

Наукові інтереси: інноваційні практики психологічної, фізичної реабілітації представників сектору безпеки і оборони та їхніх сімей у поствоєнний період.

ЛОПАТЮК Олена – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри пошуку, рятування та спеціальної фізичної підготовки, Української державної льотної академії.

Наукові інтереси: інноваційні практики психологічної, фізичної реабілітації ветеранів війни засобами фізичної культури та спорту.

ЛУНГУ Дмитро – старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки Донецького державного університету внутрішніх справ.

Наукові інтереси: інноваційні практики психологічної, фізичної реабілітації представників сектору безпеки і оборони та їхніх сімей у поствоєнний період.

ХАРИТОНЕНКО Євген – старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки Донецького державного університету внутрішніх справ.

Наукові інтереси: інноваційні практики психологічної, фізичної реабілітації представників сектору безпеки і оборони та їхніх сімей у поствоєнний період.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

SHOSTAK Ihor – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Special Physical Training, Donetsk State University of Internal Affairs.

Scientific interests: innovative practices of psychological and physical rehabilitation of representatives of the security and defense sector and their families in the post-war period.

LOPATIUK Olena – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Search, Rescue and Special Physical Training, Ukrainian State Flight Academy.

Scientific interests: innovative practices of psychological and physical rehabilitation of war veterans through physical culture and sport.

LUNGU Dmytro – Senior Lecturer at the Department of Special Physical Training, Donetsk State University of Internal Affairs.

Scientific interests: innovative practices of psychological and physical rehabilitation of representatives of the security and defense sector and their families in the post-war period.

KHARYTONENKO Yevhen – Senior Lecturer at the Department of Special Physical Training, Donetsk State University of Internal Affairs.

Scientific interests: innovative practices of psychological and physical rehabilitation of representatives of the security and defense sector and their families in the post-war period.

Стаття надійшла до редакції 04.03.2026 р.

Стаття прийнята до друку 15.03.2026 р.

УДК 378.018.8:373.011.3-051]:159.944.4-021.484:378.147-025.14](045)

DOI: 10.36550/2415-7988-2026-1-223-281-286

ISSN 2415–7988 (Print) ISSN 2521–1919 (Online)

ЯЛОЗА Олег –

аспірант кафедри педагогіки та освітнього менеджменту

Уманського національного університету

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2519-6212>

e-mail: oleh.yaloza@udpu.edu.ua

ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У ЗМІШАНОМУ ОСВІТЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Статтю присвячено аналізу педагогічних технологій формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному освітньому середовищі закладів вищої освіти. Актуальність дослідження зумовлена трансформаційними процесами в сучасній освіті, що пов'язані з цифровізацією, поширенням змішаного навчання та необхідністю забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу в умовах соціальних і професійних викликів. Зазначено, що професійна підготовка майбутніх педагогів потребує не лише формування фахових знань і педагогічних умінь, а й розвитку особистісних ресурсів, які забезпечують здатність ефективно адаптуватися до змін, долати стресові ситуації та підтримувати стабільність професійної діяльності.

У статті здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до трактування поняття «резильєнтність», визначено її роль у структурі професійної компетентності майбутнього педагога та обґрунтовано потенціал змішаного освітнього середовища для розвитку адаптивних, регулятивних і рефлексивних механізмів особистості. Охарактеризовано можливості сучасних педагогічних технологій, спрямованих на розвиток саморегуляції, автономності навчання, емоційної стійкості та здатності до конструктивної взаємодії у професійній діяльності.

Особливу увагу приділено визначенню організаційно-методичних умов формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному освітньому середовищі. Підкреслено значення педагогічно організованої освітньої взаємодії, використання цифрових інструментів навчання, рефлексивних практик і технологій підтримки психологічного благополуччя здобувачів освіти. Доведено, що інтеграція відповідних педагогічних технологій у процес професійної підготовки сприяє формуванню стійкості до стресових впливів, розвитку адаптивних стратегій поведінки та підвищенню готовності майбутніх педагогів до професійної діяльності в умовах невизначеності.

Ключові слова: резильєнтність, майбутні педагоги, змішане навчання, педагогічні технології, змішане освітнє середовище, професійна підготовка, психологічна стійкість, саморегуляція, адаптивність, цифрове освітнє середовище.

