**Вовк Неля Павлівна,** кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, https://orcid.org/0000-0001-6601-7030

**Мохнар Людмила Іванівна,** кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, https://orcid.org/0000-0001-7753-2345

**Дячкова Ольга Михайлівна,** кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, https://orcid.org/0000-0001-5164-3522

**Vovk Nelia,** PhD in Pedagogy, associate professor, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, https://orcid.org/0000-0001-6601-7030

**Mokhnar Liudmyla,** PhD in Pedagogy, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, https://orcid.org/0000-0001-7753-2345

**Diachkova Olha,** PhD in Pedagogy, associate professor, assistant professor of Department of Psychology of Activity in Special Conditions, National University of Civil Protection of Ukraine, https://orcid.org/0000-0001-5164-3522

# ЕКОЛОГІЧНА СВІДОМІСТЬ ТА САМОЗБЕРІГАЮЧА ПОВЕДІНКА ВИКЛАДАЧА В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

# ECOLOGICAL CONSCIOUSNESS AND SELF-PRESERVATION BEHAVIOR OF UNIVERSITY LECTURERS UNDER MARTIAL LAW IN UKRAINE

**Abstract.** The article reveals ecological consciousness as an internal condition of a lecturer’s self-preservation behavior during the full-scale war in Ukraine. The aim is to reveal the content and structure of ecological consciousness, to describe the risk factors for lecturers' mental health in wartime, and to identify the components of their self-preservation behavior. Methods are theoretical analysis, systematization and generalization of scientific publications, analytical and official materials of 2020-2026. As a result, the ecological consciousness is characterized as a system of knowledge, value orientations, emotional experience and strategies of action regarding the environment, comprising cognitive, emotional, need-motivational, value-semantic and conative components. It is shown that ecological position influences behavior directly and through self-efficacy, coping and the experience of connection with nature. Data from national and international studies are summarized: according to WHO data, 46% of Ukrainians report mental health concerns and 70% experienced symptoms of anxiety, depression or severe stress; among academic staff, about 44% have moderately severe or severe anxiety, the share of people with a high level of emotional exhaustion increased during the war, and more than 80% of surveyed education professionals reported a deterioration in their emotional state. Five components of a lecturer’s self-preservation behavior (organizational, mental, social, physical, and professional-supportive) are identified. A set of diagnostic instruments and a program of empirical verification are proposed.

The developed ecological consciousness, combining knowledge, values, responsibility, reflection and strategies of action, is a condition for a lecturer's conscious care for their own health, reduces the risk of burnout and contributes to a safe educational environment; its development should be combined with accessible systemic mental health support.

**Keywords:** ecological consciousness, ecological position, self-preservation behavior, university lecturer, war, stress resistance, emotional burnout.

**Анотація.** У статті розкрито екологічну свідомість як внутрішню умову самозберігаючої поведінки викладача в умовах повномасштабної війни в Україні. Метою статті було визначено розкриття змісту і структури екологічної свідомості, проведення аналізу та характеристики чинників ризику для психічного здоров'я викладачів у воєнний час і визначення структури та складників їхньої самозберігаючої поведінки. Застосовано методи: теоретичний аналіз, систематизація й узагальнення наукових публікацій, аналітичних і офіційних матеріалів 2020-2026 рр. Результати: екологічну свідомість схарактеризовано як систему знань, ціннісних орієнтацій, емоційних переживань і стратегій дії щодо довкілля, що охоплює когнітивний, емоційний, потребово-мотиваційний, ціннісно-смисловий і конативний компоненти; показано, що екологічна позиція впливає на поведінку безпосередньо та через самоефективність, копінг і переживання зв'язку з природою. За допомогою узагальнення даних національних і міжнародних досліджень зроблено висновки про те, що 46% українців повідомляють про проблеми з ментальним здоров'ям, 70% мали симптоми тривоги, депресії або сильного стресу; серед науково-педагогічних працівників близько 44% мають помірно тяжку чи тяжку тривогу, упродовж війни зросла частка осіб із високим рівнем емоційного виснаження, а понад 80% опитаних освітян відзначили погіршення емоційного стану. У роботі виокремлено п'ять складників самозберігаючої поведінки викладача: організаційний, психічний, соціальний, фізичний і професійно-допоміжний. Авторами запропоновано комплекс діагностичних методик і програму їхньої емпіричної перевірки. Обґрунтовано висновки про те, що самозбереження не зводиться до індивідуальних зусиль: воно потребує поєднання особистої саморегуляції з організаційними заходами в закладі освіти та доступною системною допомогою. Розвиток екологічної свідомості можна розглядати як шлях формування психологічної стійкості викладача. Розвинена екологічна свідомість, що поєднує знання, цінності, відповідальність, рефлексію та стратегії

