



Отримано: 26 грудня 2025

Прорецензовано: 29 грудня 2025

Прийнято до друку: 30 грудня 2025

email: kokun@ukr.net

perspektiva-z@ukr.net

larysa.bakhmytova@gmail.com

DOI: <http://doi.org/10.25264/2415-7384-2026-20-41-47>

Кокун О. М., Мірошніченко О. А., Бахмутова Л. М. Дослідження проявів професійного вигорання у фахівців освітньої сфери в умовах воєнного стану. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»* : серія «Психологія». Острого : Вид-во НаУОА, січень 2026. № 20. С. 41–47.

УДК: 159.98

**Кокун Олег Матвійович,**

*доктор психологічних наук, професор, академік НАПН України,  
директор Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,  
ORCID-ідентифікатор: <https://orcid.org/0000-0003-1793-8540>*

**Мірошніченко Олена Анатоліївна,**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри професійно-педагогічної, спеціальної освіти, андрагогіки та управління,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка,  
ORCID-ідентифікатор: <https://orcid.org/0000-0002-5712-3752>*

**Бахмутова Лариса Миколаївна,**

*доктор філософії у галузі психології,  
провідний науковий співробітник лабораторії вікової психофізіології,  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,  
ORCID-ідентифікатор: <https://orcid.org/0000-0002-5119-236X>*

**ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ  
У ФАХІВЦІВ ОСВІТНЬОЇ СФЕРИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

У статті представлено результати емпіричного дослідження проявів синдрому професійного вигорання у фахівців освітньої сфери в умовах воєнного стану. Отримані результати засвідчили, що тривалий травматичний стрес в умовах воєнного стану чинить суттєвий негативний вплив на психоемоційний і фізичний стан фахівців освітньої сфери та веде до професійного вигорання. Це вказує на необхідність системного моніторингу, дослідження показників професійного вигорання, резильєнтності, самоефективності та професійної життєстійкості для розробки та впровадження комплексних програм психологічної підтримки і психофізіологічного відновлення фахівців освітньої сфери як важливого ресурсу стійкості в умовах пролонгованої війни.

**Ключові слова:** професійне вигорання, воєнний стан, психологічні наслідки війни, психоемоційний стан, тривалий травматичний стрес, фахівці освітньої сфери.

**Oleh Kokun,**

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,  
Full member (academician) of the Academy of Sciences of Ukraine,  
Director of the G. S. Kostyuk Institute of Psychology  
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,  
ORCID-ID: <https://orcid.org/0000-0002-5712-3752>*

**Olena Miroshnychenko,**

*Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Vocational and Pedagogical,  
Special Education, Andragogy and Management, Ivan Franko Zhytomyr State University,  
ORCID-ID: <https://orcid.org/0000-0002-5712-3752>*

**Larysa Bakhmutova,**

*PhD in Psychology, leading researcher of the laboratory of age psychophysiology  
G. S. Kostyuk Institute of Psychology  
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,  
ORCID-ID: <https://orcid.org/0000-0002-5119-236X>*

**RESEARCH OF MANIFESTATIONS OF OCCUPATIONAL BURNOUT SYNDROME  
IN EDUCATIONAL PROFESSIONALS IN MARTIAL LAW CONDITIONS**

The article presents the results of an empirical study of the manifestations of professional burnout syndrome in education professionals under martial law. The problem of the impact of prolonged martial law on representatives of the education sector requires further empirical understanding, which makes the study relevant.

The purpose of the study is to identify and study the manifestations of burnout syndrome in education professionals in martial law. Research objectives: 1. To investigate the degree of severity of the general impact of negative factors of the military situation on specialists and applicants for psychological and pedagogical professions. 2. To identify the components



of the manifestation of professional burnout syndrome in specialists in the educational sphere. 3. To investigate the levels of professional burnout in teachers and applicants for pedagogical professions during the action of stress factors as a consequence of the war.

