

УДК 159.923.2

Кушнікова Світлана

старша викладачка

кафедри виховання та культури здоров'я,

КЗВО «Дніпровська академія неперервної освіти»

<https://orcid.org/0000-0002-6511-0839>**Гасюк Мирослава**

кандидат психологічних наук, доцент

професор кафедри загальної та клінічної психології

ДВНЗ «Прикарпатський національний університет

імені Василя Стефаника»

<https://orcid.org/0000-0002-6277-7726>DOI <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i19.311>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНОГО ПЕДАГОГА

Анотація. У статті виконана спроба висвітлити погляди зарубіжних та вітчизняних вчених на сутність феномену психологічного благополуччя. Авторами також уточнюється зміст поняття «психологічне благополуччя сучасного педагога», яке трактується як стійка психологічна властивість особистості, яка формується у процесі її особистої та професійної життєдіяльності та містить сукупність необхідних ресурсів для можливості реалізації власного потенціалу через систему відносин особистості з іншими людьми, світом, собою.

У дослідженні використовувались теоретичні методи: теоретико-методологічний аналіз та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних теоретичних та емпіричних досліджень; емпіричні: тестування за допомогою стандартизованої методики психодіагностики К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» в адаптації Т. Шевеленкової, П. Фесенко. Дослідження проводилося на базі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти», в якому приймали участь викладачі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти» та педагоги закладів освіти I-III ступенів Дніпропетровської області. Проведене опитування дало змогу констатувати, що лише 22 % педагогів мають високий рівень психологічного благополуччя, 43 % – середній рівень, та 35 % опитаних демонструють низький рівень психологічного благополуччя. Тестування виявило, що рівень психологічного благополуччя педагогів абсолютно не відповідає бажаному, що пояснюється кризовими соціальними процесами.

Особлива увага приділена опису основних соціально-психологічних чинників психологічного благополуччя сучасного педагога, таких як: соціальна стабільність, соціальний досвід, любов до професійної діяльності, наявність лідерських якостей, креативність, здатність до творчості, наявність життєвої та професійної мети, емоційна стабільність.

Ключові слова: психологічне благополуччя, особистість, чинники, сучасний педагог, соціальна стабільність, емоційна стабільність, лідерство, креативність

Постановка проблеми. Зміни, які останнім часом відбуваються у світі в різних соціальних системах, в тому числі і в системі освіти, висувають нові вимоги до рівня професійних компетентностей педагогічних працівників. В усі часи праця вчителя була пов'язана з високим рівнем професійного стресу через постійну напруженість, підвищену

відповідальність та широке коло обов'язків. Нагальна потреба оволодівати новими засобами і формами роботи, пов'язаними з переходом до дистанційної форми навчання, необхідність працювати в умовах воєнного стану, відсутність живого спілкування з вихованцями та колегами призводить до суттєвого психоемоційного перевантаження сучасних педагогів.

Жоден фахівець не може повноцінно виконувати свої професійні обов'язки постійно перебуваючи у підвищеному стресовому стані, а від психологічного благополуччя вчителя ще й залежить психологічне благополуччя його вихованців. Саме тому, збереження високого рівня психологічного здоров'я є невід'ємною складовою професійної компетентності сучасного педагога, адже сприяє профілактиці емоційного вигорання та неврозів, формує позитивний емоційний стан педагога. Саме тому, розуміння основних соціально-психологічних чинників психологічного благополуччя сучасного педагога є актуальною, як ніколи.

Аналіз останніх досліджень з проблеми. Проблема психологічного благополуччя особистості почала активно вивчатися зарубіжними психологами у 60-х роках ХХ століття, які розглядали цей феномен через гедоністичний та евдемоністичний підходи.

