



УДК 378.091.212:005.963

PROFESSIONAL SELF-DEVELOPMENT OF TEACHERS: MOTIVES, RESOURCES, MEANS OF SUPPORT

ПРОФЕСІЙНИЙ САМОРОЗВИТОК ПЕДАГОГІВ: МОТИВИ, РЕСУРСИ, ЗАСОБИ ПІДТРИМКИ

Oleksenko S./Олексенко С. В.

ORCID: 0000-0001-7527-1778

Sabol D./ Сабол Д.М.

ORCID: 0000-0003-1491-0403

Khomenko O./Хоменко О.А.

ORCID: 0000-0003-3652-1898

*Institute of in-Service Training, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,
Kyiv, Tychyny, 22-a,**Інститут післядипломної освіти Київського столичного університету
імені Бориса Грінченка, Київ, Тичини, 22-а, 02152*

Анотація. У статті розглянуто проблему професійного саморозвитку педагогів як ключового чинника забезпечення якості освіти. Авторами проведено аналіз мотивів професійного вдосконалення, ресурсної бази та засобів підтримки психологічного благополуччя педагогічних працівників. Результати аналізу показали, що професійний саморозвиток педагогів ґрунтується переважно на внутрішніх мотивах - бажанні допомагати дітям, самореалізації, інтересу до професії та прагненні бути сучасним педагогом. Серед зовнішніх мотивів виокремлюються кар'єрне зростання, фінансова стабільність і визнання. Основними ресурсами професійного зростання є самоосвіта, участь у вебінарах і конференціях, обмін досвідом з колегами, використання цифрових освітніх платформ. Для підтримки психологічного благополуччя педагоги застосовують фізичну активність, спілкування з колегами та родиною, тайм-менеджмент, баланс між роботою та відпочинком, медитацію й релаксаційні техніки.

Отримані результати свідчать про високий рівень усвідомлення педагогами значущості власного професійного розвитку та необхідності комплексної підтримки, що поєднує мотиваційні, ресурсні та психологічні аспекти. Такий підхід сприяє формуванню стійкості, саморегуляції та ефективності професійної діяльності в умовах соціальних і воєнних викликів.

Ключові слова: професійний розвиток, саморозвиток, мотивація, ресурси, психологічне благополуччя, педагоги, професійне вдосконалення, освіта в умовах війни.

Вступ

Професійний саморозвиток педагогів є ключовим чинником забезпечення високої якості освіти та адаптації до змінюваних умов навчального процесу, особливо в умовах воєнного стану. Закон України «Про освіту» визначає безперервний професійний розвиток як постійний процес набуття знань та удосконалення професійних компетентностей фахівців після отримання вищої або післядипломної освіти. Він дозволяє підтримувати або підвищувати рівень професійної діяльності та триває протягом усього професійного шляху. При



цьому саморозвиток педагогів є ключовою складовою цього процесу. Він означає свідоме, активне і систематичне прагнення педагога: підвищувати професійну компетентність; розвивати педагогічні та особистісні якості; засвоювати нові освітні підходи, технології та методики; рефлексувати над власною практикою та робити висновки для її вдосконалення.

Саморозвиток базується на внутрішніх мотивах педагога, його готовності брати на себе відповідальність за власний професійний ріст і використовувати доступні ресурси: курси підвищення кваліфікації, онлайн-ресурси, наукову літературу, наставництво та обмін досвідом з колегами.

Професійний розвиток і саморозвиток особистості, а також визначення шляхів формування творчої індивідуальності педагога в Україні є предметом дослідження численних психологів і педагогів, серед яких Вознюк О. В., Зязюна І.А., Мамчур Л.І., Масліч С.В. С.Л., Митіна Л.М, Пехота О.М., Пуховська Л., Сидоренко В.В., Хоржевська І.М., Чертов В.І. та інші.