The results obtained showed that prolonged traumatic stress in martial law has a significant negative impact on the psycho-emotional and physical state of education professionals and leads to professional burnout. The most vulnerable is the emotional sphere: the vast majority (81.3%) of respondents noted its deterioration. More than half of the study participants (58.9%) report a decline in health, almost half of the respondents (41.1%) feel a deterioration in life prospects. 7.5% of the studied educators have increased professional deformation, which means the accumulation of exhaustion, emotional isolation / reduced sense of effectiveness of their own work.

This indicates the need for systematic monitoring, research into indicators of professional burnout, resilience, self-efficacy, and professional resilience to develop and implement comprehensive programs of psychological support and psychophysiological recovery for education professionals as an important resource for resilience in conditions of prolonged war.

**Keywords:** professional burnout, martial law, psychological consequences of war, psycho-emotional state, prolonged traumatic stress, educational specialists.

**Постановка проблеми.** Під впливом дії перманентного стресу в умовах воєнного стану в Україні, більшість населення відчувають загрози для життя та здоров'я. Військова, гуманітарна, політична та соціально-економічна нестабільність в Україні поступово призводить до психологічних, неврологічних і соматичних розладів у громадян, які волею долі перебувають у важких, навіть, екстремальних умовах виживання. Психологічна травматизація суттєво впливає на самопочуття і морально-психологічний стан людини, яка відчуває страх, гнів, відчай, біль втрат, невпевненість у майбутньому та інші негативні почуття.

Психіатри Т. Міщенко, В. Міщенко та І. Здесенко [8], розглядаючи психоневрологічні аспекти перманентного стресу, характерного для умов війни, встановили, що він сприяє виникненню ПТСР, порушень регуляції мозкового кровообігу, розвитку нейродегенеративних процесів, погіршенню когнітивних процесів. Польські психіатри А. Popiel, Е. Prąglowska & В. Zawadzki [11] застерігають, що війна може спричинити порушення психічного здоров'я у 80% населення, з них близько 40% людей можуть мати діагноз ПТСР. Науковці трактують психологічну травму не просто як «об'єктивну» драматичну подію, а як такий негативний досвід, що викликає страх, безпорадність та жах. Автори зауважують, що глибину травматизації великою мірою визначають індивідуальні особистісні реакції, а наслідки війни призводять до психологічних і соматичних розладів. Україно-польське лонгітюдне дослідження психологічних порушень українських біженців в Польщі після початку повномасштабної війни провели Л. Бахмутова та А. Неска [1]. Науковцями було виділено емоційну, когнітивну, поведінкову, соціальну та професійну дезадаптацію серед біженців. Це коригує з результатами Р. Długosz [9], які показали, що найпоширенішими проблемами біженців в Польщі були: метушня думок, відчуття пригніченості або смутку, емоційне «оніміння». У більшості досліджуваних показники емоційного стресу перевищували критичне значення.

Саме тому роботами як вітчизняних, так і зарубіжних авторів доведено, що події, пов'язані з війною, є потужним психологічним стресором, який спричиняє багатовекторні зміни на фізіологічному, психологічному, емоційному, когнітивному, психосоціальному та професійному рівнях.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Дослідженню впливу стресу війни у представників педагогічних професій приділялось значно менше уваги. До повномасштабного вторгнення група науковців О. Косигіна, О. Марченко та О. Мірошніченко [5] аналізували методи психопрофілактики стресу в педагогів та порівнювали досвід України та Польщі, акцентуючи увагу на запобіганні професійному вигоранню, важливості психологічної підтримки та впровадженні ефективних технік відновлення ресурсного стану вчителів.

Напочатку повномасштабних воєнних дій в Україні було проведено глибоке емпіричне дослідження українськими науковцями, такими як Л. Карамушка, О. Креденцер, К. Терещенко, В. Лагодзінська, В. Івкін, О. Ковальчук [2], які досліджували особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни та акцентували увагу на необхідності розробки психологічних програм для його збереження.