Американський психолог Бредберн заклав теоретичну основу гедоністичного підходу, говорячи про те, що для психологічного благополуччя необхідний баланс, який досягається постійною взаємодією позитивного і негативного афектів. Для отримання вищого рівня задоволеності життям позитивний афект повинен переважати над негативним. Крім того, у процесі досліджень феномену психологічне благополуччя науковці пов'язували його із наступними чинниками: станом фізичного і психосоматичного здоров'я людини (Десі, Райан, Ріфф, Сингер, Фредерік), генетичними особливостями (Аргайл, Ліккен), рівнем матеріального доходу, освітою, статусом, (Бредберн, Динер, Кассер, Райан), віком і статтю (Аргайл, Динер, Ріфф, Фесенко), культурною належністю і геодемографічним середовищем (Лінч).

Останнім часом феномен психологічного благополуччя людей різних сфер та вікових груп, визначення його складових та чинників почав привертати увагу вітчизняних науковців. Так, у роботах Сердюк (2017) вивчається структура та функції психологічного благополуччя особистості. Пошуку основних ресурсів та чинників психологічного благополуччя особистості присвячені роботи Каргіної (2018) та Кашлюк (2016). Дослідниця Горбаль у своїй роботі здійснила виокремлення соціально – психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів (Горбаль, 2016). Психологиня Карсканова досліджує психологічне благополуччя особистості сучасного педагога через призму ідей Сухомлинського про щасливого педагога. Проте, проблема визначення соціально-психологічних чинників психологічного благополуччя сучасного педагога не є повністю розкритою у сучасній науковій літературі.

Мета дослідження: висвітлити погляди зарубіжних та вітчизняних вчених на сутність феномену психологічного благополуччя, охарактеризувати основні соціально-психологічні чинники психологічного благополуччя сучасного педагога.

Методи дослідження. У дослідженні використовувались *теоретичні* методи: теоретико-методологічний аналіз та систематизація літературних наукових джерел, порівняння й узагальнення даних теоретичних та емпіричних досліджень; *емпіричні*: тестування за допомогою стандартизованої методики психодіагностики К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» в адаптації Шевеленкової, Фесенко.

Дослідження проводилося на базі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти», в якому приймали участь викладачі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти» та педагоги закладів освіти І-ІІІ ступенів Дніпропетровської області.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дедалі більше у освітній галузі зростає попит на високоефективних фахівців, які при виконанні професійних завдань володіють

здатністю бути психічно стабільними за будь яких умов, а отже, мають високий рівень психологічного благополуччя. Мета нашого дослідження спонукає нас до теоретичного аналізу наукової літератури з метою уточнення трактування феномену психологічного благополуччя та складових цього концепту.

Відомий психолог Бредберн трактує термін «психологічне благополуччя», як оптимальне психологічне функціонування та досвід, як системну єдність оптимальних психологічних якостей і станів людини: психологічного і суб'єктивного благополуччя, особистісної зрілості, гармонії особистості, самоактуалізації тощо (Bradburn, 1969). Згідно трактовки дослідниці Ріфф, психологічне благополуччя слід розглядати як позитивне функціонування людини, що відчуває задоволення від життя та від можливості реалізувати власний потенціал через систему відносин особистості з іншими людьми, світом, собою (Ryff, 1998).

Відповідно до даних попередніх досліджень (Кушнікова, 2022), у деяких зарубіжних джерелах поняття психологічне благополуччя розглядається як динамічна властивість особистості, яка містить суб'єктивні психологічні складові і пов'язана з адаптивною (здоровою) поведінкою (Bradburn, 1969; Diener, Biswas-Diener, 2002), крім того психологічне благополуччя тісною мірою пов'язане із рівнем соціальної підтримки (Gilman, 2006; Andrews, 1991). Сучасні американські вчені переконані, що психологічне благополуччя є широкою категорією, що включає 3 критерії функціонування особистості: психологічне, соціальне та фізичне (Diener, 1998). У роботах дослідника Любомирського феномен психологічного благополуччя розглядається як суб'єктивне благополуччя особистості, що, в свою чергу, включає в себе такі поняття як щастя, задоволеність життям, позитивна емоційність, психологічне здоров'я, стійкість духу тощо (Lyubomirsky, 2005).