Якісна сучасна освіта неможлива без постійного професійного розвитку педагогічних працівників та їх відповідності актуальним потребам суспільства. Це забезпечує формування компетентного, всебічно розвиненого та конкурентоспроможного фахівця. Сучасний педагог має бути готовим до впровадження нових освітніх ідей, здатним до безперервного навчання та постійного творчого пошуку, бути вмотивованим й мати достатньо ресурсів як професійних так й емоційних, володіти засобами підтримки в кризових умовах, які породжені війною в Україні.

Мета: проаналізувати напрями професійного саморозвитку педагогів, зокрема, мотиви професійного вдосконалення, ресурсну базу та засоби підтримки та відновлення психологічного благополуччя під час війни.

Виклад основного матеріалу.

Для реалізації поставленої мети педагогам м. Києва в рамках підвищення кваліфікації на дистанційній навчальній платформі <https://elearning.ipo.kubg.edu.ua/> Інституту післядипломної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка було запропоновано



проходження дистанційного модуля «Професійний розвиток: психологічні аспекти» (автори Хоменко О.А., Олексенко С.В.). Опитування слухачів курсів відбувалося онлайн в межах контрольного тестування. Було здійснено аналіз відповідей за січень-жовтень 2025 року.

Для отримання відповідей щодо професійного саморозвитку педагогів, було запропоновано такі запитання:

- Що Вас мотивує професійно вдосконалюватися?
- Які ресурси Ви використовуєте для подальшого професійного зростання?
- Які методи чи/або засоби підтримки психологічного благополуччя Ви використовуєте?

Відповіді надавалися у вільній формі, у вигляді коротких есе. Кожен респондент міг вказати декілька варіантів у відповідь на запитання.

Аналіз відповідей показав, що педагоги, відповіді яких аналізувалися, мають високий рівень усвідомлення власних потреб щодо професійного розвитку та підтримки психологічного благополуччя, що свідчить про зрілість професійного мислення і прагнення до постійного вдосконалення. Відповіді слухачів ми об'єднали за наступними напрямками:

- мотивація до професійного вдосконалення;
- ресурси для професійного зростання;
- методи підтримки психологічного благополуччя. Подібний розподіл дозволив нам визначити пріоритетні напрями професійного саморозвитку педагогів.

Відповіді слухачів дистанційного модуля «Професійний розвиток: психологічні аспекти» за визначеними напрямками розподілилися наступним чином (Таблиця 1):

Аналіз отриманих даних свідчить про відносно рівномірний розподіл показників між досліджуваними аспектами професійної діяльності. Найвищий результат спостерігається за показником «Ресурси для професійного зростання» (30,3%), що вказує на наявність у більшості фахівців певних можливостей та інструментів для підвищення своєї кваліфікації й розвитку професійних



компетентностей.

Таблиця 1. Пріоритетність напрямів професійного саморозвитку педагогів

Напрями професійного саморозвитку педагогів		
мотивація до професійного вдосконалення	ресурси для професійного зростання	методи підтримки психологічного благополуччя
28,8%	30,3%	28,1%

Показник «Мотивація до професійного вдосконалення» (28,8%) перебуває на середньому рівні, що може свідчити про часткову потребу у зовнішніх стимулах, визнанні, підтримці чи створенні сприятливих умов для самоосвіти.

Найнижчий результат зафіксовано у сфері «Методи підтримки психологічного благополуччя» (28,1%), що може вказувати на недостатню поінформованість або практичне застосування технік саморегуляції, відновлення емоційних ресурсів і профілактики професійного вигорання.

У цілому, результати підкреслюють необхідність комплексного підходу до розвитку фахівців: не лише розширення професійних ресурсів, а й посилення внутрішньої мотивації та формування навичок психологічного самозбереження.

Задля поглибленого аналізу відповідей ми розділи кожен з напрямів професійного саморозвитку педагогів на категорії, що відображають рівень сформованості компетентностей, усвідомлення власних ресурсів і здатність підтримувати особистісну стійкість у професійній діяльності, мотивацію

Відповіді на запитання щодо мотивації професійного вдосконалення ми розділили на такі категорії: бажання допомагати дітям, бачити результати діяльності; самореалізація, особистісний розвиток; любов/ інтерес до професії, покликання; кар'єрне зростання, професійний успіх; визнання, повага, позитивний зворотний зв'язок; фінансова стабільність, матеріальна мотивація; соціальна значущість професії; приклад колег, командна робота; бажання бути сучасним педагогом; відповідальність перед учнями, батьками.



