

РІВНЕНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПРИРОДНИЧИЙ ФАКУЛЬТЕТ



У КОЛІ ОДНОДУМЦІВ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
II ВСЕУКРАЇНСЬКОГО ФОРУМУ АСПІРАНТІВ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ С4 (053) ПСИХОЛОГІЯ

РІВНЕ
12 ЛИСТОПАДА 2025

УДК 159.9+ 316.6

У колі однодумців: збірник матеріалів II Всеукраїнського форуму аспірантів спеціальності О4 (053) Психологія (12 листопада 2025 року, м. Рівне). Упоряд. Р. В. Павелків, Н.В.Корчакова. Рівне : РДГУ, 2025. 107 с.

Рекомендовано до випуску Вченою радою
Рівненського державного гуманітарного університету
(протокол № 13 від 18.12.2025 р.).

Матеріали подаються у авторській редакції. Редакційна колегія може не поділяти поглядів авторів. Відповідальність за зміст матеріалів, точність наведених фактів, цитат, посилань на джерела, достовірність інформації та дотримання норм авторського права несуть автори.

Ігор ПАНАЩУК

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
кафедри вікової та педагогічної психології
Рівненського державного гуманітарного університету
м. Рівне, Україна*

РОЛЬ ПРОФЕСІЙНОЇ РЕФЛЕКСІЇ У СТАНОВЛЕННІ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ПЕДАГОГА

Постановка проблеми. Сучасна педагогічна діяльність відбувається в умовах динамічних соціально-економічних трансформацій, цифровізації освіти, зростання психоемоційного навантаження на вчителів та учнів, а також посилення вимог до індивідуалізації навчального процесу. Відповідальність педагога вже не зводиться лише до формального виконання посадових інструкцій чи дотримання навчальних програм. Вона охоплює етичну, психологічну та соціальну складові: здатність передбачати довготривалі наслідки власних педагогічних рішень, адекватно реагувати на емоційні стани учнів, формувати в них саморегуляцію та моральні орієнтири.

Психологічна складова проблеми полягає в тому, що формування професійної відповідальності часто гальмується внутрішніми бар'єрами: когнітивними упередженнями (наприклад, ефектом фундаментальної атрибуції, коли педагог приписує невдачі учнів їхнім особистим якостям, а не ситуаційним факторам), емоційним вигоранням, захисними механізмами психіки (раціоналізацією, запереченням), а також недостатньою розвиненістю метакогнітивних навичок. Унаслідок цього педагог може діяти рутинно, не усвідомлюючи, як його поведінка впливає на психологічний клімат у класі, мотивацію учнів чи їхню самооцінку.

Професійна рефлексія постає як системний психологічний механізм, що дозволяє педагогу перейти від автоматичних реакцій до свідомого, відповідального вибору. Вона активізує процеси самоаналізу, критичного переосмислення досвіду та корекції професійної поведінки. Актуальність теми посилюється даними міжнародних досліджень (TALIS OECD, 2018), які свідчать про високий рівень стресу серед педагогів (до 60% повідомляють про емоційне виснаження) та низький рівень рефлексивної практики в системі професійного розвитку [6]. Без розвитку рефлексії відповідальність залишається зовнішньою, формальною, а не внутрішньо мотивованою та стійкою.

Метою дослідження є аналіз психологічних механізмів професійної рефлексії та її впливу на формування відповідальності педагога. Зокрема, розглядаються когнітивні, емоційні та мотиваційні аспекти рефлексії, що сприяють переходу від зовнішнього контролю до внутрішньої саморегуляції, а також емпіричні докази ефективності рефлексивних практик у педагогічній діяльності.

Виклад основного матеріалу. Професійна рефлексія визначається як систематичний процес самоаналізу, що включає оцінку власних переконань, емоцій, дій та їхніх наслідків у професійному контексті. З психологічної перспективи, рефлексія базується на теорії саморегуляції [1], згідно якої педагог виступає активним агентом, здатним моніторити та коригувати свою поведінку. Когнітивний аспект рефлексії пов'язаний з метакогнітивними процесами: педагог аналізує власні стратегії мислення, виявляє помилки (наприклад, стереотипи щодо учнів) та формує альтернативні підходи. Це сприяє розвитку відповідальності, оскільки усвідомлення когнітивних дисторсій зменшує імпульсивні рішення.