YALOZA Oleh –

PhD Student of Pedagogy and Educational Management Department,

Uman National University

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2519-6212>

e-mail: oleh.yaloza@udpu.edu.ua

EDUCATIONAL TECHNOLOGIES FOR DEVELOPING RESILIENCE IN FUTURE TEACHERS IN A MIXED EDUCATIONAL ENVIRONMENT

The article is devoted to the analysis of pedagogical technologies for developing resilience in future teachers in a blended learning environment in higher education institutions. The relevance of the study is determined by the transformational processes in modern education

associated with digitalization, the spread of blended learning, and the need to ensure the psychological resilience of participants in the educational process in the face of social and professional challenges. It is noted that the professional training of future teachers requires not only the formation of professional knowledge and pedagogical skills, but also the development of personal resources that ensure the ability to effectively adapt to changes, overcome stressful situations, and maintain the stability of professional activity.

The article provides a theoretical analysis of scientific approaches to interpreting the concept of "resilience," defines its role in the structure of professional competence of future teachers, and substantiates the potential of a blended learning environment for the development of adaptive, regulatory, and reflective mechanisms of personality. It characterizes the possibilities of modern pedagogical technologies aimed at developing self-regulation, autonomy of learning, emotional stability, and the ability to constructively interact in professional activities.

Particular attention is paid to determining the organizational and methodological conditions for building resilience in future teachers in a blended learning environment. The importance of pedagogically organized educational interaction, the use of digital learning tools, reflective practices, and technologies to support the psychological well-being of learners is emphasized. It has been proven that the integration of appropriate pedagogical technologies into the professional training process contributes to the formation of resistance to stress, the development of adaptive behavior strategies, and an increase in the readiness of future teachers for professional activity in conditions of uncertainty.

Key words: resilience, future teachers, blended learning, pedagogical technologies, blended learning environment, professional training, psychological stability, self-regulation, adaptability, digital learning environment.

Постановка та обґрунтування актуальності проблеми. Сучасний освітній простір України зазнає глибоких трансформацій, зумовлених соціальними, технологічними та геополітичними викликами. Пандемія COVID-19 і повномасштабне вторгнення російської федерації прискорили цифровізацію освіти та перехід закладів вищої освіти до гнучких форматів організації освітнього процесу. У цих умовах особливої ваги набуло змішане навчання (blended learning) як інтегрована модель поєднання аудиторної та дистанційної форм із використанням цифрових ресурсів і платформ управління навчанням [7].

Змішане навчання постає не лише як відповідь на кризові обставини, а як стратегічний напрям модернізації освітнього процесу, що забезпечує гнучкість, індивідуалізацію та розширення можливостей педагогічної взаємодії [7]. За таких умов надзвичайної ваги набуває проблема формування резильєнтності – здатності особистості ефективно адаптуватися до змін і долати стресові ситуації [1].

Особливої значущості ця проблема набуває у підготовці майбутніх педагогів, професійна діяльність яких передбачає емоційну стійкість, регулятивну спроможність і відповідальність за створення безпечного освітнього середовища [2]. У цьому контексті резильєнтність постає не лише як індивідуальна риса, а як складова професійної компетентності [1].

Нормативні засади організації освітнього процесу визначено у Законі України «Про освіту» [4] та Законі України «Про вищу освіту» [3], які передбачають використання різних форм і технологій навчання, зокрема дистанційних і змішаних. Таке підґрунтя створює умови для впровадження педагогічних стратегій, спрямованих на розвиток адаптивних якостей здобувачів освіти. Водночас питання механізмів педагогічного впливу на розвиток структурних компонентів резильєнтності в умовах змішаного навчання залишається дискусійним і потребує теоретичного уточнення.