У відповідях педагогів переважають внутрішні мотиви: бажання допомагати дітям, самореалізація, любов/інтерес до професії, бажання бути сучасним вчителем. Серед зовнішніх чинників вказуються: кар'єрне зростання (31,1%), фінансова стабільність (22,9%) та визнання (27,8%). Варто відмітити, що, незважаючи на непросту ситуацію, педагоги серед зовнішніх чинників фінансову стабільність ставлять на останнє місце серед трьох названих, більше вони прагнуть кар'єрного зростання і визнання.

Домінуючими мотивами є: бажання допомагати дітям, бачити результати своєї діяльності - 45,9%, самореалізація, особистісний розвиток - 40,9% та любов/ інтерес до професії, покликання – 37,7%. Всі результати вказані в діаграмі (рис.1).



Рисунок 1. Мотивація до професійного вдосконалення.

Джерело: сформовано авторами.

Ресурси, які педагоги використовують для професійного зростання були розподілені на такі категорії: вебінари, онлайн-курси; читання фахової літератури, самоосвіта; обмін досвідом, колегіальна підтримка; освітні платформи; конференції, семінари, форуми; наставництво, менторство, супервізії; практична діяльність, досвід, рефлексія; психологічні курси, тренінги особистісного зростання; використання цифрових технологій; методоб'єднання, професійні спільноти.



Узагальнені результати відповідей педагогів щодо ресурсів для подальшого професійного зростання відображені в діаграмі (рис.2).



Рисунок 2. Ресурси для професійного зростання.

Джерело: сформовано авторами.

Основними ресурсами є самоосвіта (вебінари, курси, література), обмін досвідом з колегами, цифрові освітні платформи, конференції, семінари.

Серед методів підтримки психологічного благополуччя педагоги назвали методи, які були розподілені за такими категоріями: медитація, релаксація, дихальні техніки; тайм-менеджмент, планування часу; фізична активність, спорт, прогулянки; баланс між роботою і відпочинком; спілкування з колегами, родиною; саморефлексія, аналіз діяльності; позитивне мислення, емоційна грамотність; самовираження через творчість, хобі; професійна підтримка (коуч, психолог); ведення щоденника, усвідомленість.

Результати щодо методів підтримки психологічного благополуччя вказані на рисунку 3.

Для збереження емоційної стійкості та психологічного благополуччя педагоги використовують поєднання декількох засобів. Найбільшу кількість виборів отримали такі категорії, як фізична активність, спорт, прогулянки – 44,4%; спілкування з колегами, родиною – 40,9%; тайм-менеджмент – 34,4%; підтримка балансу між роботою та відпочинком – 32,7%; медитації, вправи на дихання, на розслаблення – 29,5%.

