



МІНІСТЕРСТВО  
ОСВІТИ І НАУКИ  
УКРАЇНИ



М.З.Н.

United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization

Мала академія наук  
України під егідою  
ЮНЕСКО



Національний  
технічний університет  
ДНІПРОВСЬКА  
ПОЛІТЕХНІКА  
1899



Міністерство освіти і науки України  
Національна академія наук України  
Національний центр «Мала академія наук України»  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»  
Київський національний університет  
будівництва і архітектури  
Національний університет «Запорізька політехніка»  
Національний технічний університет  
«Дніпровська політехніка»  
Національний університет «Львівська політехніка»

## ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

**ХVІІІ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
«АКАДЕМІЧНА Й УНІВЕРСИТЕТСЬКА  
НАУКА: РЕЗУЛЬТАТИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ»**

09 – 12 грудня 2025 року  
Полтава

фізичного здоров'я, 34 % – нижчий за середній, 23 % – середній, 7 % – вищий середнього і лише 1 % – високий [2].

Багаторазово доведено, що здоровий спосіб життя є важливим фактором формування і зміцнення здоров'я студентської молоді, яке залежить на 50% від нього і навіть більше. Самими активними компонентами здорового способу життя виступають: раціональна праця студентів, раціональне харчування, раціональна рухова активність, загартування, особиста гігієна, відмова від шкідливих звичок [3].

Саме тому важливе значення має компетентність керівника, що веде навчальний заклад до досягнення мети, а головною метою будь-якого навчального закладу є збереження здоров'я студента. Саме керівник створює імідж закладу, формулює місію навчального закладу, визначає доміанти діяльності, а головне – комплектує команду працівників, які у своїй діяльності: навчальній, виховній, використовують здоров'язберігаючі технології. Адже саме завдяки їм НЗ зможе досягти поставлених перед собою цілей.

Дослідження взаємозв'язку фізичної і розумової працездатності набувають значної актуальності у зв'язку з можливістю їх підвищення в умовах цілеспрямованого і системного управління організмом людини засобами фізичної культури і спорту.

При мисленні виникає кровонаповнення судин мозку, звужуються периферичні судини кінцівок і розширюються судини внутрішніх органів, тобто спостерігаються судинні реакції, протилежні тим, які виникають при роботі м'язів. Функції серцево-судинної системи змінюються мало. Інша справа, якщо така робота супроводжується емоційними переживаннями.

Дослідження взаємозв'язку фізичної і розумової працездатності студента і викладача набувають значної актуальності, у зв'язку з можливістю їх підвищити в умовах цілеспрямованого і системного управління організмом людини засобами фізичної культури і спорту.

*Література:*

1. Naumenko, Yu. V. (2005). *Zdorov'iazberihaiucha diialnist shkoly [Health-preserving activity of the school]*. Pedagogika, (6), 37–44.

2. Zhdanov, I. O. (Ed.). (2015). *Natsionalno-patriotychne vykhovannia – derzhavnyi prioritet natsionalnoi bezpeky: Shchorichna dopovid Prezydentovi Ukrainy, Verkhovni Radi Ukrainy pro stanovishche molodi v Ukraini (za pidsumkamy 2014 roku) [National-patriotic education as a state priority of national security: Annual report to the President of Ukraine and the Verkhovna Rada on the situation of youth in Ukraine (2014)]*. Derzhavnyi instytut simeinoi ta molodizhnoi polityky.

3. Dubohai, O. D. (2006). *Fizkultura yak skladova zdorovia ta uspishnoho navchannia dytyny [Physical education as a component of a child's health and academic success]*. Shkilnyi Svit; Halitsyna.