Попри наявність досліджень, присвячених психологічній стійкості та професійному благополуччю педагогів [1; 2; 8], проблема цілеспрямованого формування резильєнтності засобами педагогічних технологій у змішаному освітньому середовищі залишається недостатньо розробленою. Актуальність дослідження зумовлена потребою теоретичного обґрунтування й практичного забезпечення цього процесу як умови професійної готовності майбутніх педагогів до діяльності в умовах невизначеності та кризових трансформацій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблему формування резильєнтності особистості активно досліджують українські науковці, зокрема В. Бойко, В. Галузьяк, Л. Іщенко, Н. Кравчук та інші, які розглядають її як інтегративну характеристику особистості, що забезпечує здатність до подолання стресових ситуацій, збереження психологічної рівноваги та ефективної професійної діяльності [1; 8]. Розвиток резильєнтності в умовах воєнного стану став предметом наукового пошуку Л. Мешко, О. Мешко та інших, які акцентують увагу на значенні психологічної стійкості педагогів і здобувачів освіти в ситуації тривалого стресу, соціальної нестабільності та освітніх трансформацій [2]. Питання професійної підготовки майбутніх педагогів в аспекті розвитку їхньої адаптивності, емоційної стійкості та здатності до саморегуляції висвітлюються у працях сучасних учених А. Базиленко, І. Куценко, І. Марчук та інших, які розглядають резильєнтність як складову професійної готовності та чинник профілактики емоційного вигорання [6]. Проблему організації змішаного навчання в закладах вищої освіти досліджували О. Бересток, М. Пуховський, А. Солдчук та інші науковці, які визначають змішане навчання як інтегровану модель поєднання очного й дистанційного форматів із використанням цифрових освітніх технологій [7].

Аналіз наукових джерел засвідчує, що, попри значний інтерес дослідників до феномену резильєнтності та активну розробку теоретико-методичних засад змішаного навчання як інноваційної освітньої моделі, проблема їх інтеграції в контексті професійної підготовки майбутніх педагогів залишається недостатньо систематизованою. У більшості праць увага зосереджується або на психологічних аспектах резильєнтності, або на організаційно-технологічних характеристиках blended learning. Водночас педагогічні механізми цілеспрямованого формування резильєнтності в умовах поєднання очного й цифрового компонентів навчання, а також відповідні педагогічні умови, критерії та методичний інструментарій забезпечення цього процесу розроблено фрагментарно. Це зумовлює необхідність аргументації системного педагогічного підходу до поєднання зазначених напрямів.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності педагогічних технологій формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному освітньому середовищі.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасних педагогічних і психологічних дослідженнях резильєнтність інтерпретується як інтегративна

особистісно-професійна якість, що забезпечує здатність майбутнього педагога до конструктивної адаптації в умовах невизначеності, стресогенних впливів і професійних викликів [1; 8]. Вона розглядається не лише як характеристика психологічної стійкості, а як система внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості, що включає мотиваційний потенціал, соціальну компетентність, емоційну саморегуляцію, оптимізм і здатність до мобілізації адаптивних стратегій поведінки. У працях Галузяк В. та Бойко В. резильєнтність окреслюється як динамічний процес активізації особистісних ресурсів у ситуаціях труднощів, що набуває особливої значущості у професійній підготовці майбутніх учителів [1].

Підкреслюється, що резильєнтність у контексті професійної підготовки майбутніх учителів виступає одночасно як властивість, процес і результат професійного становлення. Вона формується в процесі взаємодії здобувача вищої освіти з освітнім, соціальним і професійним середовищем, що вимагає розвитку адаптивних стратегій поведінки, умінь вирішувати проблеми, управляти часом і балансувати між навчанням та особистим життям [1].

У сучасних українських дослідженнях резильєнтність майбутніх педагогів розглядається також у контексті воєнного стану як чинник стійкості до екстремальних ситуацій. Зокрема, Л. Мешко та О. Мешко підкреслюють важливість одночасного розвитку резильєнтності і стресостійкості, що виявляється через формування навичок конструктивної взаємодії, технік емоційної саморегуляції, позитивного мислення та технологій лайф-менеджменту в освітньому процесі майбутніх педагогів в умовах кризових викликів сучасності [2].

Результати сучасних досліджень також підтверджують, що резильєнтність має важливе значення для запобігання професійному вигоранню педагогів, що є особливо актуальним у дистанційних умовах навчання, коли стресові фактори можуть загострюватися через ізоляцію та високі вимоги до саморегуляції [6].

У межах теоретичного осмислення феномену резильєнтності її структуру доцільно розглядати через сукупність взаємопов'язаних компонентів – емоційного, когнітивного, поведінкового та рефлексивного, які забезпечують цілісну здатність особистості конструктивно реагувати на труднощі та відновлювати внутрішню рівновагу після стресових впливів. Емоційний компонент охоплює механізми саморегуляції та збереження психологічної стабільності; когнітивний – гнучкість мислення, здатність до аналізу ситуації й прийняття виважених рішень; поведінковий – активні стратегії подолання труднощів і відповідальне реагування на зміни; а рефлексивний – осмислення власного досвіду та спрямованість на професійний саморозвиток. Запропонована структурна модель резильєнтності, що ґрунтується на узагальненні психологічних і педагогічних підходів до її розуміння як динамічної системи особистісних ресурсів і адаптивних стратегій професійної поведінки, виступає методологічною основою для проєктування педагогічних технологій її цілеспрямованого формування.