О. Кокун та Г. Гуменюк [4] виділили основні фактори та негативні наслідки війни, що негативно впливають на психологічні ресурси освітян та фахівців допомагаючих професій: підвищене професійне (емоційне) вигорання, зниження емпатії та співчуття, вторинний травматичний стрес, зниження самоефективності, емоційна дисрегуляція, порушення стійкості та зниження професійної витривалості. Продовжуючи це дослідження, науковці здійснюють пошук концептуальних підходів до моніторингу психологічних наслідків стресу в умовах війни у представників психолого-педагогічних професій. Авторами проаналізовано теоретичні моделі, що лежать в основі систем моніторингу, представлено методологічні аспекти моніторингу, що базуються на принципах об'єктивності, систематичності, комплексності, прогностичній цінності та корекційній спрямованості. Науково обґрунтовано використання



інтегрованих діагностичних інструментів, а саме: психометричні анкети, методи експрес-самооцінки, а також фізіологічні та якісні методів дослідження [3].

Л. Карамушка та ін. звертають увагу науковців і суспільства, що на освітян «покладається подвійна відповідальність за збереження психічного здоров'я дітей та молоді під час війни» [2, с. 64]. Виходячи з питань соціальної значущості психологічного здоров'я педагогів України, проблема дослідження проявів синдрому професійного вигорання педагогів в умовах воєнного стану набуває особливої *актуальності*.

**Мета статті** – виявити та дослідити прояви синдрому професійного вигорання у фахівців освітньої сфери в умовах воєнного стану.

**Завдання дослідження:**

1. Дослідити ступінь вираженості загального впливу негативних чинників воєнного стану на фахівців та здобувачів психолого-педагогічних професій.

2. Визначити складові прояву синдрому професійного вигорання у фахівців освітньої сфери.

3. Дослідити рівні професійного вигорання у педагогів та здобувачів педагогічних професій під час дії стресових факторів як наслідку війни.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження здійснювалося з використанням комплексу методик «Психологічні технології моніторингу наслідків стресу війни у фахівців психолого-педагогічних професій», який охоплює діагностичні методики, що спрямовані на вивчення впливу негативних чинників довготривалого воєнного стану в якому перебуває населення України [3].

У дослідженні використано:

– опитувальник самооцінки впливу негативних чинників війни, який досліджує 5 суб'єктивних показників: ступеню небезпеки для життя під час війни; впливу війни на стан здоров'я; впливу війни на емоційний стан; впливу війни на матеріальний статус; оцінку життєвих перспектив;

– опитувальник професійного «вигорання» (Maslach Burnout Inventory, MBI), який досліджує такі прояви синдрому професійного вигорання: емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція особистих досягнень [10].

Дослідження проведено на четвертому році воєнного стану в Україні (2025 р.) серед вчителів Житомира та Житомирської області, а також науково-педагогічних працівників та здобувачів вищої освіти Житомирського державного університету імені Івана Франка, в онлайн-форматі (відповіді надавались за попереднім добровільним погодженням). Під час війни регіон постійно перебуває у стані воєнних загроз: ракетних обстрілів та безпілотних літальних апаратів (БПЛА). У дослідженні взяли участь 107 респондентів віком від 18 до 67 років. Із них було: 70 осіб (64,5%) жіночої статі та 37 осіб (34,6%) чоловічої статі. Отримані дані були опрацьовані статистично, з розрахунком описових показників, розподілу рівнів та кореляційних зв'язків. Загальна вибірка складалась з двох підвбірок:

– підвбірка А (педагогічні працівники закладів освіти): 48 осіб (викладачі/доценти/професори ЗВО – 6; вчителі ЗЗСО – 42);

– підвбірка Б (студенти магістратури, значна частина яких уже працює у сфері освіти): 59 осіб.