Емоційна складова рефлексії є не менш важливою. За моделлю емоційного інтелекту [3], рефлексія допомагає педагогу розпізнавати власні емоції (фрустрацію, емпатію) та їхній вплив на взаємодію з учнями. Наприклад, рефлексивний аналіз конфліктної ситуації дозволяє перейти від реактивної відповіді до проактивної, де

педагог бере на себе відповідальність за емоційний клімат у класі. Дослідження Schön [5] у концепції «рефлексії-в-дії» та «рефлексії-над-дією» показують, що систематична рефлексія підвищує емпатію та етичну чутливість, запобігаючи вигоранню.

Мотиваційний аспект рефлексії пов'язаний з теорією самодетермінації [2], де внутрішня мотивація до зростання стимулює відповідальність. Рефлексія перетворює зовнішні вимоги (норми, оцінки) на внутрішні цінності, формуючи автономну відповідальність. Емпіричні дані з педагогічної психології [4] підтверджують, що вчителі, які регулярно ведуть рефлексивні журнали, демонструють вищий рівень відповідальності: вони краще адаптуються до індивідуальних потреб учнів, зменшують авторитарні підходи та підвищують ефективність навчання. Психологічні бар'єри, такі як захисні механізми (заперечення помилок), долаються через групову рефлексію чи супервізію, що сприяє колективній відповідальності.

У цілому, рефлексія діє як інтегративний механізм: когнітивно – структурує досвід; емоційно – регулює стрес; мотиваційно – підтримує зростання. Це призводить до становлення відповідального педагога, здатного до етичного лідерства та психологічної стійкості.

Психологічні бар'єри формування професійної рефлексії педагога та способи їх подолання представлено у таблиці 1.

Таблиця 1

Психологічні бар'єри формування професійної рефлексії педагога та способи їх подолання

Бар'єр	Прояв	Рефлексивний інструмент
Захисні механізми (заперечення)	«Це не моя провина»	Структуровані запитання: «Що я міг зробити інакше?»
Емоційне вигорання	Апатія, цинізм	Техніки mindfulness + рефлексія
Брак часу	Рутини	Мікро-рефлексія (2 хв після уроку)
Страх критики	Уникання аналізу	Безпечне групове середовище

Висновки. Професійна рефлексія є ключовим психологічним інструментом у формуванні відповідальності педагога, інтегруючи когнітивні, емоційні та мотиваційні процеси. Вона сприяє переходу від реактивної до проактивної поведінки, зменшенню вигорання та підвищенню етичної свідомості. Емпіричні дослідження підтверджують, що систематична рефлексія підвищує ефективність педагогічної діяльності. Для практичного впровадження рекомендується інтегрувати рефлексивні практики в підготовку та підвищення кваліфікації вчителів, з акцентом на психологічну підтримку.

Список використаних джерел

1. Bandura A. Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 1991. № 50 (2). P. 248-287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
2. Deci E. L. & Ryan R. M. The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 2000, № 11 (4). P. 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
3. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books. 1995. URL: <https://surl.li/iolicin> (дата звернення: 08.11.2025).
4. Korthagen F. Inconvenient truths about teacher learning: Towards professional development 3.0. *Teachers and Teaching*, 2017. № 23 (4), P. 387-405. <https://doi.org/10.1080/13540602.2016.1211523>
5. Schön D. A. *The Reflective Practitioner: How Professionals Think In Action*. Basic Books. 1983. URL: <https://surl.li/cmqucu> (дата звернення: 06.11.2025).
2. TALIS OECD, 2018. URL: <https://www.oecd.org/en/data/datasets/talis-2018-database.html> (дата звернення: 09.11.2025).