У контексті дослідження змішане навчання розглядається як освітнє середовище, що актуалізує механізми автономії, саморегуляції та адаптивної поведінки здобувачів освіти. Поєднання аудиторної та

дистанційної взаємодії створює умови для розвитку відповідальності за власну навчальну діяльність, гнучкого реагування на зміни освітніх умов і активізації рефлексивних процесів. Отже, резильєнтність майбутніх педагогів постає як багатовимірне утворення, що формується у взаємодії особистісних ресурсів і педагогічно організованого освітнього середовища.

У сучасних умовах розвитку освітньої системи України дедалі частіше підкреслюється необхідність упровадження таких педагогічних технологій, які не лише передбачають опанування здобувачами вищої освіти професійних знань і умінь, але й сприяють розвитку їхніх психологічних і адаптивних ресурсів. Особливо це важливо для майбутніх педагогів, професійна діяльність яких є безпосередньо пов'язана з роботою в умовах підвищеної невизначеності, стресогенних чинників та динамічних змін у соціальному й освітньому середовищі. Саме тому предметом сучасних досліджень стає інтеграція педагогічних технологій, спрямованих на формування резильєнтності, у структуру змішаного освітнього процесу, що поєднує традиційні й цифрові компоненти освітньої діяльності.

Педагогічні технології з позицій професійної підготовки несуть системоутворюючу функцію, оскільки вони визначають спосіб організації взаємодії викладача й здобувача освіти, спрямований на досягнення визначених цілей навчання. У контексті формування резильєнтності таким цілям сприяють інтерактивні, диференційовані, діяльнісно-орієнтовані та рефлексивно-орієнтовані технології, що створюють умови для становлення здатності майбутніх педагогів гнучко реагувати на професійні виклики, приймати зважені рішення та ефективно мобілізувати власні ресурси.

Зокрема, інтерактивні технології, що включають проблемне навчання, роботу з кейсами, моделювання професійних ситуацій й імітаційні вправи, сприяють розвитку критичного мислення, високого рівня професійної рефлексії та адаптивних способів діяльності. Застосування кейс-методів дозволяє майбутнім педагогам аналізувати реальні або близькі до практичних педагогічні ситуації, передбачати наслідки певних рішень і вибудовувати алгоритми професійної поведінки в умовах змін, що, у свою чергу, позитивно корелює з компонентами резильєнтності [8].

У змішаному освітньому середовищі важливим є також використання діяльнісно-орієнтованих технологій, які передбачають активну участь здобувачів вищої освіти у проєктній діяльності, групових дослідженнях, реалізації освітніх продуктів. Подібні технології формують уміння ефективно планувати діяльність, розподіляти ресурси, комунікувати в команді та відповідально брати на себе зобов'язання – аспекти, що входять до структури резильєнтної поведінки майбутнього педагога.

Важливою складовою формування резильєнтності є рефлексивні педагогічні технології, що дозволяють здобувачам освіти здійснювати самоаналіз власної діяльності, оцінювати результати, виявляти труднощі, передбачати шляхи їх подолання та визначати власні освітні стратегії. До таких технологій належать ведення навчального портфоліо, академічні щоденники рефлексії, групові рефлексивні обговорення та фасилітація обміну досвідом у

студенських колективах. Дослідження останніх років вказують на те, що саме рефлексія є одним із ключових механізмів, що забезпечують розвиток резильєнтності, оскільки вона сприяє усвідомленню навчального досвіду та здатності перетворювати складнощі на ресурси професійного зростання [1].

У контексті змішаного навчання особливе значення має інтеграція цифрових технологій як засобів навчання і підтримки. Сучасні LMS-платформи, онлайн-форуми, електронні тренажери, сервіси зворотного зв'язку та цифрові освітні ресурси не лише розширюють доступ до матеріалів і можливостей співпраці, але й стимулюють самостійність, відповідальність за результати, навички самоорганізації й планування, що є важливими чинниками розвитку резильєнтності [7]. Завдяки гнучкості змішаного формату студенти можуть самостійно будувати власний освітній маршрут, обираючи темпи та засоби опанування матеріалу, що сприяє зміцненню адаптивних стратегій.

