гандзілевська, І. Костюшко, 2020 [5]). Такий результат є певним орієнтиром у розробленні програми формування інформаційно-психологічної безпеки вчителів в обставинах онлайн-навчання.

Вагоме значення в процесі запобігання емоційному виснаженню педагогів має і розвиток саногенного мислення. 2020 року на базі НЦ «Саногенна педагогіка та психологія» на емпіричній вибірці вчителів початкової школи О. Рагінська під нашим керівництвом виявила обернений кореляційний зв'язок між показниками емоційного вигорання та саногенного мислення ($r=-,398$, $p=,011$), що підтверджує важливість розвитку такого мислення в контексті профілактики професійного вигорання. Окрім того, за допомогою регресивного аналізу отримано результати, які підтверджують і доповнюють вагомість розвитку саногенного мислення та зменшення рівня критичного мислення для протидії емоційному вигоранню в учителів, середній вік яких 22,4 р. та 33,5 р., тоді як у вчителів, середній вік яких 52,9 роки, навпаки – для профілактики емоційного вигорання варто розвивати критичне мислення і рефлексивність.

У контексті означених проблем досить дієво залучати освітян до участі в програмі «Емоційна аптечка», автори якої – відомі польські педагоги та психологи С. Вешховська та Е. Нервінська [23]. Програму сформовано на базі двох наукових концепцій: концепції позитивної психології М. Селлігмана та зменшення стресу на основі уважності (*Mindfulness Based Stress Reduction*) авторства J. Kabat Zinna. Упровадження цієї програми для освітян під керівництвом сертифікованого в цьому напрямку тренера В. Кондратюк – перспектива подальших науково-практичних розвідок Наукового центру «Саногенна педагогіка та психологія».

У контексті формування безпечного середовища вирізняємо такий феномен, як позитивна дисципліна. Позитивна дисципліна як один зі способів формування базових навичок має на меті розвивати компетентності, як у дітей, так і вчителів, які б сприяли організації їхньої психологічної безпеки крізь призму засвоєння життєвих цінностей. Унаслідок діти розвивають незалежність, відповідальність і формують навички поваги (Lasala T., 2019 [20]), що важливо для взаємодії в освітньому просторі.

Щоб доповнити орієнтири програм формування психологічної безпеки вчителів у вимірі підходу резилієнс, треба врахувати й сучасні вітчизняні дослідження, зокрема І. Гуляс [8], яка у своїй праці презентує факторні моделі аксіопсихологічного проєктування життєвих досягнень педагогів, та результати емпіричного дослідження структурно-компонентного складу педагогічних здібностей О. Матласевич [12], зокрема актуальність у виокремленні провідним їхнім компонентом – метакогнітивно-рефлексивного.

Окрім того, на базі НЦ «Саногенна педагогіка та психологія» зорганізовано програму для освітян «Перезавантаження +» (авторка – Г. Гандзілевська), основне завдання якої спрямоване на відновлення та розвиток ресурсів професійного сценарію педагогів у вимірі корекції сценарних установок. Адже відповідно до результатів досліджень, здійснених на базі вищеназваних наукових центрів НаУОА, сценарні установки, які вивчено як механізми психологічного захисту, можуть виконувати функції адаптаційних ресурсів і психологічних бар'єрів у реалізації професійних сценаріїв учителів початкових класів (Г. Гандзілевська, 2018 [4]; Г. Гандзілевська, Л. Червінко, 2019 [6]; Г. Гандзілевська, С. Штурхецький, Ю. Плиська, В. Клімук, 2020 [19]). 3-поміж чинників психологічної безпеки освітян сучасні дослідники (А. Харченко, 2012 [16]) найчастіше апелюють до чинника захищеності, що охоплює фізичні та психологічні (механізми психологічного захисту) засоби, і на рівні з іншими – людський чинник, який уміщує різні

реакції людини на небезпеку, та фактори середовища, значущим критерієм чого може бути ставлення до нього, що визначає безпеку особистості (В. Соломін, О. Шатров, Л. Михайлов і Т. Маликова, 2008). А тому під час конструювання стратегій формування психологічної безпеки освітян як алгоритмічні етапи завдання програми «Перезавантаження +» передбачаємо й роботу з психологічними механізмами захисту. Останні традиційно тлумачать за А. Фройд [15] як несвідомі способи реагування на ситуацію для досягнення компромісу із зовнішньою дійсністю та вивчають як дії, кроки, за допомогою яких особистість прагне подолати бар'єри стану внутрішнього балансу, рівноваги. Адже, окрім патогенних аспектів, захисні механізми виконують і здорові функції, про що наголошують представники гештальт-терапії (І. Булюбаш [2]). У такому контексті психологічні механізми захисту оберігають від негативних переживань, сприйняття психотравмальної інформації, знімають тривогу і допомагають зберегти в ситуації конфлікту самоповагу та ін. (І. Мрочко, Л. Левицька, 2017 [13]).