Відповідно до *першого* завдання дослідження вираженості загального впливу негативних чинників воєнного стану на фахівців та здобувачів психолого-педагогічних професій було визначено *самооцінку* респондентів щодо ступеню зазваної небезпеки для життя під час війни; змін стану здоров'я та емоційного стану; оцінку змін матеріального добробуту та власних життєвих перспектив на момент опитування. Результати опитування наведено у таблиці 1.

Проаналізуємо отримані дані. Щодо ступені небезпеки для життя під час війни визначаємо, що переважна більшість опитаних певним чином переживали небезпеку для життя. Лише 23,4% зазначили, що небезпеки не було. Частка «сильної» та «надзвичайно сильної» небезпеки (разом 16,8%) є важливою, оскільки саме цей тип досвіду вірогідніше формує гострі стресові реакції, а згодом – більш стійкі прояви травматичного стресу (підвищена тривога, напруження, порушення сну, реактивна дратівливість). Подібності високої частки «епізодичної» та «незначної» небезпеки (разом 59,8%) створює іншу небезпеку – тривала травматизація через хронічне накопичення напруги, повторювані загрози та тривалі періоди невизначеності спричиняє кумулятивні наслідки: виснаження, зниження відновлюваності, соматизація, зростання «фонової тривоги».

Щодо другої шкали «Вплив війни на стан здоров'я», то респонденти відзначають суттєвий негативний вплив війни на фізичне самопочуття: 58,9% педагогічних працівників вказали погіршення (у т.ч. 10,3% – істотно). Водночас 39,3% не відзначили змін, що дозволяє говорити про наявність певного «компенсаторного ресурсу» у частини вибірки (краща здатність до відновлення, стабільніший режим, кращі умови підтримки здоров'я). Показник «істотно погіршився» є особливо важливим маркером потенційної групи соматичного ризику: коли соматичні сигнали ігноруються, вони нерідко переходять у хронічні скарги, які потім підсилюють емоційне виснаження і знижують працездатність. Тому до програм підтримки доцільно охоплювати психоедукацію щодо зв'язку «стрес–тіло», скринінг сну/виснаження та короткі протоколи тілесного відновлення.



Таблиця 1

## Результати опитування щодо впливу негативних чинників війни на фахівців освітнянської сфери

№	Запитання та варіанти відповідей	N	%	
1	Чи зазнав(ла) під час війни небезпеки для власного життя	Зазнав(ла) надзвичайно сильної небезпеки для життя	4	3,70%
		Зазнав(ла) сильної небезпеки для життя	14	13,10%
		Зазнав(ла) епізодичної небезпеки для життя	26	24,30%
		Зазнав(ла) незначної небезпеки для життя	38	35,50%
		Не зазнав(ла) небезпеки для життя	25	23,40%
2	Оцінка змін стану власного здоров'я за час війни	Стан здоров'я істотно погіршився	11	10,30%
		Стан здоров'я погіршився	52	48,60%
		Стан здоров'я не змінився	42	39,30%
		Стан здоров'я покращився	2	1,90%
3	Оцінка змін емоційного стану за час війни	Емоційний стан істотно погіршився	18	16,80%
		Емоційний стан погіршився	69	64,50%
		Емоційний стан не змінився	18	16,80%
		Емоційний стан покращився	2	1,90%
4	Оцінка змін свого матеріального статусу під час війни	Матеріальне становище істотно погіршилося	12	11,20%
		Матеріальне становище погіршилося	34	31,80%
		Матеріальне становище не змінилося	52	48,60%
		Матеріальне становище покращилося	9	8,40%
5	Оцінка власних життєвих перспектив на момент опитування	Внаслідок війни життєві перспективи суттєво погіршилися	6	5,60%
		Внаслідок війни життєві перспективи погіршилися	38	35,50%
		Життя через деякий час відновиться на попередньому або близькому до нього рівні	35	32,70%
		Оцінюю свої життєві перспективи переважно оптимістично	23	21,50%
		Оцінюю свої життєві перспективи безумовно оптимістично	5	4,70%