дії, є умовою усвідомленого дбання викладача про власне здоров'я, знижує ризик вигорання й сприяє створенню безпечного освітнього середовища; її розвиток доцільно поєднувати з доступною системною підтримкою ментального здоров'я.

**Ключові слова:** екологічна свідомість, екологічна позиція, самозберігаюча поведінка, викладач, війна, стресостійкість, емоційне вигорання.

**Постановка проблеми.** Повномасштабне вторгнення 2022 року агресора на територію України поставило перед освітянами нові вимоги: викладач має не лише навчати, а й підтримувати здобувачів, зберігаючи власну працездатність в умовах постійної небезпеки та невизначеності. Проблема масового характеру психологічної травматизації педагогів зумовлює потребу в науковому осмисленні механізмів їхнього самозбереження [1].

У ряді досліджень наголошується, що в умовах воєнного стану педагоги перебувають під впливом постійного стресу, а проблема психологічної допомоги їм має ознаки масовості [1; 12; 13; 14]. За даними ВООЗ, у жовтні 2024 р. 46% опитаних повідомили про проблеми з ментальним здоров’ям – це найпоширеніша проблема зі здоров'ям [7]. Згідно з дайджестом досліджень ментального здоров'я українців (станом на лютий 2026 р.), 70% респондентів ВООЗ (квітень 2025 р., N = 4000) повідомили про симптоми тривоги, депресії або сильного стресу за останній рік, проте по фахову допомогу звернулися лише 20% із тих, хто мав симптоми; за даними КМІС і VoxUkraine (2025, N = 2000), ймовірні симптоми тривожності мають 33,5% дорослих, а депресії – 28,2%, що в шість разів перевищує довоєнні показники депресії [8].

Масштаб проблеми підтверджується і даними системи охорони здоров’я: за повідомленням МОЗ (червень 2026 р.), війна означає для мільйонів українців життя в умовах тривалого стресу, а показники стрес-асоційованих захворювань зростають; лише у 2025 р. зареєстровано понад 1,1 млн нових випадків артеріальної гіпертензії та майже 146 тис. випадків порушень серцевого ритму

[9]. Щодо викладачів закладів вищої освіти, у двохвильовому дослідженні (липень 2022 р., N = 836; січень 2023 р., N = 228) частка осіб із високим рівнем емоційного виснаження зросла серед чоловіків з 33,3% до 48,4%, серед жінок – з 59,0% до 61,4% [10]. Опитування 429 науково-педагогічних працівників (грудень 2023 – лютий 2024 р., шкала GAD-7) показало, що близько 44% мають помірно тяжку (24,0%) або тяжку (20,1%) тривогу; істотний зв'язок із рівнем тривоги мала зміна постійного місця проживання [11].

У вибірці працівників освіти (N = 107) 81,3% відзначили погіршення емоційного стану, 58,9% – фізичного самопочуття; середній рівень емоційного виснаження виявлено у 39,3% респондентів. Автори дослідження доходять висновку, що більшість опитаних підтримують працездатність ціною значного внутрішнього напруження [12].

Вказану проблему підтверджують результати опитування Сумського ОІППО (2023-2024 рр.), де середній рівень тривожності виявлено у 55,3% педагогів, високий – у 10,5%; низький рівень стресостійкості мали 18,7%; водночас 60,5% продемонстрували середній рівень емоційної усвідомленості: вони обізнані зі своїми почуттями, але не завжди знають, що з ними робити [1]. За даними GoGlobal (2022), на які посилаються Михайлюта і Полях, 54% педагогів мали ознаки професійного вигорання й потребували психологічної допомоги, а 80% відзначили зростання навантаження [13]; ту саму цифру наводить Денищук [14]. Емоційний стан і стресостійкість педагога безпосередньо впливають на емоційний стан учнів та атмосферу в класі, тож збереження ресурсу викладача є умовою якості освітнього процесу [14].

