

1. «Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати?». Довідник для широкого кола фахівців. Загальна редакція Возніцина К., Литвиненко Л., Друге видання, доповнене. Київ. 2023. 164с.

2. Senovska N. Nestaiko I. Psychoanalysis andpatriotic educationin modern Ukrainian pedagogy. *Modern approach estoensuring sustainable development*. Editedby Valentyna Smachyloand Oleksandr Nestorenko. The University of Technology in Katowice Press, 2023. С. 469–477. URL : <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/31463>

Мирослава Вінничук

здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти

спеціальності «Психологія»,

Тернопільський національний педагогічний

університет імені Володимира Гнатюка,

м. Тернопіль, Україна

myroslava.vinnychuk@tnpu.edu.ua

Людмила Несух

кандидат історичних наук, старший викладач,

Східно-європейський слов'янський університет

м. Ужгород, Україна

ПСИХОЛОГІЧНИЙ КАПІТАЛ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

Професійна діяльність педагога потребує не лише високої фахової підготовки, а й особистісної зрілості, психологічної гнучкості та внутрішніх ресурсів для подолання викликів освітнього середовища. Завершальний етап навчання у ЗВО виступає критичним періодом для формування професійної ідентичності майбутнього педагога, часто супроводжуючись підвищеним рівнем стресу, невизначеністю та адаптаційними труднощами.

У сучасних умовах війни в Україні особливої уваги потребує вивчення

внутрішніх психологічних ресурсів студентської молоді, здатних підтримувати адаптацію до зміненого освітнього та соціального середовища. Як зазначає О. Прокопенко, військові дії спричиняють хронічний стрес, тривожність та відчуття небезпеки, що негативно впливають на емоційний стан студентів і їхню здатність до навчання та соціальної взаємодії. Зміни в соціальному оточенні, втрата близьких, порушення життєвих планів можуть призводити до почуття ізоляції, а нестабільність — до зниження навчальної мотивації. Попри ці виклики, вища освіта залишається важливою сферою самореалізації, розвитку й соціалізації, проте ефективність її функціонування в умовах війни залежить від здатності студентів зберігати внутрішню стійкість і мотивацію [2]. У цьому контексті вивчення таких особистісних ресурсів, як психологічний капітал, набуває особливої актуальності.

Психологічний капітал є важливим конструктом позитивної психології, що відображає сукупність внутрішніх ресурсів особистості, які сприяють її життєвій ефективності, адаптивності та зростанню в умовах змін і викликів. Він складається з чотирьох взаємопов'язаних компонентів: самоефективності, надії, оптимізму та резильєнтності. Самоефективність у цьому контексті розуміється як впевненість особистості у своїй здатності мобілізувати внутрішні ресурси, діяти цілеспрямовано та ефективно виконувати завдання навіть у складних умовах. Вона має соціально-когнітивне підґрунтя і виступає регулятором поведінки через механізм очікування успіху. Надія відображає мотиваційний стан, в якому поєднуються сила волі (енергія досягнення) та здатність генерувати альтернативні шляхи до цілі, особливо в умовах перешкод. Це не пасивне очікування, а активна стратегія подолання труднощів. Оптимізм у межах психологічного капіталу трактується не просто як позитивне мислення, а як атрибутивний стиль, за якого успіхи інтерпретуються як стабільні й контрольовані, а невдачі — як тимчасові та підвладні зміні. Такий стиль мислення підтримує наполегливість і психологічну стійкість. Резильєнтність (стійкість) означає не тільки здатність оговтуватися після стресу чи невдач, а й потенціал зростати завдяки пережитому досвіду. Це активний процес пристосування до

складних умов, що включає волю до виходу за межі комфорту, вміння зберігати рівновагу і конструктивно реагувати на зміни [1, 4].

У сукупності ці чотири складники утворюють динамічну структуру, що впливає на продуктивність, психоемоційне благополуччя та професійне становлення особистості. Психологічний капітал розглядається як пластичний ресурс, що піддається розвитку через психопедагогічні втручання, рефлексію та навчання.

Ф. Лютанс зіграв важливу роль у розробці та розширенні концепції психологічного капіталу, головним чином, в рамках організаційних умов. Хоч сам автор не торкався академічної сфери, інші дослідники подолали цю прогалину, підтвердивши актуальність конструкції в обох областях. Така інформація міститься в систематичному огляді літератури, що охоплює 43 емпіричні дослідження, які вивчають взаємозв'язок між психологічним капіталом та академічними результатами студентів університетів у період з 2012 по 2022 рік. Аналіз показав, що психологічний капітал позитивно корелює з академічною успішністю, залученістю до навчання, адаптацією до освітнього середовища, внутрішньою мотивацією та зниженням рівня академічного вигорання. Ці результати підтверджують, що психологічний капітал є важливим предиктором академічних досягнень студентів [2].