Щодо шкали «Вплив війни на емоційний стан» – виявлено, що емоційна сфера є найбільш уразливою: 81,3% респондентів зазначили погіршення емоційного стану, з них 16,8% – істотне. Це типова картина для тривалого стресу війни, коли навіть за відносно збереженої здатності «функціонувати» емоційна регуляція стає менш стабільною, зростає рівень виснаженості, підвищується реактивність у міжособистісній взаємодії. Особливої уваги заслуговує частка «істотно погіршився», оскільки в освітньому середовищі вона часто корелює з ризиками конфліктності, зниженням толерантності до навантаження та «втомою від комунікації». У психологічній роботі бажано застосовувати такі системні заходи, як короткі програми саморегуляції, підтримка психологічної безпеки в колективах, прийняття організаційних рішень щодо оптимізації функціональних і професійних навантажень.

Виявлено достовірні відмінності у розподілах відповідей за цим питанням ( $\chi^2=9,25$ ;  $p=0,026$ ;  $V=0,29$ ): у підвибірці педагогічних працівників частіше обирали варіант «емоційний стан істотно погіршився» (27,1%) порівняно зі здобувачами освіти (8,5%). Це може відображати більшу частку інтенсивних емоційних взаємодій у професійній ролі (робота з дітьми/учнями/батьками в умовах війни), коли саме емоційний компонент навантаження стає домінуючим.

Аналізуємо наступну шкалу «Вплив війни на матеріальний статус». Матеріальні зміни мають переважно негативний характер: 43,0% повідомляють про погіршення (у т.ч. 11,2% – істотне). Водночас майже половина (48,6%) не бачить змін, а 8,4% навіть повідомляють про покращення. Уважаємо, що матеріальний фактор важливий не лише «сам по собі», а як чинник відчуття контролю та прогнозованості. Погіршення матеріального статусу часто підсилює фонову тривогу, формує ризик песимістичних оцінок перспектив і опосередковано впливає на професійне вигорання. Саме тому у програмах підтримки доцільно поєднувати психологічні модулі з інформаційною підтримкою щодо доступних ресурсів/можливостей (програми допомоги, пілги, локальні ініціативи).

Щодо останньої шкали опитувальника «Оцінка життєвих перспектив», то дані демонструють «змішану» картину: з одного боку, 41,1% оцінюють перспективи як такі, що погіршилися; з іншого – 58,9% зберігають установку на відновлення або оптимізм. Практично це означає, що в межах вибірки одночасно присутні дві групи досліджуваних: люди, для яких характерний підвищений ризик демотивації, зниження ресурсності, формування «втоми від непрогнозованого майбутнього» та люди відносної психологічної адаптації, які зберігають здатність планувати та бачити можливості відновлення. Цей



показник є особливо цінним для практичної роботи, оскільки він часто є інтегральним маркером: саме негативні перспективи сигналізують про потребу в більш цілеспрямованій підтримці (переосмислення цілей, підтримка контролю, відновлення відчуття впливу на власне життя).

Відповідно до другого завдання, ми визначити складові прояву синдрому професійного вигорання у фахівців освітньої сфери, спираючись на наші попередні дослідження [6,7] та концепцію американських психологів (К. Maslach, С. Jackson) [10] Отже, синдром професійного емоційного вигорання у фахівців освітньої сфери може мати такі прояви:

1) емоційне виснаження як основну складову професійного вигорання – переживання зниженого настрою, байдужість, емоційне перенасичення;

2) деперсоналізація – деформація стосунків з іншими людьми: в одних випадках – підвищення залежності від інших; в інших – підвищення негативізму, цинічності установок і почуттів стосовно реципієнтів (пацієнтів, клієнтів, підлеглих, колег тощо);

3) редукція особистих досягнень – або тенденція до негативного оцінювання себе, своїх професійних досягнень і успіхів, негативізм щодо службових переваг і можливостей, або редукування власної гідності, обмеження своїх можливостей, обов'язків по відношенню до інших, зняття із себе відповідальності і перекладання її на інших.