Отже, актуальність заявленої теми щодо проблеми самозберігаючої поведінки викладача в умовах повномасштабної війни в Україні підтверджено рядом статистичних даних та результатів досліджень. Слід зауважити, що вразливість викладацької професії до стресу існувала й до повномасштабного вторгнення: у дослідженні 254 викладачів закладів вищої освіти під час

карантину близько двох третин адаптувалися добре, а третина мала виражені фізіологічні й психологічні наслідки [15].

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Екологічну свідомість традиційно розуміють як сукупність екологічних уявлень, ставлення до природи та стратегій і технологій взаємодії з нею; сформований тип такої свідомості визначає поведінку людини щодо природи [2]. Н. Кулеша і С. Ткачук пропонують розглядати її як систему індивідуальних уявлень і знань, створених і набутих на основі суспільного досвіду, що виявляється в орієнтації на екологічну доцільність і сприйнятті об'єктів природного середовища як рівноправних собі. Серед її ознак вони називають саморефлексивність, соціальну природу екологічних знань і орієнтацію на гармонійне співіснування людини та природи; екологічна свідомість є складним багатокомпонентним явищем, до якого належать знання про довкілля, когнітивні процеси у відносинах людини з середовищем і самосвідомість [3].

За ціннісною спрямованістю виокремлюють три типи екологічної свідомості. Антропоцентричний утверджує людину як найвищу цінність і головного суб'єкта організації середовища, для якого навколишній світ є ресурсом задоволення потреб. Природоцентричний визнає найвищою цінністю природу, на служіння якій має спрямовуватися діяльність індивіда. Екоцентричний розглядає як вищу цінність гармонійний розвиток природи та людини як її частини з урахуванням наслідків антропогенного впливу. Екологічна самосвідомість формується через відокремлення себе від світу й усвідомлення власних можливостей впливу на нього [4].

Структуру екологічної свідомості особистості описують як єдність і взаємозв'язок п'яти компонентів: когнітивного, емоційного, потребово-мотиваційного, ціннісно-смислового та конативного [5]. Когнітивний компонент утворюють знання про взаємозв'язки в природі та вплив людини на неї; емоційний – переживання, співчуття й відчуття відповідальності за стан

довкілля; потребово-мотиваційний – потреба в безпечному й чистому середовищі та мотиви природоохоронної діяльності; ціннісно-смисловий – ставлення до природи та життя як до цінності; конативний, або поведінковий, – реальні дії, звички й стратегії регуляції поведінки (змістове наповнення компонентів узагальнено автором). За іншим підходом виокремлюють когнітивний, конотативний (саморегуляція й поведінкові стратегії) та емотивний компоненти [3]. Рівень розвитку компонентів залежить від віку, статі та професійної спрямованості: у вибірці підлітків і старшокласників вищий рівень екологічної обізнаності мали учні природничого профілю порівняно з тими, хто планував здобувати економічну чи технічну освіту [5].

Центральним регулятором екологічної поведінки є екологічна позиція. Як показало дослідження К. Баєвої, вона впливає на екологічно значущу поведінку не лише безпосередньо, а й опосередковано – через контрольні переконання, особисті екологічні норми, суб'єктивне відчуття зв'язку з природою, емоційні реакції та копінг; рефлексивне усвідомлення власної належності до природи сприяє поведінці лише тоді, коли людина водночас переживає зв'язок із природою, а самоефективність частково опосередковує вплив позиції на поведінку. Позиція посилює проблемно орієнтований копінг, який, своєю чергою, активує екологічно значущу поведінку. Виокремлено й три типи екологічного світогляду: з переважанням грошових смислів, з переважанням біосферних смислів та амбівалентний [6].