Цікавим, на нашу думку, є погляд Лоуена щодо трактування поняття психологічне благополуччя, який наголошував на тому, що тільки та людина є психологічно благополучною, яка у процесі несприятливого життєвого досвіду не має в собі психологічної «броні». Крім того, дослідник стверджував, що для формування зрілої, гармонійної, психологічно благополучної людини необхідне зняття м'язевих бар'єрів, що в свою чергу, допомагає зняти психологічні блокування (Lowen, 1969). Отже, аналіз наукових джерел щодо трактування поняття «психологічне благополуччя» дозволив нам зробити висновок про те, що в роботах цілої низки дослідників, термін «психологічне благополуччя» асоціюється з такими поняттями як «щастя», «позитивний стиль життя» «психічне здоров'я», «емоційний комфорт», «суб'єктивне благополуччя» та інші, проте, на нашу думку, вони не є тотожними.

Таким чином, у контексті нашого дослідження феномен психологічного благополуччя педагога слід трактувати як стійку психологічну властивість особистості, яка формується в процесі її особистої та професійної життєдіяльності та містить сукупність необхідних ресурсів для можливості реалізації власного потенціалу через систему відносин особистості з іншими людьми, світом, собою.

З метою визначення загального рівня психологічного благополуччя сучасних педагогів нами було використано стандартизовану методику психодіагностики К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» в адаптації Шевеленкової, Фесенко (2005). В опитуванні приймали участь викладачі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти» та педагоги закладів освіти I-III ступенів Дніпропетровської області.

Під час опитування респондентам було запропоновано вибрати 1 із 6 тверджень (*абсолютно не згоден, не згоден, скоріше не згоден, скоріше згоден, згоден, абсолютно згоден*) за наступними параметрами: «позитивні стосунки з оточенням», «автономія», «управління середовищем», «особистісне зростання», «цілі в житті», «самоприйняття». Відповідно до ключа кожному твердженню приписувалось значення в балах (від 1 до 6).

Ті, хто в сумі мав *від 414 до 503* балів, були віднесені нами до *високого* рівня психологічного благополуччя; від *315 до 413* балів – до *середнього*; *менше 315* балів – до *низького* рівня. Отримані результати подано у табл. 1:

Таблиця 1.

Рівні психологічного благополуччя сучасних педагогів

Групи респондентів	Розподіл вибірки за показниками рівня благополуччя (у%)		
	високий	середній	низький
викладачі КЗВО «Дніпровська Академія неперервної освіти»	24	46	30
педагоги закладів освіти I-III ступенів	20	40	40
Середній показник	22	43	35

Проведене опитування дало змогу констатувати, що лише 22 % педагогів мають високий рівень психологічного благополуччя, у той час як низький рівень був зафіксований більш ніж у третини (35 %) опитуваних. Майже половина респондентів (43 %) були віднесені нами до середнього рівня загального психологічного благополуччя.

Отже, проведене тестування виявило, що рівень психологічного благополуччя сучасних педагогів абсолютно не відповідає бажаному, що, у свою чергу, спричинило необхідність виокремлення чинників, які найбільше впливають на рівень психологічного благополуччя сучасного педагога. На нашу думку, до таких чинників належать соціальні та психологічні. Погоджуючись із думкою Ю. Кашлюка, вважаємо, що під *соціальними* чинниками слід розуміти задоволеність особистості не лише власним статусом в соціумі та мікросоціальному оточенні, а й рівнем соціуму, до якого ця особистість належить, а *психологічні* чинники – це узгодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги (Кашлюк, 2016). Зазначимо, що згідно позицій дослідників, ці чинники можна класифікувати також як об'єктивні та суб'єктивні. Соціальні чинники переважно належать до об'єктивних, а психологічні – до суб'єктивних (Каргіна, 2018).