Не менш важливим є застосування соціально-педагогічних технологій підтримки, що включають тьюторський супровід, менторинг, групову взаємодію та створення безпечного психологічного середовища. Підтримка з боку викладача та одногрупників, своєчасний зворотний зв'язок й розуміння особистісних потреб здобувачів освіти виступають критичними чинниками, які сприяють розвитку соціальної компетентності, емоційної стабільності й здатності долати труднощі [2]. Саме соціальна підтримка посилює відчуття спільності та приналежності до професійного середовища, що разом із цифровою гнучкістю *blended learning* створює середовище для формування психологічної стійкості.

Системне застосування зазначених педагогічних технологій у змішаному навчанні може бути організоване за чітко визначеними педагогічними принципами: цілісності, інтеграції, поступовості, рефлексивної спрямованості та підтримки автономії здобувачів освіти. Ці засади створюють середовище, у якому майбутні педагоги не лише здобувають професійні знання, але й формують здатність до ефективної адаптації в умовах невизначеності, збереження внутрішнього ресурсу та мобілізації власних можливостей перед професійними викликами.

Кожна з означених педагогічних технологій корелює з певними компонентами структури резильєнтності. Так, інтерактивні та кейс-технології переважно спрямовані на розвиток когнітивного компонента через формування гнучкості мислення та здатності до прийняття рішень; діяльнісно-орієнтовані технології посилюють поведінковий компонент, забезпечуючи формування активної стратегії подолання труднощів; рефлексивні практики безпосередньо впливають на розвиток рефлексивного компонента; цифрові інструменти та автономне планування навчання сприяють зміцненню емоційної саморегуляції й навичок самоменеджменту. Таким чином, інтеграція зазначених технологій забезпечує комплексний розвиток усіх структурних складників резильєнтності.

Наукова новизна запропонованого підходу полягає у структурно-компонентній інтеграції педагогічних технологій у змішаному освітньому середовищі, що дозволяє розглядати формування резильєнтності не як побічний ефект освітнього

процесу, а як цілеспрямований результат спеціально організованої педагогічної взаємодії.

Отже, зазначені технології слід вивчати як багатовимірну систему, що включає інтерактивні, діяльнісні, рефлексивні, цифрові й соціально-педагогічні підходи. Їхня інтеграція у змішане освітнє середовище створює передумови для поступового формування адаптивних і регулятивних механізмів, що забезпечують психологічну стійкість, професійну готовність і здатність ефективно діяти в умовах сучасних освітніх викликів.

Ефективність формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному навчанні визначається не лише добром педагогічних технологій, але й створенням цілісної системи організаційно-методичних умов, які забезпечують інтеграцію психолого-педагогічних, цифрових та соціальних компонентів освітнього процесу. В умовах сучасної трансформації вищої освіти особливої ваги набуває створення системи організаційно-методичних умов формування резильєнтності майбутніх педагогів.

Під організаційно-методичними умовами розуміємо сукупність цілеспрямовано створених педагогічних, психологічних та цифрових факторів освітнього середовища, що забезпечують системний розвиток адаптивних, регулятивних і рефлексивних механізмів особистості в процесі професійної підготовки [8].

Нормативно-правове підґрунтя формування резильєнтності у здобувачів вищої освіти визначається низкою стратегічних документів. Зокрема, у Законі України «Про освіту» наголошується на необхідності забезпечення всебічного розвитку особистості, формування компетентностей, здатності до саморозвитку та відповідального прийняття рішень, що безпосередньо корелює зі структурними компонентами резильєнтності [4]. У Законі України «Про вищу освіту» підкреслюється автономія закладів освіти та орієнтація на студентоцентризований підхід, що створює передумови для індивідуалізації освітніх траєкторій і розвитку адаптивності майбутніх фахівців [3].

Важливим стратегічним орієнтиром розвитку сучасної освіти є державна освітня політика України, спрямована на формування гнучкої, стійкої та інноваційної системи вищої освіти, здатної реагувати на кризові виклики, забезпечувати цифрову трансформацію та підтримку учасників освітнього процесу [4]. У контексті воєнного стану особливої ваги набувають рекомендації Міністерство освіти і науки України щодо організації змішаного та дистанційного навчання, які акцентують увагу на безпечному освітньому середовищі, гнучкості освітнього процесу та психологічній підтримці здобувачів вищої освіти [5].