Відповідно до нашого третього завдання досліджено рівні професійного вигорання у педагогів та здобувачів педагогічних професій під час дії стресових факторів як наслідку війни.

Результати за Опитувальником професійного «вигорання» (Maslach Burnout Inventory, MBI) представлено у таблиці 2.

Таблиця 2

Результати за Опитувальником професійного «вигорання» (MBI)

Складові професійного «вигорання»	Рівні виразності складових					діапазон	M	SD
	низький	нижчий за середній	середній	вищий за середній	високий			
Емоційне виснаження	7,50%	37,40%	39,30%	15,00%	0,90%	0-54	22,76	8,81
Деперсоналізація	18,70%	42,10%	30,80%	7,50%	0,90%	0-30	10,93	5,41
Редукція особистих досягнень	5,60%	45,80%	31,80%	16,80%	0,90%	0-48	20,44	7,91
Сумарне значення (виразність професійної деформації)	2,80%	43,90%	45,80%	7,50%	0,00%	0-132	54,13	17,07

**Позначення у таблиці:**

M – середнє арифметичне значення;

SD – стандартне відхилення;

Діапазон – можливий кількісний діапазон значень показника (мінімально можливе – максимально можливе).

Результати за методикою MBI показують, що у вибірці переважають нижчі та середні рівні вигорання, однак із помітною часткою підвищених рівнів за окремими шкалами. Така структура є характерною для ситуації тривалого стресу, коли значна частина працівників «утримує» працездатність, але робить це ціною накопичення виснаження.

*Емоційне виснаження:* 39,3% мають середній рівень, ще 15,9% – вищий за середній/високий. Це означає наявність групи, для якої ризик виснаження вже переходить із ситуативного в більш стійкий, і без профілактики може зростати (особливо в пікові періоди навчального року).

*Деперсоналізація:* у 8,4% – вищий за середній/високий. Навіть відносно невелика частка є важливою, бо деперсоналізація є маркером «емоційного відгородження» та зниження якості професійної взаємодії (ризик цинізму, «знеособлення» учасників освітнього процесу).

*Редукція особистих досягнень:* 17,7% мають вищий за середній/високий рівень. Для освітньої сфери це особливо значущий компонент, оскільки він суттєво пов'язаний із переживанням сенсу, професійної цінності та внутрішньої мотивації. Саме редукція досягнень часто «підточує» готовність залишатися в професії.

*Інтегральний показник професійної деформації:* 7,5% – вищий за середній рівень. Хоча високих значень не зафіксовано, сама наявність підвищеної деформації означає, що в частини вибірки накопичуються комплексні зміни (виснаження + емоційне відгородження + зниження відчуття результативності), які можуть впливати на загальний психологічний клімат колективу.

Розподіл даних по підгрупах досліджуваних показав (Табл. 3), що редукція особистих досягнень достовірно вища у підвбірці здобувачів вищої освіти (M=22,10) порівняно з педагогічними працівниками (M=18,40; p=0,014). У практичному вимірі це може відображати більшу частоту переживань типу: «роблю багато, але не відчуваю результату/визнання», що часто пов'язано з поєднанням ролей (навчання + робота), нестабільністю планування, дефіцитом часу для відновлення.



Таблиця 3

## Показники, за якими виявлено відмінності між підвбірками

Показник	Педагогічні працівники (n=48) M±SD	Здобувачі вищої освіти (n=59) M±SD	t (Welch)	p	g (Hedges)
Редукція особистих досягнень (МВІ)	18,40±7,33	22,10±8,03	-2,49	0,014	-0,48

## Позначення у таблиці:

1. **t (Welch)** – значення t-статистики **Welch's t-test**, що показує відносну різницю між середніми двох груп, враховуючи різні дисперсії.

2. **p** – ймовірність того, що отримана різниця між групами виникла випадково (**p < 0.05** → різниця статистично значуща).