Аналіз робіт вітчизняних та зарубіжних вчених дозволив нам виокремити наступні соціально-психологічні чинники психологічного благополуччя сучасних педагогів:

- *соціальна стабільність* (наявність соціального порядку та справедливості, ефективна система соціального захисту населення, якісні механізми управління державою та соціальними процесами гарантують високий рівень психологічного комфорту громадян усіх соціальних прошарків, включаючи освітян);

- *соціальний досвід* (для здійснення ефективної професійної діяльності педагог повинен володіти певним синтезом знань про соціальну дійсність, про досвід емоційних відносин, який дозволяє знаходити якнайкращі способи спілкування з колегами, вихованцями та їх рідними, знаходити способи подолання дистресових станів);

- *любов до професійної діяльності* (професія педагога має в собі особливе зерно покликання, яке включає інтерес до педагогічної творчості та своїх вихованців, усвідомлення своїх здібностей; оптимізм та віру в досягнення близьких і далеких перспектив в своїй професійній діяльності);

- *наявність лідерських якостей* (задача педагога не лише навчати, але й надихати, вести за собою, демонструючи при цьому емоційний інтелект, психологічну надійність, адекватну самооцінку, лідерську спрямованість і потенціал, прагнення до успіху та отримання соціального визнання, задоволення від здійснення соціального впливу);

– *креативність, здатність до творчості* (в процесі професійної діяльності педагогу постійно доводиться шукати найбільш оптимальні рішення педагогічних завдань, організовувати сміливі і тонкі педагогічні експерименти, виявляти високий рівень самостійності, винахідливості, здатності до творчості);

– *наявність життєвої та професійної мети* (педагог завжди має бути відкритим до змін та постійного вдосконалення, повинен вміти ставити цілі та знаходити внутрішні та зовнішні ресурси для їх досягнення, отримуючи при цьому задоволення під процесу роботи);

– *емоційна стабільність* (одна з основних професійно значущих якостей психіки педагога, адже діяльність педагога відноситься до розряду стресогенних, вимагає значних ресурсів самоконтролю та саморегуляції, вміння зберігати рівновагу і стабільність психічних станів в постійно змінюваних життєвих обставинах) (Горбаль, 2016; Каргіна, 2018; Карсканова, 2018; Кашлюк, 2016; Піддубцева, 2016; Резунова & Передерій, 2022; Семак, 2022).

На нашу думку, саме наявність вище зазначених соціально-психологічних чинників дозволить сучасному педагогу досягти високого рівня психологічного благополуччя.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, проведене дослідження дозволяє констатувати той факт, що на сьогоднішній день у психології не існує єдиної думки, щодо трактування поняття «психологічне благополуччя», крім того, погляди вчених різняться і у визначенні основних чинників психологічного благополуччя особистості. Розуміння того, які соціально-психологічні чинники сприяють підвищенню рівня психологічного благополуччя сучасних педагогів може стати важливим підґрунтям для планування відповідними інстанціями певних соціально-психологічних заходів.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з обґрунтуванням шляхів формування психологічного благополуччя сучасних педагогів та запобігання виникненню професійних стресів та вигорання.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

- Горбаль, І. С. (2016). *Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів*. (Дис. канд. психол. наук). Львівський національний університет імені Івана Франка, Львів.
- Каргіна, Н. В. (2018). *Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості*. (Дис. канд. психол. наук). Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса.
- Карсканова, С. В. (2018). Психологічне благополуччя особистості сучасного педагога як втілення ідей В. О. Сухомлинського про щасливого педагога. *Науковий вісник Миколаївського нац. ун-ту імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*, 3(1), 63-68.
- Кашлюк, Ю. І. (2016). Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 34, 170-186.
- Кушнікова, С. В. (2022). *Психологічне благополуччя особистості: аналіз наукових підходів*. Психологія: від теорії до практики: Інноваційні технології в роботі практичного психолога: матеріали V Міжнародної науково-практичної конф. Суми: НВВ КЗ СОШПО.
- Піддубцева, О. І. (2016). Психологічні передумови формування професійно орієнтованої читацької німецькомовної компетентності у студентів-аграріїв. *Вісник Дніпропетровського ун-ту імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія*, (1), 304-309.