За ступенем сформованості екологічну свідомість можна умовно розподілити на низький рівень (споживацьке ставлення, відсутність відповідальності), середній (знання без стійкої поведінки) і високий (стійкі переконання, що виявляються в повсякденних діях) – це узагальнення автора. Розвинена екологічна свідомість викладача проявляється як узгодженість знань, цінностей і вчинків, здатність до саморегуляції та рефлексії, відповідальність за наслідки власних дій для себе, інших людей і природи; про недостатню

сформованість свідчать розрив між знаннями й поведінкою, цинізм, споживацька установка щодо природи й людей.

Самозберігаюча поведінка визначається як система дій, спрямованих на збереження життя, здоров'я та працездатності людини; екологічна свідомість та самозбереження мають спільні психологічні механізми: ціннісно-смислове ставлення до життя й здоров’я, відповідальність за наслідки власних дій, самоспостереження (саморефлексивність [3]) і стратегії дії, що відповідають конативному компоненту. Зважаючи на те, що самоефективність і проблемно орієнтований копінг опосередковують зв'язок екологічної позиції з поведінкою [6], є підстави вважати екологічну свідомість внутрішньою умовою самозберігаючої поведінки викладача; це робоча гіпотеза статті, яку належить перевірити.

**Метою статті** є теоретичне обґрунтування структури самозберігаючої поведінки викладача в умовах війни, розкритті її змісту, визначення та обґрунтування ролі екологічної свідомості у її розвитку.

Дослідження виконано на основі загальнонаукових методів теоретичного рівня. Метод аналізу й синтезу наукових джерел застосовано для узагальнення підходів до трактування понять «самозберігаюча поведінка викладача ЗВО» та «екологічна свідомість» у психолого-педагогічній літературі. Метод систематизації використано для впорядкування структурних компонентів моделі самозберігаючої поведінки та функцій екологічної свідомості в її межах. Структурно-функціональний метод застосовано для побудови моделі самозберігаючої поведінки як цілісної системи взаємопов'язаних компонентів. Метод моделювання дозволив представити взаємодію екологічної свідомості та самозберігаючої поведінки у вигляді логічної послідовності (моделі механізму взаємодії). Використано також елементи порівняльного аналізу – для зіставлення умов професійної діяльності викладача ЗВО до та після початку повномасштабної війни, а також для порівняння емпіричних даних щодо рівня

тривожності, погіршення емоційного стану, отриманих різними дослідницькими колективами.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Психічне здоров'я педагога залежить від ставлення до себе, до інших і до потреб життя [14]. Ці параметри відповідають компонентам екологічної свідомості: ціннісно-смисловому ставленню до життя, емоційній чутливості й відповідальності, потребово-мотиваційній сфері.

Запропонована О. Романчуком формула психологічної стійкості включає п'ять складників: цінності, ефективні дії, корисне мислення, мудру регуляцію енергії та емоцій, міцні стосунки [14]. На нашу думку, вони збігаються з компонентами екологічної свідомості: цінності – з ціннісно-смисловим, ефективні дії – з конативним, регуляція енергії та емоцій – з емоційним, а міцні стосунки – з ціннісним ставленням до людей і світу. До того ж самоефективність і проблемно орієнтований копінг, що опосередковують вплив екологічної позиції на поведінку [6], є ресурсами, потрібними й для подолання професійного стресу. Тому розвиток екологічної свідомості можна розглядати як шлях формування психологічної стійкості викладача.

Аналіз ряду досліджень дозволив виокремити компоненти самозберігаючої поведінки викладача:

- Організаційний компонент, що полягає в ефективному розподілі часу й навантаження, визначення пріоритетів, правило «8 годин» (робота – відпочинок – сон) і 10-хвилинні перерви після кожних двох годин роботи [14].
- Психічний компонент, що полягає в тому, що техніки саморегуляції та зниження тривоги («час на переживання», підрахунок тривожних думок, зосередження на теперішньому моменті) [14]; використання моделі BASIC Ph, що враховує шість каналів ресурсу: віру й цінності, емоції, соціальність, уяву, когнітивні стратегії, фізичну активність [14].