3. **g (Hedges)** – величина ефекту (Hedges' g), яка показує на скільки сильно відрізняються групи в стандартних відхиленнях.

Загалом структура показників МВІ вказує на домінування нижчих/середніх рівнів у вибірці, але з наявністю підгрупи підвищеного ризику (насамперед за емоційним виснаженням та редукцією досягнень). В умовах війни це узгоджується з логікою хронічного напруження, коли ресурси підтримуються «на межі», а відновлення стає нерегулярним.

**Висновки.** Отримані результати емпіричного дослідження засвідчують, що тривалий травматичний стрес в умовах воєнного стану чинить суттєвий негативний вплив на психоемоційний і фізичний стан фахівців освітнянської сфери та веде до професійного вигорання. Найбільш уразливою є емоційна сфера: переважна більшість (81,3%) респондентів відзначає її погіршення. Більше половини учасників дослідження (58,9%) повідомляють про зниження стану здоров'я, близько половини опитуваних (41,1%) відчувають погіршення життєвих перспектив. 7,5% досліджуваних освітян мають наявність підвищеної професійної деформації, що означає накопичення виснаження, емоційне відгородження/ зниження відчуття результативності власної праці.

Отже, емпірично підтверджено, що тривалий травматичний стрес в умовах воєнного стану суттєво впливає на психофізіологічний та емоційний стан фахівців освітнянської сфери. Виявлені закономірності окреслюють необхідність системного, довготривалого та інституційно підтриманого психологічного супроводу освітян як стратегічного ресурсу стійкості освітньої системи в умовах війни.

**Перспективи досліджень** полягають у детальному дослідженні впливу наслідків війни на професійне вигорання, резильєнтності, самоефективності та професійної життєстійкості фахівців психолого-педагогічного напрямку освіти і професійної діяльності.

## Література:

- Бахмутова Л., Неска А. Особливості психологічних порушень серед українських біженців у Польщі. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. V: Психологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*. 2022. Вип. 22. С. 3–18. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/732780/3/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82\\_2022.pdf#page=3](https://lib.iitta.gov.ua/732780/3/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_2022.pdf#page=3)
- Карамушка Л., Креденцер О., Терещенко К., Лагодзінська В., Івкін В., Ковальчук О. Особливості психічного здоров'я персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни. *Економічна психологія*. 2022. 1(25). С. 62–74. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7>
- Кокун О. М., Гуменюк Г. В. Моніторинг психологічних наслідків стресу війни у фахівців психолого-педагогічних професій: концептуальні підходи та практичні рішення. *Технології розвитку інтелекту*. 2025. 1(37). DOI: <https://doi.org/10.31108/3.2025.9.5>
- Кокун О. М., Гуменюк Г. В. Психологічні ресурси фахівців соціономічних професій під час війни: аналіз поняття та негативні наслідки. *Технології розвитку інтелекту*. 2025. 1(37). DOI: <https://doi.org/10.31108/3.2025.9.4>
- Косигіна О., Марченко О., Мірошніченко О. Психопрофілактика стресових перевантажень у педагогічних працівників: досвід закладів освіти в Україні та Польщі. *Українська полоністика*. 2020. 18(2). С. 136–145. DOI: <https://doi.org/10.35433/2220-4555.18.2020.ped-3>
- Мірошніченко О. А. Профілактика синдрому «професійного вигорання» у роботі управлінців освіти. *Теорія та методика управління освітою: електронне наукове фахове видання ДВНЗ: «Університет менеджменту освіти»*. 2013. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/10088>
- Мірошніченко О.А., Косигіна О.В. Відновлення ресурсного стану вчителів в умовах перманентного стресу: аналіз реалій України та Польщі. *Українська полоністика: Наукове періодичне видання, Житомирський державний університет імені Івана Франка*, 2024. Випуск 22. С. 121–132.
- Міщенко Т., Міщенко В., Здесенко І. Війна та її вплив на нервову систему людини: психоневрологічні аспекти. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2025. Т. 12, 3(29). С. 372–382. DOI: <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-29-07>
- Długosz P. War trauma and strategies for coping with stress among Ukrainian refugees staying in Poland. *Journal of Migration and Health*. 2023. Vol. 8. 100196. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jmh.2023.100196>