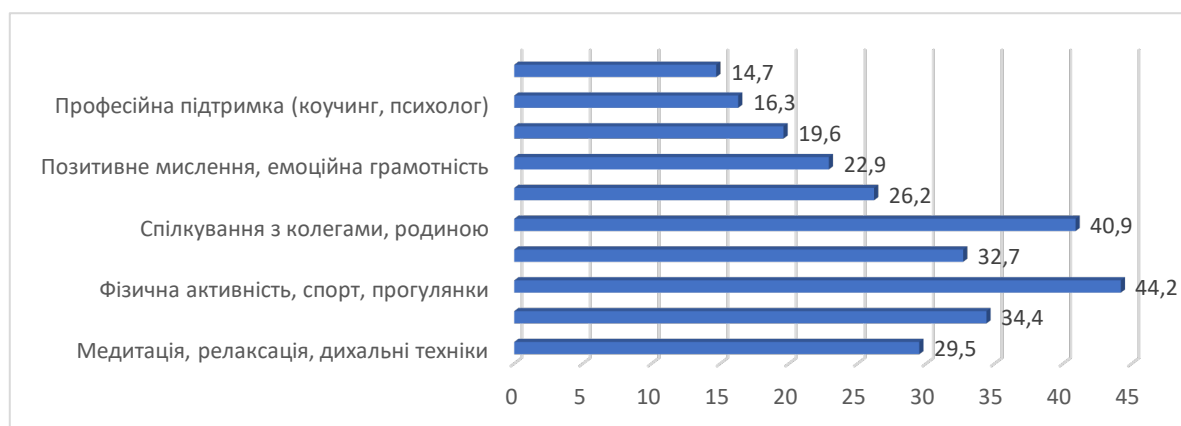


Рисунок 3. Методи підтримки психологічного благополуччя.

Джерело: сформовано авторами.

Таким чином, узагальнення відповідей педагогів свідчить про переважання внутрішніх мотивів професійного вдосконалення, серед яких лідирують бажання допомагати дітям, самореалізація, любов та інтерес до професії, прагнення бути сучасним педагогом. Зовнішні мотиви, також відіграють важливу роль, але є менш вираженими.

Крім того, педагоги найчастіше використовують самоосвіту, обмін досвідом з колегами, цифрові освітні платформи та участь у конференціях і семінарах, що демонструє активне залучення до різноманітних форм професійного розвитку.

Для підтримки психологічного благополуччя педагоги застосовують комплекс методів, серед яких найбільш популярними є фізична активність, спілкування з колегами та родиною, тайм-менеджмент, баланс між роботою та відпочинком, а також медитації та релаксаційні вправи. Використання поєднання різних засобів свідчить про усвідомлену потребу у підтриманні емоційної стійкості та психологічного балансу.

Висновки Проведений аналіз професійного саморозвитку педагогів м. Києва під час проходження дистанційного модуля «Професійний розвиток: психологічні аспекти» дозволяє зробити висновок про високий рівень усвідомлення потреб у професійному вдосконаленні та підтримці психологічного благополуччя. Виявлено три взаємопов'язані напрями професійного саморозвитку: мотивація до професійного вдосконалення, ресурси для професійного зростання та методи підтримки психологічного благополуччя.



Дані показують, що домінують внутрішні мотиви педагогів: бажання допомагати дітям, самореалізація, любов та інтерес до професії, а серед зовнішніх чинників важливими є кар'єрне зростання, фінансова стабільність та визнання колег. Серед зовнішніх чинників педагоги фінансову стабільність ставлять на останнє місце, більше вони прагнуть кар'єрного зростання і визнання. Це свідчить про більш моральну спрямованість вчителів, ніж матеріальну.

Основними ресурсами для професійного розвитку є онлайн-курси, вебінари, самоосвіта, колегіальна підтримка та цифрові освітні платформи.

Щодо підтримки психологічного благополуччя педагоги використовують комплекс методів: фізична активність, спілкування з колегами та родиною, тайм-менеджмент, баланс між роботою та відпочинком, медитації та релаксаційні техніки. Таке поєднання внутрішніх мотивів, ресурсної бази та стратегій психологічної підтримки свідчить про сформовану здатність педагогів до саморегуляції, професійного росту та збереження емоційної стійкості в умовах складних викликів, зокрема під час війни.

Отримані результати підкреслюють необхідність комплексного підходу до розвитку педагогів, який об'єднує стимулювання мотивації, забезпечення доступу до ресурсів та формування практик підтримки психологічного благополуччя.

Література

1. Закон України «Про освіту» № 2145-VIII від 05.09.2017. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
2. Линьов К., Мерзлякова О., Сабол Д., і Коцюба А. «Мотивація професійної діяльності керівників закладів загальної середньої освіти міста Києва», *ОД*, вип. 37, вип. 2, с. 55–74, Лип. 2022.
3. Олексенко С.В., Хоменко О.А. Дослідження мотивації професійної діяльності вчителів в умовах війни в Україні *Modern engineering and innovative technologies* – 2024 (31(4)). с. 3-12.