- Соціальний компонент, що полягає в тому, що атмосфера підтримки й взаєморозуміння в колективі, участь у супервізіях і професійній спільноті, рефлексія власного досвіду [14]; впровадження «хвилин психологічної підтримки» для педагогів [1].
- Фізичний с компоненти – це тривалий сон, відпочинок на природі, спорт, музика та інші природні способи відновлення [14].
- Професійно-допоміжний: оволодіння навичками першої психологічної допомоги та самодопомоги, своєчасне звернення до безкоштовних ресурсів психологічної підтримки [1].

Для профілактики вигорання в умовах війни Вознюк і Бабко рекомендують проводити для педагогів тренінги з активізації особистісних ресурсів та заходи з попередження емоційного вигорання [1]. Важливим складником самозбереження є готовність просити допомоги: за дайджестом [8], частка тих, хто готовий звернутися до психолога, зросла з 7% у 2022 р. до 17% у 2025 р.

Проте самозбереження не зводиться до індивідуальних зусиль: воно потребує поєднання особистої саморегуляції з організаційними заходами в закладі освіти та доступною системною допомогою. Саме тому важливим кроком є виокремлення підходів до системної підтримки викладача ЗВО в умовах війни.

Національний план дій з охорони психічного здоров’я на 2024-2026 рр. супроводжується 24 обласними планами [7]. У межах Всеукраїнської програми ментального здоров’я «Ти як?» розбудовується система допомоги. За даними МОЗ (червень 2026 р.), психосоціальну підтримку можна отримати у понад 2,2 тис. закладів первинної медичної допомоги та 194 центрах ментального здоров'я, а також у 139 спеціалізованих закладах стаціонарної допомоги; упродовж 2025-2026 рр. таку допомогу отримали понад 800 тис. осіб, серед них понад 100 тис. дітей. У лютому 2026 р. набув чинності Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» [9]. Для викладача це означає доступність

професійної підтримки, яку варто поєднувати з власною самозберігаючою поведінкою.

Для емпіричної перевірки запропонованого підходу запропоновано комплекс методик, які вже застосовували в дослідженнях екологічної свідомості та психічного стану педагогів і науково-педагогічних працівників під час війни (табл. 1).

*Таблиця 1. Комплекс методик дослідження*

| **Показник** | **Методика** | **Приклад застосування** |
|---|---|---|
| Екологічна свідомість (потребово-мотиваційний, ціннісно-смисловий компоненти) | Методика діагностики міри задоволеності основних потреб (адаптація Л. Журавльової, М. Романової); «Ціннісні орієнтації» А. Моткова, Т. Огневої | [5] |
| Самозберігаюча поведінка викладача | Авторський опитувальник (потребує розроблення, апробації та перевірки надійності й валідності) | – |
| Тривожність | Шкала GAD-7; шкала тривожності Дж. Тейлора; скринінг PHQ-4 (тривога й депресія) | [11]; [1]; [8] |
| Емоційне вигорання | Опитувальник MBI (емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція особистих досягнень) | [10]; [12] |
| Травматичний стрес | Шкала RTTS | [12] |
| Стресостійкість і соціальна адаптація | Методика Холмса і Раге | [1] |
| Емоційна усвідомленість | Опитувальник емоційної усвідомленості К. Штайнер | [1] |
| Локус контролю здоров'я | Шкала Уолстонів (адаптація Л. Карамушки, К. Терещенко, О. Креденцер) | [1] |
| Соматичні скарги | Гіссенський опитувальник соматичних скарг | [12] |

Програма дослідження, запропонована авторами, передбачає наступні кроки:

- вибірка: викладачі закладів вищої освіти різних регіонів, зокрема тих, хто змінив місце проживання, оскільки переміщення пов'язане з рівнем тривоги [11];
- дизайн: двохвильове опитування з інтервалом у 6-12 місяців, що дозволяє простежити динаміку виснаження й тривоги, як у дослідженні [10];
- аналіз даних: описова статистика, порівняння груп (стать, переміщення, регіон), кореляційний і регресійний аналіз зв'язку компонентів екологічної свідомості з показниками самозбереження, вигорання й тривоги, перевірка опосередковувальної ролі самоефективності та копінгу за аналогією з [6];
- етичні вимоги: добровільна участь, анонімність, інформована згода, надання учасникам контактів безкоштовних ресурсів психологічної підтримки [1];
- практична частина: тренінг із саморегуляції (техніки зниження тривоги, модель BASIC Ph [14]) та «хвилини психологічної підтримки» [1] з оцінкою показників до і після втручання.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Отже, екологічна свідомість – це система знань, цінностей, емоційних переживань, потреб і стратегій дії щодо довкілля та власного життя, структура якої охоплює когнітивний, емоційний, потребово-мотиваційний, ціннісно-смисловий і конативний компоненти [5]. Вона виявляється в екологічній позиції, яка впливає на поведінку безпосередньо та через самоефективність, копінг і переживання зв'язку з природою [6]; на цій підставі екологічну свідомість можна розглядати як внутрішню умову самозберігаючої поведінки, що визначає, чи дбає людина про власне здоров'я усвідомлено, а не лише реагує на загрозу. Війна створює для викладачів комплекс ризиків – тривалий стрес, переміщення, втрати, зростання навантаження. Дані досліджень свідчать про значну поширеність тривоги (близько 44% науково-педагогічних працівників [11]), зростання емоційного

виснаження [10] та погіршення емоційного й фізичного стану працівників освіти [12]. На національному рівні 46% опитаних повідомляють про проблеми з ментальним здоров'ям [7], а за скринінгами 2025 р. 28,2% дорослих мають ймовірні симптоми депресії [8].

Самозберігаюча поведінка викладача охоплює п'ять складників: організаційний (розподіл часу й навантаження), психічний (саморегуляція, подолання тривоги), соціальний (підтримка колективу, супервізія), фізичний (сон, відпочинок, рух) і професійно-допоміжний (перша психологічна допомога, звернення по фахову підтримку). Розвиток екологічної свідомості можна розглядати як ресурс психологічної стійкості викладача, проте це робоча гіпотеза, яка потребує емпіричної перевірки запропонованим комплексом методик (табл. 1). Самозбереження не зводиться до індивідуальних зусиль: воно потребує поєднання особистої саморегуляції з організаційними заходами в закладі освіти та доступною системною допомогою [1; 9; 12; 14].

Перспективи подальших досліджень пов'язані насамперед із розробленням і психометричною перевіркою (надійність, валідність) опитувальника самозберігаючої поведінки викладача та добором діагностичного інструментарію для вивчення компонентів екологічної свідомості дорослих, а також з емпіричною перевіркою зв'язку між екологічною свідомістю, саморегуляцією, тривогою й вигоранням за допомогою кореляційного та регресійного аналізу. Доцільно провести лонгітюдні дослідження динаміки виснаження й тривоги викладачів упродовж війни та в повоєнний період [10], а також порівняльні дослідження за статтю, регіоном, досвідом переміщення [10; 11] і стажем роботи. Окремого вивчення потребують ефективність програм саморегуляції та «хвилин психологічної підтримки» в закладах вищої освіти [1; 14] і роль інституційної підтримки (навантаження, супервізія, колективна атмосфера) у збереженні психічного здоров'я викладачів [12].

***Список джерел***

1. Вознюк А., Бабко Т. Психологічна допомога педагогічним працівникам в умовах воєнного стану. Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. 2024. № 51(2). DOI: https://doi.org/10.37203/kibit.2024.51(2).03

2. Romanova M. K. Peculiarities of the structure of adult personality's ecological consciousness. 2021. URL: https://seanewdim.com/wp-content/uploads/2021/02/Romanova-M.K.-Peculiarities-of-the-structure-of-adult-personalitys-ecological-consciousness.pdf

3. Кулеша Н. П., Ткачук С. В. Особливості екологічної свідомості як компонент формування особистості в період молодості. Public Health Journal. 2023. № 3. С. 61-67. DOI: https://doi.org/10.32782/pub.health.2023.3.7

4. Екологічна самосвідомість особистості як психологічний феномен. 2020. URL: https://dsfos.udu.edu.ua/entities/publication/70174050-8485-4a02-a1bd-f8f791a140e7

5. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологічний аналіз екологічної свідомості підлітків та старшокласників. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2022. Вип. 1. С. 51–58. URL: https://ekhsuir.kspu.edu/items/f63ba2e2-7ea1-43d3-9b8e-5016ca7487cc