**УДК 378.147:159.944.4:165.0**

**ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ВИМІР ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧА ВИЩОЇ ШКОЛИ В КОНТЕКСТІ ІННОВАЦІЙНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

**Блоха Я.Є.,** к. філос. н, доцент

**Дерев'янюк Л.І.,** к. філол. н, доцент

*Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

[yaroslavblokha@gmail.com](mailto:yaroslavblokha@gmail.com)

Професійне вигорання викладачів вищої школи вже давно перестало бути лише психофізіологічним чи організаційним феноменом. У добу стрімкої цифровізації,

безперервних освітніх реформ, масового впровадження штучного інтелекту, змішаного й дистанційного навчання, гейміфікації та компетентісно-орієнтованих стандартів воно набуло глибокого екзистенційного виміру. Викладач переживає не просто втому чи емоційне виснаження – він переживає кризу сенсу свого професійного існування, розрив між тим, ким він себе усвідомлював упродовж десятиліть (творцем знання, інтелектуальним авторитетом, наставником, хранителем культури) і тим, ким його поступово перетворює нове інноваційне освітнє середовище (технічним модератором контенту, контролером відвідуваності в Zoom, виконавцем безлічі бюрократичних вимог щодо «цифрової трансформації» та «забезпечення якості»).

Екзистенційна психологія та філософія (В. Франкл, І. Ялом, Р. Мей, Е. Фромм) розглядають кризу сенсу як одну з центральних проблем людського буття. Професійне вигорання, коли воно переходить у свою найглибшу фазу (деперсоналізація та зниження особистісних досягнень), фактично є проявом саме цієї кризи. Викладач втрачає те, що В. Франкл називав «волею до сенсу». Він перестає бачити в своїй праці ноетичну (духовну) цінність і починає сприймати її лише як набір механічних обов'язків.

Дослідження українських авторів підтверджують, що серед чинників вигорання викладачів вищої школи дедалі частіше фігурують не лише перевантаження чи низька зарплата, а й «втрата сенсу педагогічної діяльності», «відчуття непотрібності власного досвіду», «неможливість реалізувати себе як творчу особистість» (Мирончук, 2017, с. 63–65).

Екзистенційними складовими кризи викладача в інноваційному середовищі є:

1. Втрата свободи, адже жорсткі рамки компетентісного підходу, обов'язкове використання єдиних електронних платформ, постійний моніторинг через студентські опитування, рейтинги кафедр і викладачів, необхідність щороку переробляти робочі програми під нові стандарти – все це суттєво звужує простір педагогічної свободи. Викладач вже не може обирати, як саме вести діалог зі студентами, яку літературу рекомендувати понад обов'язкову, які форми контролю застосовувати. Він змушений діяти за алгоритмами й шаблонами, створеними не ним і часто далекими від його внутрішнього переконання (Piskunova & Kachmarchyk, 2022, p. 106–107).

2. Абсурдність відповідальності, оскільки сучасна система вищої освіти парадоксально поєднує два взаємовиключні меседжі: «Будьте інноваційними, креативними, мотивуйте студентів!» та «Якщо студент отримав низький бал – винен викладач». При цьому ігнорується той факт, що значна частина студентів систематично не відвідує заняття, не виконує завдання й свідомо обирає стратегію «мінімальних зусиль». Така суперечність породжує глибоке відчуття абсурду: викладач відповідає за результат, на який реально не може повноцінно вплинути (Шулдик, 2017, с. 140).

3. Втрата автентичності, адже нові педагогічні ролі – фасилітатор, коуч, тьютор, модератор – вимагають від викладача грати чужу роль, відмовлятися від власного стилю. Особливо болісно це переживають викладачі старшого покоління, які формувались у парадигмі «університет як храм науки й культури». Їм доводиться прикидатись «крутим мотиватором», використовувати молодіжний сленг, гейміфікацію, стікери й емодзі, хоча всередині це сприймається як зрада власного Я. Внаслідок виникає глибокий внутрішній розкол – відчуття, що ти вже не ти (Piskunova & Kachmarchyk, 2022, p. 107–109).