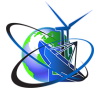


4. Олексенко С.В. та Хоменко О.А. Мотивація професійного розвитку вчителів під час війни в Україні //SWorldJournal. – 2024. – №. 26-02. – С. 108-115.
5. Олексенко С.В., Хоменко О.А. Формування потреби у саморозвитку педагогічних працівників засобами фасилітації/SWorldJournal (5)2020.С.141-147.
6. Сидоренко В.В. Безперервний професійний розвиток педагога Нової української школи в умовах формальної і неформальної освіти / зб. матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю) «Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах трансформації освіти», 25 травня 2018 року, м. Київ. - ЦППО ДВНЗ «Університет менеджменту освіти»
7. Чертов В.І. Професійний розвиток педагога ЗП(ПТ)О в умовах воєнного стану: навчально-методичний посібник. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 66 с.

References

1. Zakon Ukrainy «Pro osvitu» № 2145-VIII vid 05.09.2017. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
2. Lynov K., Merzliakova O., Sabol D., i Kotsiuba A. «Motyvatsiia profesiinoi diialnosti kerivnykiv zakladiv zahalnoi serednoi osvity mista Kyieva», OD, vyp. 37, vyp. 2, s. 55–74, Lyp 2022.
3. Oleksenko S.V., Khomenko O.A. Doslidzhennia motyvatsii profesiinoi diialnosti vchyteliv v umovakh viiny v Ukraini Modern engineering and innovative technologies – 2024 (31(4)). s. 3-12.
4. Oleksenko S.V. ta Khomenko O.A. Motyvatsiia profesiinoho rozvytku vchyteliv pid chas viiny v Ukraini //SWorldJournal. – 2024. – №. 26-02. – С. 108-115.
5. Oleksenko S.V., Khomenko O.A. Formuvannia potreby u samorozvytku pedahohichnykh pratsivnykiv zasobamy fasylitatsii/SworldJournal (5)2020.S.141-147.
6. Sydorenko V.V. Bezperervnyi profesiinyi rozvytok pedahoha Novoi ukrainskoi shkoly v umovakh formalnoi i neformalnoi osvity / zb. materialiv III Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (z mizhnarodnoiu uchastiu) «Psykhologo-pedahohichniy suprovod profesiinoi pidhotovky ta pidvyshchennia kvalifikatsii fakhivtsiv v umovakh transformatsii osvity», 25 travnia 2018 roku, m. Kyiv. - TsIPPO DVNZ «Universytet menedzhmentu osvity».
7. Chertov V.I. Profesiinyi rozvytok pedahoha ZP(PT)O v umovakh voiennoho stanu: navchalno-metodychnyi posibnyk. Bila Tserkva: BINPO DZVO «UMO» NAPN Ukrainy, 2024. 66 s.

Abstract. The article considers the problem of professional self-development of teachers as a key factor in ensuring the quality of education. The authors analyzed the motives for professional improvement, the resource base and means of supporting the psychological well-being of teachers. The results of the analysis showed that the professional self-development of teachers is based mainly on internal motives - the desire to help children, self-realization, interest in the profession and the desire to be a modern teacher. Among the external motives, career growth, financial stability and recognition are distinguished. The main resources for professional growth are self-education, participation in webinars and conferences, exchange of experience with colleagues, and the use of digital educational platforms. To support psychological well-being, teachers use physical activity,



communication with colleagues and family, time management, work-life balance, meditation and relaxation techniques.

The results obtained indicate a high level of awareness among teachers of the importance of their own professional development and the need for comprehensive support that combines motivational, resource and psychological aspects. Such an approach contributes to the formation of resilience, self-regulation and effectiveness of professional activity in conditions of social and military challenges.

Key words: *professional development, self-development, motivation, resources, psychological well-being, teachers, professional development, education in conditions of war.*

Стаття надіслана: 14.10.2025 р.