6. Баєва К. О. Особистісні чинники екологічно значущої поведінки: дис. … д-ра філософії: спец. 053 Психологія. Харків: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2021. URL: https://ekhnuir.karazin.ua/bitstreams/86807499-aba1-4198-abe6-781bf75e4c0c/download

7. World Health Organization Regional Office for Europe. Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. 24.02.2025. URL: https://www.who.int/europe/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation

8. Дайджест досліджень ментального здоров'я українців (станом на лютий 2026 р.). Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». URL: https://howareu.com/static-objects/howareu/media/1%20Materials/daidzest-doslidzen-mentalnogo-zdorovia-ukrainciv-02-2026-2.pdf

9. МОЗ: Розбудова системи підтримки ментального здоров'я – від первинної до спеціалізованої допомоги для кожного українця. Кабінет Міністрів України. 19.06.2026. URL: https://www.kmu.gov.ua/news/moz-rozbudova-systemy-pidtrymky-mentalnoho-zdorovia-vid-pervynnoi-do-spetsializovanoi-dopomohy-dlia-kozhnoho-ukraintsia

10. Tsybuliak N., Suchikova Y., Shevchenko L., Popova A., Kovachev S., Hurenko O. et al. Burnout dynamic among Ukrainian academic staff during the war. Scientific Reports. 2023. Vol. 13. Article 17975. DOI: https://doi.org/10.1038/s41598-023-45229-6

11. Tsybuliak N., Kolomiiets U., Lopatina H., Popova A., Suchikova Y. et al. Anxiety among Ukrainian academic staff during wartime. Scientific Reports. 2024. Vol. 14. Article 27152. DOI: https://doi.org/10.1038/s41598-024-78052-8

12. Кокун О. М., Бахмутова Л. М., Мирошниченко О. А. Травма тривалої війни: психологічні наслідки для фахівців педагогічної сфери. URL: https://eprints.zu.edu.ua/48205/1/1.pdf

13. Михайлюта С., Полях С. Проблема збереження психофізичного здоров'я сучасного педагога та аспекти її вирішення. Імідж сучасного педагога. 2024. № 2 (215). С. 59–66. DOI: https://doi.org/10.33272/2522-9729-2024-2(215)-59-66

14. Денищук І. П. Попередження емоційного вигорання та підвищення стресостійкості педагогів під час війни. Імідж сучасного педагога. 2023. № 3 (210). С. 89-95. DOI: https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-3(210)-89-95

15. Sheykina N. V., Barannyk M. O., Naumenko N. V., Alokhina N. V., Nessonova M. N., Kaidalova L. G. Study of Professional Health of Higher Education

Teachers in Ukraine under Quarantine. Interdisciplinary Description of Complex Systems. 2022. Vol. 20, No. 4. P. 336–348. DOI: https://doi.org/10.7906/indecs.20.4.3

## *References*

1. Vozniuk, A., & Babko, T. (2024). Psykholohichna dopomoha pedahohichnym pratsivnykam v umovakh voiennoho stanu [Psychological assistance to teachers under martial law]. Herald of Kyiv Institute of Business and Technology, 51(2). https://doi.org/10.37203/kibit.2024.51(2).03 [in Ukrainian].

2. Romanova, M. K. (2021). Peculiarities of the structure of adult personality's ecological consciousness. https://seanewdim.com/wp-content/uploads/2021/02/Romanova-M.K.-Peculiarities-of-the-structure-of-adult-personalitys-ecological-consciousness.pdf

3. Kulesha, N. P., & Tkachuk, S. V. (2023). Osoblyvosti ekolohichnoi svidomosti yak komponent formuvannia osobystosti v period molodosti [Peculiarities of environmental awareness as a component of personality formation in youth]. Public Health Journal, (3), 61–67. https://doi.org/10.32782/pub.health.2023.3.7 [in Ukrainian].

4. Ekolohichna samosvidomist osobystosti yak psykholohichnyi fenomen [Ecological self-consciousness of the individual as a psychological phenomenon]. (2020). https://dsfos.udu.edu.ua/entities/publication/70174050-8485-4a02-a1bd-f8f791a140e7 [in Ukrainian].