- Резунова, О. С., & Передерій, О. Л. (2022). Формування педагогічної самоефективності викладача як невід'ємна складова його інноваційної професійної діяльності. *Науковий часопис національного педагогічного ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*, 85, 156-159.
- Семак, Л. А. (2022). Сучасні технології навчання ділової української мови в аграрних закладах вищої освіти. *Академічні студії. Серія «Гуманітарні науки»*, (4), 33-39. Взято з doi.org/10.52726/as.humanities/2021.4.6.
- Сердюк, Л. З. (2017). Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*, 17, 124-133.
- Шевеленкова, Т., Фесенко, П. (2005). Психологическое благополучие личности: обзор основных концепций и методик исследования. *Психологическая диагностика*, 3, 95-122.
- Andrews, F. M. (1991). Stability and change in levels and structure of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 25, 1-30.
- Bradburn, N. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine publishing company. 1969.
- Diener, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. E. Diener, J. Sapyta, E.Suh. *Psychological Inquiry*, 9 (1), 94-99.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57, 119-169.
- Gilman, R., & Huebner, E. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311-319.
- Joronen, K, Astedt-Kurki, P. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well-being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 125-133.
- Lowen, A. *The betrayal of the body*. New York: Collier. 1969.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
- Rigby, B. T., Huebner, E. T. (2005). Do causal attributions mediate the relationship between personality characteristics and life satisfaction in adolescence? *Psychology in the Schools*, 42, 91-99.
- Ryan R., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(69), 719-727.

REFERENCES

- Horbal, I. S. (2016). *Sotsialno – psykholohichni chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia pensioneriv [Social and psychological factors of subjective well-being of pensioners]*. (Dissert. of Candidate of Psychological Science). Lviv National University named after I. Franko, Lviv. [in Ukrainian].
- Karhina, N. V. (2018). *Resursy ta chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti. [Resources and factors of psychological well-being of the individual]*. (Dissert. of Candidate of Psychological Science). South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy, Odesa. [in Ukrainian].
- Karskanova, S. V. (2018). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti suchasnoho pedahoha yak vtilennia idei V. O. Sukhomlynskoho pro shchaslyvoho pedahoha [Psychological well-being of the personality of a modern teacher as an embodiment of V. O. Sukhomlynskyis

- ideas about a happy teacher]. *Naukovyi visnyk Mykolaivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. O. Sukhomlynskoho. Pedagogichni nauky*, 3(1), 63-68. [in Ukrainian].
- Kashliuk, Yu. I. (2016). Osnovni chynnyky, yaki vplyvaiut na psykholohichne blahopoluchchia osobystosti [The main factors that affect the psychological well-being of an individual]. *Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, 34, 170-186. [in Ukrainian].
- Kushnikova, S. V. (2022). *Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti: analiz naukovykh pidkhodiv. [Psychological well-being of the individual: analysis of scientific approaches]. Psykholohiia: vid teorii do praktyky: Innovatsiini tekhnolohii v roboti praktychnoho psykholoha: promaterialy V Mizhnarodnoi nauково-praktychnoi konferentsii. [Psychology: from theory to practice: Innovative technologies in the work of a practical psychologist, Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference]. Sumy: NVV KZ SOIPPO. [in Ukrainian].*
- Piddubtseva, O. I. (2016). Psykholohichni peredumovy formuvannia profesiino oriietovanoi chytatskoi nimetskomovnoi kompetentnosti u studentiv-ahraryiv [Psychological prerequisites for the formation of professionally oriented German reading competence in agricultural students]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu imeni Alfreda Nobelia. Serii: Pedagogika i psykholohiia*, (1), 304-309. [in Ukrainian].
- Rezunova, O. S., & Perederii, O. L. (2022). Formuvannia pedagogichnoi samoefektyvnosti vykladacha yak nevidiemna skladova yoho innovatsiinoi profesiinoi diialnosti [The formation of the teachers pedagogical self-efficacy as an integral component of his innovative professional activity]. *Naukovyi chasopys natsionalnoho pedagogichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 5. Pedagogichni nauky: realii ta perspektyvy*, 85, 156-159. [in Ukrainian].
- Semak, L. A. (2022). Suchasni tekhnolohii navchannia dilovoi ukrainskoi movy v ahrarynykh zakladakh vyshchoi osvity [Modern technologies of Business Ukrainian teaching in agricultural institutions of higher education]. *Akademichni studii. Serii «Humanitarni nauky»*, (4), 33-39. Vziato z DOI.org/10.52726/as.humanities/2021.4.6. [in Ukrainian].
- Serdiuk, L. Z. (2017). Struktura ta funktsiia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [The structure and function of the psychological well-being of the individual]. *Aktualni problemy psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy: Psykhofiziolohiia. Psykholohiia pratsi. Eksperymentalna psykholohiia*, 17, 124-133. [in Ukrainian].
- Shevelenkova, T., & Fecenko, P. (2005). Psihologicheskoe blagopoluchhie lichnosti (obzor osnovnykh koncepcij i metodik issledovaniia) [Psychological well-being of the personality (review of the basic concepts and methods of research)]. *Psihologicheskaja diagnostika*, 3, 95-122. [In Russian].
- Andrews, F. M. (1991). Stability and change in levels and structure of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 25, 1-30. [In English].
- Bradburn, N. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine publishing company. 1969. [in English].
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57, 119-169. [in English].

