

Оксана СИНІЧИН,
здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
Науковий керівник: Галина МЕШКО,
доктор педагогічних наук, професор
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка (м. Тернопіль)

УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СУБ'ЄКТІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ЗАКЛАДІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

На початку XXI століття науково-технічний прогрес і збільшення обсягу інформації висувають високі вимоги до психічних функцій учасників освітнього процесу. Негативні соціальні, психологічні та економічні чинники можуть призводити до психічного перенапруження, що впливає на ментальне здоров'я учнів і педагогів, підвищуючи ризик виникнення нервово-психічних порушень, тому збереження ментального здоров'я залишається ключовим чинником благополуччя особистості та ефективної діяльності.

Психолого-педагогічні дослідження висвітлюють різні аспекти підтримки ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти, зокрема це праці таких вчених, як О. Башмакова, О. Двіжона, Г. Мешко, О. Мешка, І. Сундукова, М. Тимофієва, Т. Титаренко, проте залишаються недостатньо вивченими питання управління процесом забезпечення ментального здоров'я учнів і педагогів та основні чинники його підтримки в закладі загальної середньої освіти, які є основою для обґрунтування змісту і напрямів управлінської діяльності в означеному аспекті.

Зростання інтересу до проблем ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу та недостатня ефективність традиційних просвітницьких і виховних методів для забезпечення позитивних змін у їхньому стані обумовлюють необхідність розробки управлінських систем, здатних підтримувати належний рівень ментального здоров'я в умовах воєнного стану в закладах загальної середньої освіти.

Варто зазначити, що ментальне здоров'я особистості формується під впливом низки чинників, які базуються на соціально-психологічних

закономірностях. На основі аналізу праць О. Башмакової [1], О. Двіжони [2], Г. Мешко і О. Мешко [3] та ін., виокремлено три основні групи чинників забезпечення ментального здоров'я особистості: попередні (безумовні), реактивні та мотиватори (стресори). Перша охоплює особистісні риси, поведінкові особливості, когнітивні, демографічні та соціальні ресурси індивіда [2]. Друга група – реактивні чинники, які включають здатність до саморегуляції, вживання речовин як спосіб подолання стресу, фізичну активність та дотримання здорового способу життя [3; 4]. Третя група – мотиватори, такі як стресори, що активізують інші чинники та взаємодіють із реактивними чинниками [1; 2; 4].

Серед чинників, які можуть впливати на ментальне здоров'я, учені [2] виділяють навчальне перевантаження, стосунки між учителями та учнями, недотримання психогігієнічних норм, а також мікроклімат у класі [2]. Ментальне здоров'я суб'єктів освітнього процесу може зазнавати негативного впливу таких психолого-педагогічних умов, як стресова педагогічна тактика, інтенсифікація освітнього процесу, невідповідність методик навчання віковим можливостям учнів, недостатня раціональність організації навчання, функціональна неграмотність педагога у питаннях ментального здоров'я та відсутність системної роботи з формування цінностей здоров'я [2]. Це може призводити до тривожності, заниженої самооцінки, страхів і невпевненості.

Одним із важливих чинників погіршення ментального здоров'я є стрес. Особливістю шкільного стресу є підвищена тривожність: учень намагається врахувати всі зміни, знаходиться в постійній напрузі та готовий до швидких реакцій на найменші подразники. Водночас в суб'єктів освітнього процесу загострюється увага до успіху чи невдач, оцінок і результатів [3].

Значний вплив на порушення ментального здоров'я школярів мають психологічні особливості особистості педагога, зокрема авторитаризм, педагогічні конфлікти, професійна деформація або синдром емоційного вигорання, а також стиль спілкування, оскільки авторитарний підхід із використанням погроз, наказів, жорсткої критики та безапеляційних тверджень негативно впливає на психічне благополуччя учнів [1].

Чинники шкільного середовища діють комплексно, і навіть мінімальний їх вплив має сумарний негативний ефект на учасників освітнього процесу. Адміністрація школи разом із медичним працівником і

психологом має аналізувати проблеми, зокрема: відсутність належного матеріально-просторового середовища; брак науково обґрунтованої системи формування ментального здоров'я; слабка координація з іншими педагогічними системами; роз'єднаність із освітньою діяльністю; недостатня підготовка працівників та батьків у питаннях ментального здоров'я [4].

Основна складність у забезпеченні ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу полягає в координації зусиль фахівців різних профілів, і потребує активної ролі директора школи. Директор координує оздоровчу діяльність через класних керівників, забезпечуючи комплексний підхід до формування ментального здоров'я учнів і професійного здоров'я вчителів [2, с. 109]. Учені визначають такі напрями управлінської діяльності щодо формування психічного здоров'я учнів: формування психологічної стійкості; аутопсихологічної, комунікативної, здоров'язбережувальної компетентності; оволодіння техніками саморегуляції; формування позитивної Я-концепції; гармонізації особистості учня [3, с. 179]. Від реалізації означених аспектів залежить рівень розвитку ментального здоров'я учнів та педагогів.

Основними напрямками управлінської діяльності адміністрації закладу загальної середньої освіти, спрямованої на формування ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу, повинні стати: моніторинг параметрів ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу спільно з психологом і медичними працівниками; формування ціннісного ставлення до здоров'я всіх учасників освітнього процесу; розвиток валеологічної культури педагогів, учнів та їхніх батьків; запобігання булінгу і мобінгу в закладі освіти; упровадження шкільних традицій, які популяризують і сприяють здоровому, розумному способу життя серед учасників освітнього процесу; профілактика та корекція соціально шкідливих звичок.

Отже, на розвиток ментального здоров'я суб'єктів освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти впливають особливості організації освітнього процесу та основні групи чинників: попередні, реактивні та мотиватори. Особливого значення набуває управління процесом формування ментального здоров'я, яке передбачає координацію діяльності педагогів, учнів, психологів, соціальних педагогів та батьків. Ефективне управління дає змогу створювати комфортні умови для психологічного

благополуччя та розвитку особистості, знижувати рівень стресу в освітньому середовищі серед учнів та педагогів та попереджувати виникнення у них психічних і ментальних порушень.

Список використаних джерел:

1. Башмакова О. В. Емоційні та психосоціальні чинники ставлення до здоров'я : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2017. 234 с.
2. Двіжона О. В. Вплив соціальних чинників на порушення психічного здоров'я дітей і підлітків. *Психологічні перспективи*. Вип. 13. Луцьк : Вежа, 2009. С. 107–114.
3. Мешко Г. М., Мешко О. І. Формування психічного здоров'я учнів у сучасній школі. *Науковий вісник Ужгородського університету. Сер. Педагогіка. Соціальна робота*. Ужгород : УжНУ «Говерла», 2018. Вип. 2 (43). С. 177–181.
4. Управління закладом освіти : підручник / Немченко С. Г. та ін. Бердянськ : БДПУ, 2022. 506 с.