5. Tomchuk, S. M., & Tomchuk, M. I. (2022). Psykholohichnyi analiz ekolohichnoi svidomosti pidlitkiv ta starshoklasnykiv [Psychological analysis of ecological consciousness of adolescents and high school students]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia: Psykholohichni nauky, (1), 51–58. https://ekhsuir.kspu.edu/items/f63ba2e2-7ea1-43d3-9b8e-5016ca7487cc [in Ukrainian].

6. Baieva, K. O. (2021). Osobystisni chynnyky ekolohichno znachushchoi povedinky [Personal factors of environmentally significant behavior] [Doctoral dissertation, V. N. Karazin Kharkiv National University].

https://ekhnuir.karazin.ua/bitstreams/86807499-aba1-4198-abe6-781bf75e4c0c/download [in Ukrainian].

7. World Health Organization Regional Office for Europe. (2025, February 24). Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. https://www.who.int/europe/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation

8. Vseukrainska prohrama mentalnoho zdorovia «Ty yak?». (2026). Daidzhest doslidzhen mentalnoho zdorovia ukraintsiv (stanom na liutyi 2026 r.) [Digest of studies on the mental health of Ukrainians (as of February 2026)]. https://howareu.com/static-objects/howareu/media/1%20Materials/daidzest-doslidzen-mentalnogo-zdorovia-ukrainciv-02-2026-2.pdf [in Ukrainian].

9. Cabinet of Ministers of Ukraine. (2026, June 19). MOZ: Rozbudova systemy pidtrymky mentalnoho zdorovia – vid pervynnoi do spetsializovanoi dopomohy dlia kozhnoho ukraintsia [Ministry of Health: Building a mental health support system – from primary to specialized care for every Ukrainian]. https://www.kmu.gov.ua/news/moz-rozbudova-systemy-pidtrymky-mentalnoho-zdorovia-vid-pervynnoi-do-spetsializovanoi-dopomohy-dlia-kozhnoho-ukraintsia [in Ukrainian].

10. Tsybuliak, N., Suchikova, Y., Shevchenko, L., Popova, A., Kovachev, S., Hurenko, O., et al. (2023). Burnout dynamic among Ukrainian academic staff during the war. Scientific Reports, 13, Article 17975. https://doi.org/10.1038/s41598-023-45229-6

11. Tsybuliak, N., Kolomiiets, U., Lopatina, H., Popova, A., Suchikova, Y., et al. (2024). Anxiety among Ukrainian academic staff during wartime. Scientific Reports, 14, Article 27152. https://doi.org/10.1038/s41598-024-78052-8

12. Kokun, O. M., Bakhmutova, L. M., & Myroshnychenko, O. A. Travma tryvaloi viiny: psykholohichni naslidky dlia fakhivtsiv pedahohichnoi sfery [The

trauma of prolonged war: psychological consequences for education professionals]. https://eprints.zu.edu.ua/48205/1/1.pdf [in Ukrainian].

13. Mykhailiuta, S., & Poliakh, S. (2024). Problema zberezhennia psykhofizychnoho zdorovia suchasnoho pedahoha ta aspekty yii vyrishennia [The problem of preserving the psychophysical health of the modern teacher and aspects of its solution]. Imidzh suchasnoho pedahoha, 2(215), 59–66. https://doi.org/10.33272/2522-9729-2024-2(215)-59-66 [in Ukrainian].

14. Denyshchuk, I. P. (2023). Poperedzhennia emotsiinoho vyhorannia ta pidvyshchennia stresostiikosti pedahohiv pid chas viiny [Prevention of emotional burnout and increase of stress resistance of teachers during the war]. Imidzh suchasnoho pedahoha, 3(210), 89–95. https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-3(210)-89-95 [in Ukrainian].

15. Sheykina, N. V., Barannyk, M. O., Naumenko, N. V., Alokhina, N. V., Nessonova, M. N., & Kaidalova, L. G. (2022). Study of professional health of higher education teachers in Ukraine under quarantine. Interdisciplinary Description of Complex Systems, 20(4), 336–348. https://doi.org/10.7906/indecs.20.4.3