Варто зауважити, що резилієнс як безперервний, активний процес спрямований на розвиток нових сил і ресурсів адаптації та відновлення [9]. Опираючись на дослідження в напрямі позитивної психології, вітчизняна науковиця О. Штепа (О. Штепа, 2016 [17; 18]) обґрунтовує психологічні ресурси як особистісні властивості й здібності, цінні для людини, що допомагають адаптуватися до стресових ситуацій. Механізмом збалансованості, підтримки внутрішньої гармонії, а отже, резилієнсу, на її думку, є знання власних ресурсів та вміння ними оперувати, що зі свого боку сприяє конструктивному подоланню складних життєвих обставин. Відповідно до емпіричних досліджень науковиці, головні психологічні ресурси, що зумовлюють баланс сутності й особистості людини, такі: «упевненість у собі», «прагнення мудрості», «самореалізація в професії». Натомість провідним компенсатором дисбалансу є оновлення власних ресурсів у напрямку віри в добро та допомоги іншим, упевненості у власних силах. Зважаючи на вищевказане та класифікацію психологічних ресурсів Л. Сохань (1997), яка містить емоційні, вольові, творчі, інтелектуальні, моральні якості [14], процес відновлення та розвитку потенціалу резилієнс можна здійснювати відповідно до психологічних механізмів захисту (таблиця 1).

Таблиця 1

Психологічні механізми захисту у вимірі резилієнс

Психологічний механізм захисту	Тактика резилієнс у вимірі інформаційно-психологічної безпеки	Психологічні ресурси/метафора
Еготизм	Зупинитися «тут і тепер» (критично оцінити контент)	Емоційно-вольові («Любов»)
Ретрофлексія/дифлексія	Розпізнати маніпуляцію	Інтелектуальні («Софія/Мудрість»)
Проекція	Спрогнозувати/використати досвід	Моральні («Віра»)
Інтроскція	Прийняти/відхилити контент	Творчі («Надія»)
Конфлюєнція (злиття)	Контролювати вхідну інформацію	Емоційно-вольові («Любов»)

Особливого значення такий підхід набуває в дослідженні етапів формування резилієнс в соціальних мережах (Г. Гандзілевська, С. Штурхецький, 2020 [7]). На першому етапі формування інформаційно-психологічної безпеки вчителів у вимірі резилієнс має значення такий механізм психологічного захисту, як «Еготизм» (здатність до саморефлексії), зокрема в контексті розвитку емоційно-вольових ресурсів для активування стану «тут і тепер». Метафорично цей крок можна означити категорією «Любов», адже вроджена здатність до любові, як і до пізнання, розвивають емоційний інтелект, зокрема організмичне чуття, що забезпечує розуміння, й емоційну компетентність, яка відповідає за інтерпретацію (Є. Карпенко, 2020 [10]). А тому наступним кроком доцільно приділити увагу розвитку інтелектуальних ресурсів, зокрема медіаграмотності. У цьому контексті актуальні психологічні механізми захисту – «Ретрофлексія» (звернення енергії) та «Дифлексія» (ухилення від контакту /відпочинок), тобто час для мобілізації ресурсів, а отже, розпізнання «неправдивої», маніпулятивної чи пошуки «реалістичної інформації». Метафора «Софія / Мудрість» підкреслює означене і демонструє механізм процесу інтеграції ресурсного потенціалу резилієнс. Наступний психологічний механізм захисту – «Проекція», як опора на стереотипні, традиційні погляди, перевірені знання, має значення для розвитку моральних ресурсів (метафора «Віра»), тоді як «Інтроскція», що є традиційним способом навчання і виховання, сприяє у формуванні здорового «Я» з рухливими межами між тим, що приймається, і тим, що не приймається, а отже, розвитку творчо-вольових ресурсів (метафора «Надія»). Важливим етапом у «карантинних умовах» має значення механізм «Конфлюєнція» (злиття) для формування саморегуляції, здатності вибирати тривалість та обсяг підтримки, а отже, розвитку знову ж таки емоційно-вольових ресурсів (метафора – «Любов»). Кожен етап відповідно треба супроводжувати комплексом вправ, спрямованих на профілактику емоційного вигорання засобами розвитку саногенного та критичного мислення, емоційного інтелекту та корекції сценарних установок.