4. Руйнування міжособистісного зв'язку та екзистенційної зустрічі, адже дистанційне та змішане навчання, попри всі технічні переваги, радикально ускладнює виникнення справжньої зустрічі викладача й студента. Замість живого погляду – аватарки, замість діалогу – короткі репліки в чаті, замість емпатичного розуміння – формальні смайлики. Викладач втрачає одне з найважливіших джерел сенсу – відчуття, що саме через його працю змінюються конкретні людські долі. Студент перестає бути унікальною особистістю, а стає одним із 150 анонімних логінів у списку групи (Мирончук, 2017, с. 65–66).

Додатковими тригерами екзистенційного вигорання в інноваційному середовищі є постійне порівняння з «ідеальним цифровим викладачем», адже штучний інтелект, адаптивні

платформи, масові онлайн-курси створюють ілюзію, що викладач може бути замінений або принаймні «оптимізований». Це породжує страх власної професійної «зайвості» (Piskunova & Kachmarchuk, 2022, p. 109–110); феномен «прискороного часу», адже нові накази МОН, нові платформи, нові методичні рекомендації з'являються щороку, а іноді й щосеместру. У результаті викладач перебуває в стані постійного «наздоганяння», не встигаючи осмислити й прожити попередній етап змін. Це унеможлиблює створення довготривалих сенсотвірних проєктів (наукової школи, авторського курсу на 10–15 років); деперсоналізація студента й водночас деперсоналізація викладача, оскільки студентів дедалі частіше сприймають як «споживачів освітніх послуг», а викладачів – як «постачальників цих послуг». Така ринкова логіка остаточно руйнує екзистенційний вимір педагогічної взаємодії.

Традиційні методи профілактики (тайм-менеджмент, психологічні тренінги, йога) допомагають на поверхневому рівні, але не торкаються глибинної кризи сенсу. Для цього потрібна свідомо екзистенційна робота:

1. Повернення до первинної мотивації – регулярне нагадування собі, чому саме я колись обрав цю професію.
2. Створення «острівців свободи» – навіть у жорстких рамках завжди можна зберегти елементи авторського стилю, власної манери спілкування, улюблені тексти чи приклади.
3. Свідоме культивування справжніх людських зв'язків – додаткові офлайн-консультації, наукові гуртки, неформальні зустрічі, листування з тими студентами, які готові до діалогу.
4. Ведення рефлексивного щоденника або професійного блогу як спосіб осмислення власного шляху.
5. Участь у професійних спільнотах (не адміністративних, а саме ціннісно-споріднених), де викладач може бути почутим як особистість, а не як «трудоий ресурс».
6. Практика «повільного професорства» (slow professorship) – свідоме уповільнення, відмова від гонки за всіма новинками, концентрація на глибині, а не на кількості.

Таким чином, констатуємо, що екзистенційний вимір професійного вигорання викладача вищої школи в умовах інноваційного освітнього середовища – це глибока криза сенсу, що проявляється через втрату свободи, автентичності, осмисленої відповідальності та справжньої зустрічі з іншим. Парадокс полягає в тому, що інновації, покликані зробити освіту кращою, ефективнішою й доступнішою, нерідко призводять до відчуження викладача від самого себе й від тих, заради кого він працює. Подолати цю кризу можливо лише через свідоме повернення до базових екзистенційних цінностей педагогічної праці – свободи, відповідальності, автентичності та живого людського зв'язку. Тільки за цієї умови інноваційне освітнє середовище стане не джерелом вигорання, а простором для справжнього професійного й людського зростання.

#### *Література:*

1. Мирончук Н.М. *Професійне вигорання викладача вищої школи: чинники, ознаки, способи протидії. Теоретичні і методичні засади розвитку і самовдосконалення особистості педагога-новатора в контексті модернізації нової української школи: зб. наук.-метод. праць / за ред. О.А. Дубасенюк. Житомир: Вид-во Євенок О.О., 2017. С. 62-67.*
2. Шулдик А.В. *Професійне вигорання викладачів вищої школи. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. 2017. Т. 1№ 1. С.138-142.*
3. Piskunova L, & Kachmarchuk, S. *Features of professional burnout of a teacher in institution of higher education and ways of its prevention. Humanities Studios: Pedagogy, Psychology, Philosophy 2022. №10(4). P.102-114.*