ЗМІСТ

Дмитро Бігунов Психологічні ресурси періоду становлення дорослості: роль емоційного інтелекту.....	4
Васильєв Адам Особистісна криза молоді як теоретичний конструкт та його операціоналізація.....	6
Вашенюк Антон Психологічні чинники розвитку обдарованості під час вивчення економічних дисциплін	10
Волошина Валерія Результати апробації програми психологічної реабілітації військовослужбовців «Відновлення під час війни».....	12
Гапочка Яна Взаємодія як смисловий ресурс команди супроводу.....	16
Главінська Еліна Психологічна підтримка сімей у період кризи підліткового віку: досвід програми «Ти як»?.....	18
Григор'єв Олег Феномен інституційного синдрому в контексті перебування особистості в інтернатах закритого типу	20
Данилів Павло Гендерна дисфорія в контексті науково-психологічного дискурсу: соціальний конструктивізм VS нейробіологія	23
Демура Анна Музикотерапія як засіб удосконалення освітньо-професійної підготовки майбутніх психологів.....	25
Герасимчук Оксана Методологічні підходи у розробці програми зниження агресії фруструючою особистістю.....	28
Гладкий Юрій Обґрунтування провідних методик дослідження застосування психологічного впливу у маркетингових комунікаціях	31
Жилко Олексій Психологічні умови розвитку навичок критичного аналізу власного управлінського досвіду.....	33
Зіненко О. Ціннісні чинники формування національної ідентичності в умовах глобалізації та інформаційної інтеграції.....	34
Каліцинський Валентин Вплив міжособистісних відносин у колективі на формування синдрому емоційного вигорання серед працівників банківських установ	37
Кардаш Іван Концептуалізація диспозиційних предикторів копінгу менеджерів у сучасному психологічному дискурсі	38
Коротка Ірина, Матяш-Заяц Людмила Внутрішньоособистісний конфлікт як предмет психологічного дослідження.....	41
Криворука Єлизвета Методика дослідження психологічних особливостей прояву самооцінності.....	44

Лазарук Андрій Штучний інтелект як інструмент підтримки вчинку самовизначення майбутніх психологів	47
Луцик Галина STEM-підхід як інноваційний напрям у професійній підготовці психологів.....	50
Малімон Володимир Посттравматичний стресовий розлад і вторинна травма як наслідки війни.....	53
Малігін Олександр Компульсивний сексуальний розлад: психологічні механізми та клінічні прояви.....	55
Молочко Ярослав Вплив цифрової культури на формування нарцисичної спрямованості особистості.....	57
Мошаров Дмитро Психологічні механізми маніпуляції масовою свідомістю у сучасному медіа-просторі.....	60
Несен Роман Музикотерапія як інструмент розвитку емоційного інтелекту	62
Овчиннікова Ольга Дієві методи гештальт-терапії для розвитку стресостійкості майбутніх психологів.....	64
Онокало Олександр Психологічна готовність до лідерства та наставництва в ІТ-середовищі.....	67
Паламарчук Володимир Формування Я концепції майбутнього маркетолога в умовах цифрової трансформації.....	69
Паламарчук Владислав Психологічні механізми стресостійкості та саморегуляції в умовах високоефективного професійного спілкування	71
Панащук Ігор Роль професійної рефлексії у становленні педагога.....	73
Патута Богдана Психологічні інтервенції для зниження ризику втоми від співчуття серед сестер /братів медичних	75
Підбуцька Ніна, Надточій Альона Сучасні тенденції дослідження психологічних технік впливу в міжособистісних конфліктах	77
Рудковська Оксана Розвиток гнчкості мислення шляхом ігропрактик.....	79
Сидоркевич Дмитро Психологічні умови формування емпатійної стійкості у фахівців із фізичної реабілітації.....	84
Сірко Володимир Класифікація основних викликів, з якими зустрічаються військові капелани в умовах війни.....	83
Тетеря Костянтин Теоретико-методологічні аспекти застосування каністерапії в структурі психологічного супроводу осіб з набутим травматичним досвідом.....	85

Хомин Олег Психологічна готовність юриста до роботи з клієнтами, що переживають травматичний досвід	88
Чорний Олександр Наративна компетентність як чинник добробуту в контексті інформаційно-смислової війни.....	90
Шаповалов Андрій Психологічні особливості професіоналізації молоді в умовах інтеграції в професійне середовище.....	93
Шевченко Тетяна Методологічні орієнтири розвитку метакогнітивного контролю здобувачів вищої освіти: від теоретичної моделі до освітньої програми.....	95
Шеремет Микола Взаємозв'язок соціально-психологічної та конфліктологічної компетентності менеджера:теоретичний аналіз	97
Янкавс Юрій Формування готовності до переконання та мотиваційного спілкування у майбутніх тренерів	101
Ivashkevych Ernest Peculiarities of the translator's professional activity and the formation of his/her translation consciousness.....	103
Mykhalchuk Nataliia, Ivashkevych Eduard Types of procrastination of the person.....	105