Аналіз нормативної бази дозволяє визначити першу організаційно-методичну умову – створення безпечного та психологічно підтримувального освітнього середовища. Дослідження 2024–2025 років засвідчують, що саме відчуття психологічної безпеки, довіри та підтримки є базовим чинником розвитку резильєнтності студентської молоді [2]. У змішаному навчанні це передбачає поєднання онлайн- та офлайн-комунікації, регулярний зворотний зв'язок, тьюторський супровід і фасилітацію рефлексивних практик.

Другою умовою виступає інтеграція цифрових ресурсів як інструментів розвитку автономії та

саморегуляції. Змішане навчання передбачає використання LMS-платформ, інтерактивних сервісів, електронних курсів та цифрових інструментів оцінювання. За даними сучасних досліджень, саме автономність у плануванні освітньої діяльності, розвиток навичок тайм-менеджменту та самоконтролю в цифровому середовищі сприяють зміцненню адаптивності та емоційної стійкості майбутніх педагогів [7]. Таким чином, цифрове середовище виконує не лише інформаційну, а й розвивальну функцію.

Третьою умовою є систематичне впровадження рефлексивно-орієнтованих методик в освітній процес. Рефлексія виступає механізмом осмислення досвіду, переоцінки труднощів і трансформації негативних переживань у ресурс професійного зростання. Сучасні психологічні дослідження доводять, що розвиток метакогнітивних навичок і емоційної саморегуляції безпосередньо впливає на рівень резильєнтності здобувачів освіти [6]. Організаційно це реалізується через портфоліо, рефлексивні щоденники, аналіз педагогічних ситуацій та групові дискусії.

Четвертою умовою слід визначити міждисциплінарну інтеграцію змісту підготовки, яка дозволяє формувати цілісне бачення професійної діяльності та розширювати спектр адаптивних стратегій. Інтеграція психолого-педагогічних, методичних і цифрових компонентів забезпечує формування гнучкого мислення та готовності діяти в умовах невизначеності.

П'ятою умовою є підготовка викладачів до фасилітації процесу формування резильєнтності. Роль викладача в змішаному навчанні трансформується: він виступає не лише носієм знань, а й ментором, консультантом, координатором освітнього процесу. Його професійна готовність до підтримки у кризових умовах прямо впливає на ефективність розвитку їхньої стійкості [1].

Отже, організаційно-методичні умови формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному навчанні мають системний характер і включають: забезпечення психологічної безпеки, інтеграцію цифрових інструментів, розвиток рефлексії, міждисциплінарність змісту та підготовку викладачів до підтримувальної взаємодії. Їх комплексна реалізація створює цілісне освітнє середовище, у якому формування резильєнтності стає не епізодичним результатом, а закономірним наслідком організації професійної підготовки.

Запропонований дизайн експериментального дослідження спрямований на перевірку ефективності педагогічних технологій формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному освітньому середовищі закладу вищої освіти. Його проєктування ґрунтується на сучасних теоретичних положеннях щодо структури резильєнтності як інтегративної особистісно-професійної якості, що включає емоційний, когнітивний, поведінковий та рефлексивний компоненти [1], а також на результатах досліджень, у яких підкреслюється значення змішаного навчання для розвитку адаптивності, автономії та саморегуляції здобувачів освіти [7].

Метою експерименту є теоретичне обґрунтування, розроблення та емпірична перевірка ефективності комплексу педагогічних технологій формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному навчанні. Досягнення поставленої мети передбачає розв'язання таких завдань: визначення

вихідного рівня сформованості резильєнтності здобувачів педагогічних спеціальностей; уточнення критеріїв, показників і рівнів її сформованості; розроблення та впровадження системи педагогічних впливів у межах формувального етапу; здійснення порівняльного аналізу результатів експериментальної та контрольної груп; статистичну перевірку достовірності отриманих змін.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що рівень сформованості резильєнтності майбутніх педагогів суттєво підвищиться за умови системного впровадження у змішаному освітньому середовищі інтерактивних, діяльнісно-орієнтованих, рефлексивних, цифрових і соціально-педагогічних технологій, які забезпечують психологічно безпечний освітній простір, розвиток навичок саморегуляції, автономії та рефлексії, а також педагогічну підтримку й менторський супровід [2].