- Diener, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. E. Diener, J. Sapyta, E.Suh. *Psychological Inquiry*, 9 (1), 94-99. [in English].
- Gilman, R., & Huebner, E. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311-319. [in English].
- Joronen, K., & Astedt-Kurki, P. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well-being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 125-133. [in English].
- Lowen, A. *The betrayal of the body*. New York: Collier. 1969. [in English].
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131. [in English].
- Rigby, B. T., & Huebner, E.T. (2005). Do causal attributions mediate the relationship between personality characteristics and life satisfaction in adolescence? *Psychology in the Schools*, 42, 91-99. [in English].
- Ryan R., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565. [in English].
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(69), 719-727. [in English].

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF A MODERN TEACHER

Svitlana Kushnikova

Senior teacher at the Department of Education and Health Culture,
Dnipro Academy of Continuing Education
<https://orcid.org/0000-0002-6511-0839>

Myroslava Gasyuk

Ph.D., Psychological Sciences, Associate Professor
Professor of Department of General and Clinical Psychology
State Pedagogical University
«Vasyl Stefanyk Precarpathian National University»
<https://orcid.org/0000-0002-6277-7726>

DOI <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i19.311>

Abstract. *The article clarifies the views of foreign and domestic scientists on the essence of the phenomenon of psychological well-being. The author also gives the meaning of the concept "psychological well-being of a modern teacher", which is interpreted as a stable psychological property of an individual, which is formed in the process of his personal and professional life and contains a set of necessary resources for the possibility of realizing one's own potential through the system of personal relationships with other people, the world, and oneself. Theoretical methods were used in the research: theoretical-methodological analysis and systematization of literary scientific sources, comparison and generalization of theoretical and empirical research data; empirical: testing using the standardized method of psychodiagnostics by K. Riff "Scale of psychological well-being" adapted by T. Shevelenkova, P. Fesenko. The study was conducted on the basis of the Dnipro Academy of Continuing Education, which was attended by teachers of the Dnipro Academy of Continuing Education and teachers of I-III levels of education in the Dnipropetrovsk region. The survey made it possible to state that only 22% of teachers have a high level of psychological well-being, 43% have an average level, and 35% of respondents demonstrate a low level of psychological well-being. Testing revealed that the level of psychological well-being of modern teachers does not meet the desired level, which is explained*

by social crisis. Particular attention is paid to the description of the main social and psychological factors of the psychological well-being of a modern teacher, such as: social stability, social experience, love for professional activity, the presence of leadership qualities, creativity, the ability to create, the presence of a life and professional goal, emotional stability.

Key words: *well-being, psychological well-being, personality, factors, modern teacher, social stability, emotional stability, leadership, creativity*

Стаття надійшла до редакції 25.10.2022