10. Maslach C. Schaufeli W. B. Historical and conceptual development of burnout. Professional burnout : Recent developments in the theory and research Ed. W.B. Schaufeli, C. Maslach, T. Marek. – Washington D.C : Taylor & Francis. 1993. – P. 1–16.

11. Popiel A., Prąglowska E., Zawadzki B. Evidence-Based Treatments for War-Related Posttraumatic Stress Disorder. *Migration Studies – Review of Polish Diaspora*. 2024. P. 169–188. DOI: <https://doi.org/10.4467/25444972SMPP.24.005.1967>

### References:

1. Bakhmutova, L., & Neska, A. (2022). Features of psychological disorders among Ukrainian refugees in Poland. *Aktualni problemy psykholohii: Collection of scientific papers of G. S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine. Vol. V: Psychophysiology. Psychology of Labor. Experimental Psychology*, 22, 3–8. [https://lib.iitta.gov.ua/732780/3/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82\\_2022.pdf#page=3](https://lib.iitta.gov.ua/732780/3/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_2022.pdf#page=3)

2. Karamushka, L., Kredentser, O., Tereshchenko, K., Lahodzinska, V., Ivkin, V., & Kovalchuk, O. (2022). Features of mental health of personnel of educational and scientific organizations under war conditions. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*, 1(25), 62–74. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.7>

3. Kokun, O. M., & Humeniuk, H. V. (2025). Monitoring the psychological consequences of war stress among specialists of psychological and pedagogical professions: Conceptual approaches and practical solutions. *Tekhnolohii rozvytku intelektu*, 1(37), Article 9. <https://doi.org/10.31108/3.2025.9.5>

4. Kokun, O. M., & Humeniuk, H. V. (2025). Psychological resources of specialists in socio-economic professions during war: Concept analysis and negative consequences. *Tekhnolohii rozvytku intelektu*, 1(37), Article 9. <https://doi.org/10.31108/3.2025.9.4>

5. Kosyhina, O., Marchenko, O., & Miroschnychenko, O. (2020). Psychoprophylaxis of stress overload among pedagogical workers: Experience of educational institutions in Ukraine and Poland. *Ukrainska polonistyka*, 18(2), 136–145.

6. Miroschnychenko O. A. (2013). Prevention of the syndrome of "professional burnout" in the work of education managers. Theory and methods of educational management: electronic scientific professional publication of the State Higher Educational Institution: "University of Education Management". 2013. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/10088>

7. Miroschnychenko O.A., Kosygina O.V. (2024). Restoring the resource state of teachers in conditions of permanent stress: analysis of the realities of Ukraine and Poland. *Ukrainian Polish Studies: Scientific Periodical*, Ivan Franko Zhytomyr State University № 22. P. 121–132.

8. Mishchenko, T., Mishchenko, V., & Zdesenko, I. (2025). War and its impact on the human nervous system: Psychoneurological aspects. *Psykhiatriia, nevrolohiia ta medychna psykholohiia*, 12(3[29]), 372–382. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-29-07>

9. Długosz, P. (2023). War trauma and strategies for coping with stress among Ukrainian refugees staying in Poland. *Journal of Migration and Health*, 8, 100196. <https://doi.org/10.1016/j.jmh.2023.100196>

10. Popiel, A., Prąglowska, E., & Zawadzki, B. (2024). (Why?) Evidence-based treatments for war-related posttraumatic stress disorder. *Migration Studies – Review of Polish Diaspora*, 169–188. <https://doi.org/10.4467/25444972SMPP.24.005.1967>