У дослідженні планується участь 80–90 здобувачів вищої освіти педагогічних спеціальностей (2–3 курс бакалаврату), які навчаються в умовах змішаного формату організації освітнього процесу. Передбачається формування експериментальної та контрольної груп, еквівалентних за основними соціально-демографічними та академічними показниками. В експериментальній групі реалізуватиметься розроблений комплекс педагогічних технологій формування резильєнтності, тоді як у контрольній групі навчання здійснюватиметься відповідно до чинної освітньої програми без спеціально організованого формувального впливу.

Відповідно до структури феномену резильєнтності визначено критерії та показники її сформованості. *Емоційний критерій* охоплює здатність до саморегуляції, емоційної стабільності та зниження рівня тривожності; *когнітивний* – гнучкість мислення, конструктивне осмислення складних ситуацій і прийняття зважених рішень; *поведінковий* – активність у подоланні труднощів, відповідальність і навички самоменеджменту; *рефлексивний* – здатність до самоаналізу, усвідомлення власних ресурсів та готовність до професійного саморозвитку [1; 6]. За кожним критерієм передбачається визначення трьох рівнів сформованості – низького, середнього та високого.

Для діагностики рівня резильєнтності планується використання комплексу валідизованих психодіагностичних методик, зокрема шкали резильєнтності Коннора–Девідсона (CD-RISC), шкали резильєнтності Вагнілд–Янг, опитувальника стратегій подолання стресу (COPE), а також методик визначення рівня рефлексивності. З метою врахування специфіки змішаного навчання передбачається застосування авторської анкети, спрямованої на виявлення особливостей навчальної автономії, цифрової саморегуляції та сприйняття педагогічної підтримки. Комплексний характер діагностики дозволить отримати кількісні та якісні дані, що відображають багатовимірну структуру досліджуваного феномену.

Експеримент передбачає три послідовні етапи. На констатувальному етапі здійснюватиметься первинна діагностика рівня сформованості резильєнтності в експериментальній та контрольній групах, аналіз однорідності вибірки та визначення вихідних показників. Формувальний етап передбачає впровадження комплексу педагогічних технологій,

що включають кейс-метод, проєктну діяльність, моделювання професійних ситуацій, ведення рефлексивних щоденників, використання цифрових платформ LMS, фасилітацію групової взаємодії та менторський супровід студентів. Контрольний етап спрямований на повторну діагностику показників резильєнтності, порівняльний аналіз динаміки результатів у двох групах та інтерпретацію отриманих змін.

Для забезпечення об'єктивності та достовірності результатів планується застосування методів математичної статистики, зокрема обчислення середніх значень і стандартних відхилень, перевірка нормальності розподілу даних, використання t-критерію Стюдента для незалежних і залежних вибірок або непараметричних критеріїв (Манна-Вітні) у разі необхідності, а також кореляційного аналізу для встановлення взаємозв'язків між показниками. Оцінювання величини ефекту (Cohen's d) дозволить визначити практичну значущість отриманих змін. Запропонована методика може бути адаптована до різних освітніх програм педагогічного спрямування та використана як модель інтеграції психологічного й педагогічного компонентів у змішаному форматі підготовки.

Отже, запропонований дизайн експериментального дослідження забезпечує системну перевірку ефективності педагогічних технологій формування резильєнтності майбутніх педагогів у змішаному освітньому середовищі та створює методологічні підстави для подальшого впровадження обґрунтованих педагогічних рішень у систему професійної підготовки.

Висновки та перспективи подальших розвідок напруму. У результаті теоретичного аналізу наукових джерел і нормативної бази встановлено, що формування резильєнтності майбутніх педагогів є особливо актуальним в умовах змішаного освітнього середовища, зумовленого цифровізацією та суспільними викликами. Резильєнтність визначено як інтегративну особистісно-професійну якість, що охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий і рефлексивний компоненти та забезпечує здатність до адаптації, подолання стресу й професійної стабільності.

Обґрунтовано потенціал змішаного навчання для розвитку автономії, саморегуляції, гнучкого мислення й відповідальності здобувачів освіти. Визначено критерії та показники сформованості резильєнтності, запропоновано систему педагогічних технологій і дизайн експериментального дослідження, що забезпечує об'єктивну перевірку їх ефективності.

Передбачається підтвердження доцільності інтеграції педагогічних технологій формування резильєнтності в систему професійної підготовки майбутніх учителів. Практичне значення полягає у можливості використання розроблених підходів у модернізації освітніх програм і підвищенні кваліфікації викладачів.

Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на експериментальну перевірку ефективності педагогічних умов формування резильєнтності в системі професійної підготовки майбутніх педагогів.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Галузяк В., Бойко В. Формування резильєнтності майбутніх учителів як предмет досліджень у зарубіжній психології. *Наукові записки ВДПУ ім. М. Коцюбинського*. Серія: Педагогіка і психологія. 2023. Вип. 75. С. 103–113.

2. Мешко Г., Мешко О. Розвиток резильєнтності майбутніх педагогів як способу подолання життєвих і професійних труднощів в умовах воєнного стану. *Матеріали V Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки»*. Тернопіль, 15–16 квітня 2025 р. 2025. С. 32–34.

3. Про вищу освіту: Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/ed20140701> (дата звернення: 22.02.2026).

4. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19/ed20221027> (дата звернення: 22.02.2026).

5. Типове положення про дистанційну форму здобуття вищої освіти. URL: <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/Tipove-polozhennya-pro-distantsijnu-formu-zdobuttya-vishhoyi-osviti.pdf> (дата звернення: 24.02.2026).

6. Bazilenko A., Kushchenko I., Marchuk I. Resilience as Prevention of Emotional Burnout Among Teachers in Distance Learning Conditions. *Bulletin of Kharkiv National University of Internal Affairs*. 2025. Vol. 110 No. 3. P. 236–251.

7. Berestok O. Blended Learning in Higher Educational Establishments in Ukraine in the Context of War. *Engineering and Educational Technologies*. 2025. Vol. 13 No. 1. P. 23–32.

8. Ishchenko L., Kravchuk N. Development of resilience in future specialists of preschool education in the process of professional training. *Modern Engineering and Innovative Technologies*. 2024. No. 33-03. P. 37–44.

REFERENCES

1. Haluziak, V., & Boiko, V. (2023). Formuvannya rezylentnosti maibutnix uchyteliv yak predmet doslidzhen u zarubizhnii psykholohii [The development of resilience in future teachers as a subject of research in foreign psychology]. *Scientific Notes of the M. Kotsyubinsky VDP*. Series: Pedagogy and Psychology. Vyp.75. S. 103–113. [in Ukrainian]

2. Meshko, H., & Meshko, O. (2025). Rozvytok zhytievkykh i profesiynykh trudnoshchiv v umovakh voiennoho stanu [Development of resilience of future teachers as a way to overcome life and professional difficulties under martial law]. In *Materialy V Mizhnarodnoi naukovoї konferentsii «Voєnni konflikty ta tekhnohenni katastrofy: istorychni ta psykholohichni naslidky»*. Ternopil, April 15–16. S. 32–34. [in Ukrainian]

3. Verkhovna Rada of Ukraine. (2014, July 1). Pro vyshchu osvitu [On higher education] (Law No. 1556-VII). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/ed20140701>

4. Verkhovna Rada of Ukraine. (2017, September 5). Pro osvitu [On education] (Law No. 2145-VIII). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19/ed20221027>

5. Typove polozhennia pro dystantsijnu formu zdobuttya vyshchoї osvity [Standard regulation on the distance form of higher education]. URL: <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/Tipove-polozhennya-pro-distantsijnu-formu-zdobuttya-vishhoyi-osviti.pdf> [in Ukrainian]

6. Bazilenko, A., Kushchenko, I., & Marchuk, I. (2025). Resilience as prevention of emotional burnout among teachers in distance learning conditions. *Bulletin of Kharkiv National University of Internal Affairs*. Vol. 110(3). P. 236–25. [in English]

7. Berestok, O. (2025). Blended learning in higher educational establishments in Ukraine in the context of war. *Engineering and Educational Technologies*. 13(1). P. 23–32. [in English]

8. Ishchenko, L., & Kravchuk, N. (2024). Development of resilience in future specialists of preschool education in the process of professional training. *Modern Engineering and Innovative Technologies*. 33(03). P. 37–44. [in English]

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

ЯЛОЗА Олег – аспірант кафедри педагогіки та освітнього менеджменту Уманського національного університету.

Наукові інтереси: професійна підготовка майбутніх фахівців.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

YALOZA Oleh – PhD Student of Pedagogy and Educational Management Department Uman National University.

Scientific interests: professional training of future specialists.

Стаття надійшла до редакції 06.03.2026 р.

Стаття прийнята до друку 18.03.2026 р.