Розвиток психологічного капіталу у студентів університетів залежить від особистісних та соціальних чинників, таких як самооцінка, мотивація, вдячність, підтримка з боку сім'ї та взаємини з однолітками. Це сприяє формуванню самоефективності, надії, оптимізму та резильєнтності, які, у свою чергу, позитивно впливають на академічні результати. Таким чином, освітнє середовище відіграє ключову роль у розвитку психологічного капіталу студентів [2].

З метою виявлення рівня психологічного капіталу у сучасних студентів було використано методику «Шкала психологічного капіталу в академічному контексті (ПсиКап-12С)» (адаптація В. Олефіра, В. Боснюка) [1]. У дослідженні взяли участь 188 студентів 4-го курсу педагогічних спеціальностей

Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка та Львівського національного університету імені Івана Франка.

Загальний індекс психологічного капіталу склав 41,9 бала в межах можливої шкали від 12 до 60, що свідчить про рівень вище середнього та наявність достатнього ресурсу для професійного функціонування. Детальніший аналіз окремих компонентів дозволяє виявити важливі особливості (рис.1).

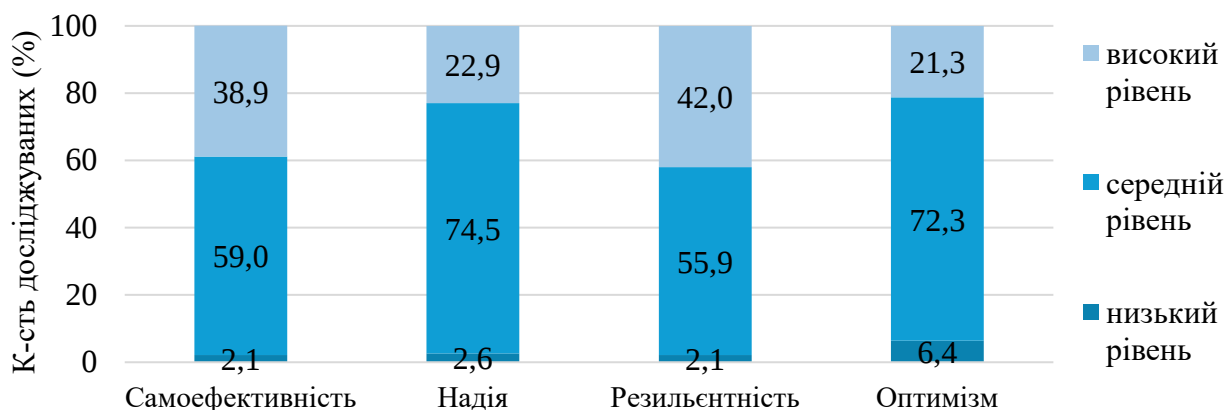


Рис. 1 Розподіл парціальних показників психологічного капіталу майбутніх педагогів за рівнями (n=188)

Найбільша частка високого рівня спостерігається за шкалами «Резильєнтність» (42%) та «Самоефективність» (38,9%), що свідчить про виражену здатність студентів долати труднощі, адаптуватися до змін і зберігати впевненість у власних силах. Вони демонструють потенціал до зростання через труднощі, здатні мобілізувати свої внутрішні та зовнішні ресурси для досягнення поставлених цілей.

У компонентах «Надія» та «Оптимізм» домінує середній рівень, що вказує на наявність загального позитивного настрою та віри в досяжність цілей, але також — на можливу вразливість до сильних стресорів або ситуацій невизначеності. Майбутні педагоги схильні тлумачити труднощі як тимчасові та доланні, однак не всі ще сформували стійке відчуття контролю над майбутнім. Низькі рівні за всіма шкалами трапляються рідко.

Отже, у результаті теоретичного аналізу встановлено, що психологічний капітал — як сукупність внутрішніх ресурсів особистості (самоефективності, надії, оптимізму та резильєнтності) — виступає важливим чинником

професійного становлення майбутніх педагогів, особливо в умовах підвищеного стресу, невизначеності та соціальних трансформацій. Дані емпіричного дослідження засвідчили, що більшість з них мають середній і високий рівень психологічного капіталу, що свідчить про достатній потенціал до адаптації, самореалізації та ефективного професійного становлення, зокрема завдяки вираженій резильєнтності та самоефективності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Олефір В. О., Боснюк В. Ф. Адаптація шкали психологічного капіталу (ПсиКап-12С). *Insight: the psychological dimensions of society*. 2023. № 9. С. 50–71. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2663-970x/2023-9-4>
2. Прокопенко О. А. Емоційне виснаження студентів та втома під час війни. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: педагогіка*. 2025. № 7. URL: <https://doi.org/10.54929/2786-9199-2025-7-10-01>
3. Li R., Che Hassan N., Saharuddin N. Psychological Capital Related to Academic Outcomes Among University Students: A Systematic Literature Review. *Psychology Research and Behavior Management*. 2023. Volume 16. P. 3739–3763. URL: <https://doi.org/10.2147/prbm.s421549>
4. Luthans F., Youssef-Morgan C. M. Psychological capital: an evidence-based positive approach. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*. 2017. Vol. 4, no. 1. P. 339–366. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113324>