Отже, виокремлені актуальні проблеми щодо психологічної і дидактичної готовності учителів початкової школи до вимушеного онлайн-навчання та досвід діяльності НЦ «Саногенна педагогіка та психологія» дають змогу окреслити орієнтири інформаційно-психологічного забезпечення освітян у вимірі резилієнс

підходу. Основні потреби освітян, які потребують нагального вирішення, – це розвиток їхньої медіаграмотності та формування психологічної стійкості задля подолання професійного карантинного вигорання. У контексті резилієнс підходу варто звернути увагу й на такі конструкти інформаційно-психологічної безпеки, як емоційний інтелект, критичне та саногенне мислення, педагогічна рефлексія. Для відновлення та розвитку психологічних ресурсів резилієнс і для інформаційно-психологічної безпеки освітян має значення опора на саногенні функції психологічних механізмів захисту. **Перспективу подальших розвідок** убачаємо в реалізації програм для освітян «Перезавантаження +» та «Емоційна аптечка» й емпіричній перевірці їхньої дієвості у вимірі інформаційно-психологічної безпеки вчителів початкової школи.

Література:

1. Басов А. В. Поняття «надзвичайна ситуація»: нормативно-правові підходи визначення. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Сер.: Юриспруденція*. 2014. № 11. Том 1. С. 93–96.
2. Булюбаш І. Д. Руководство по гештальт-терапии. Редактор: Бутенко Г. Москва: Изд-во Института Психотерапии, 2011. 768 с.
3. Вілюжаніна Т. А. Психологічна безпека освітнього середовища в оцінках викладачів ВНЗ. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Том 7. Екологічна психологія. Випуск 35. 2014. С. 44–54.
4. Гандзілевська Г. Б. Психологічні бар'єри та ресурси реалізації акмеологічних компетентностей учителів початкових класів закладів загальної середньої освіти. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія»*. 2018. № 7. С. 9–13.
5. Гандзілевська Г. Б., Костюшко І. В. Педагогічна рефлексія учителів початкової школи крізь призму критичного мислення. *Вісник національного університету оборони України*. 2020. № 3 (56). С. 14–20 URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/214251/214326>
6. Гандзілевська Г., Червінко Л. Сценарні установки як чинник професійного вигорання вчителів початкової школи. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: збірник наукових праць*. 2019. № 8. С. 13–17.
7. Гандзілевська Г., Штурхецький С. Прикладна акмеологія для тих, хто прагне успіху (навчальний посібник для вчителів, журналістів та психологів). Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2020. 104 с.
8. Гуляс І. А. Аксіопсихологічне проектування життєвих досягнень особистості: монографія. Київ, 2020. 448 с.
9. Гусак Н. та ін. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій : підхід резилієнс : навч.-метод. посібн. /за заг. ред. Н. Гусак ; Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія». Київ : НАУКМА, 2017. 92 с.
10. Карпенко Є. В. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості : монографія. ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника». Дрогобич : Посвіт, 2020. 434 с.
11. Костюшко І. В. Критичне мислення як необхідна складова професійної компетентності сучасного вчителя. *Міжнародний науковий електронний журнал ЛОГОС. ОНЛАЙН*. № 10. Червень, 2020. URL: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/2663-4139/article/view/3665/3593>
12. Матласевич О. В. Психологія розвитку педагогічних здібностей у контексті культурно-історичної парадигми українських вищих навчальних закладів XVI – XVIII століття: монографія. Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2020. 576 с.
13. Мрочко І, Левицька Л. Теоретичний аналіз сучасних підходів у дослідженні механізмів психологічного захисту. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2017. № 14. С. 232–235. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2017_14_55
14. Сохань Л. В. та ін Мистецтво життєтворчості особистості: в 2 ч. Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості : наук.-метод. посіб. Київ: [б.в.], 1997. 391 с.
15. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. М.: Педагогика-Пресс, 1993. 144 с.
16. Харченко А.С. Психологічна безпека особистості викладача вишу. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2 (2). 2012. С. 443–450.
17. Штепа О. С. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 32. С. 571 – 585. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_32_50
18. Штепа О. С. Психологічні ресурси як медіатор внутрішнього та зовнішнього «Я» людини *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 31. С. 559–568. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_31_48
19. Handzilevska H., Shturkhetksky S., Plyska Y., Klimuk V. Problems of achieving professional success of teachers and journalists during reforms in Ukraine // *Europa Środkowo-Wschodnia w procesie transformacji i integracji. Wymiar edukacyjny*. Redakcja: Henryk Chałupczak, Marek Pietraś. Ewa Pogorzała. Wydanie I. Zamość 2020. S. 343–356.
20. Lasala T., McVittie J., Smith S. Pozytywna dyscyplina w szkole i klasie. *Przewodnik nauczyciela*. 2019. Milanówek. s. 132.
21. Ogińska-Bulik N, Juczyński Z. The Resiliency Assessment Scale (SPP-25). *Now Psychol*. 2008; 3: s. 39–56.
22. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
23. Wierzechowska S., Nerwińska E. *Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej. Materiały do programu*. 2014. Warszawa: Centrum Pozytywnej Edukacji.