

## ПРОФЕСІЙНА ФРУСТРОВАНІСТЬ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ТА УМОВИ ЇЇ ПОДОЛАННЯ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

**Шевченко Наталія Федорівна,**  
доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології  
Запорізького національного університету  
ORCID ID: 0000-0002-5297-6588  
Researcher ID: I-2214-2018  
Scopus Author ID: 57210214638

*У статті розглянуто актуальне питання відсутності єдиного розуміння сутності професійної фрустрованості вчителя початкової школи. Проаналізовано феномен професійної фрустрованості. Зазначено, що на особистість вчителя та якість його професійної діяльності впливають внутрішні та зовнішні чинники, які детермінують стан фрустрованості. Проаналізовано особливості емоційного подолання професійної фрустрованості. Визначено, що необхідним елементом подолання професійної фрустрованості є розвиток самосвідомості, самооцінки, в тому числі професійної, вміння звертати увагу на тілесні прояви, які можуть виникати внаслідок тривалих емоційних переживань. Акцентовано увагу на важливості адекватного і усвідомленого ставлення вчителів початкової школи до власного професійного вдосконалення, знання основних закономірностей і негативних наслідків фрустрованості. Зазначено важливість підвищення професійної компетентності та професіоналізму вчителів. Визначено функції професійної фрустрованості. Проведено аналіз рівнів особистості та особливості прояву професійної фрустрованості на кожному з них. Виявлено, що здебільшого переживання професійної фрустрованості, як і фрустрації загалом, може призвести до негативних наслідків, наприклад до таких глибоких психологічних станів, як депресія, хронічний стрес, психосоматичні розлади. Запропоновано стратегію подолання професійної фрустрованості вчителя початкової школи. Описано психологічні умови, необхідні для подолання професійної фрустрованості на ціннісному, емоційному, поведінковому та когнітивному рівнях. Визначено психологічні умови, що сприяють подоланню професійної фрустрованості вчителів початкової школи. Акцентовано увагу на необхідності гармонійного розвитку всіх структурних рівнів особистості вчителя. Визначено психологічні методи подолання професійної фрустрованості вчителів початкової школи.*

**Ключові слова:** професійна фрустрованість, початкова школа, педагог, освіта, реформа освіти.

### ***Shevchenko Nataliia. Professional frustration of primary school teachers and conditions to cope with it: psychological aspect***

*The article deals with the topical issue of the lack of a unified understanding of the essence of professional frustration of an elementary school teacher. The phenomenon of professional frustration is analyzed. It is noted that the personality of the teacher and the quality of his professional activity are influenced by internal and external factors, which in turn determine the state of frustration. The features of emotional overcoming of professional frustration are analyzed. It was determined that a necessary element for overcoming professional frustration is the development of self-awareness, self-esteem, including professional, the ability to pay attention to bodily manifestations that may arise as a result of prolonged emotional experiences. Attention is focused on the importance of an adequate and conscious attitude of primary school teachers to their own professional improvement, knowledge of the main patterns and negative consequences of frustration. The importance of increasing the professional competence and professionalism of teachers is noted. The functions of professional frustration are defined. An analysis of personality levels and features of the manifestation of professional frustration at each of them was carried out. It was found that in most cases, experiencing professional frustration, as well as frustration in general, can lead to negative consequences, for example, to such deep psychological conditions as depression, chronic stress, psychosomatic disorders. A strategy for overcoming the professional frustration of an elementary school teacher is proposed. The psychological conditions necessary to overcome professional frustration at the value, emotional, behavioral and cognitive levels are described. The psychological conditions contributing to overcoming the professional frustration of primary school teachers are determined. Attention is focused on the need for harmonious development of all structural levels of the teacher's personality. Psychological methods of overcoming professional frustration of primary school teachers are determined.*

**Key words:** professional frustration, primary school, teacher, education, education reform.

**Вступ.** Професія педагогічного працівника, в тому числі вчителя початкових класів, залишається однією з найбільш стресогенних. Психологічні та організаційні особливості професії, а саме активна соціальна взаємодія, полімодальний характер (достатньо часто педагог повинен виступати і в ролі психолога, соціального працівника, корекційного педагога та ін.), специфіка професійних задач, характер взаємодії з адміністрацією освітнього закладу, міра і ступінь відповідальності,

дистанційний характер роботи (пандемія та воєнний стан), необхідність постійного освоєння ІКТ, наявність постійних освітніх реформ в галузі є саме тими чинниками, що призводять до стану фрустрованості педагога як на особистісному так і на професійному рівнях.

Питання професійної фрустрованості вчителів початкової школи та умов її подолання, в тому числі психологічних, стали предметом дослідження багатьох вітчизняних вчених, таких як І. Булах, Л. Бушанська

[1], І. Остополець [4], О. Прокоф'єва [5], М. Вовк [2], В. Луначек [3]. Також вивченню фрустрованості особистості в умовах невизначеності, змін професійної діяльності фахівців, у тому числі педагогів у процесі освітніх реформ, присвятили свої праці О. Бондарчук, В. Вітюк, І. Заїка, Л. Карамушка, D. Hanovs, Q. Li, J.M. Norwood, J. Newman, K.H. Shuja. Причини неефективних дій та деструктивних тенденцій у педагогічній діяльності пов'язувались із соціальними аспектами професії вчителя, її низькою престижністю, порушеннями процесу професійного та особистісного розвитку педагога (І. Остополець), високою стресонасиченістю, конфліктогенністю та фрустраційністю педагогічної діяльності (С. Тукаєв, Б. Паламарь, Т. Вашек, В. Мішиєв, О. Чебикін), деструктивністю внутрішньоособистісного захисного конфлікту педагога (Т. Яценко), проблемами і труднощами його професійної адаптації, несформованістю адекватних засобів педагогічної діяльності, спілкування й встановлення міжособистісних взаємин (Я. Кмит, Б. Олексієнко), низькою розвиненістю професійного мислення (V. Grinyova, O. Rezvan), невідповідністю ціннісно-смыслові системи особистості вчителя вимогам професії.

Метою статті є виокремлення основних психологічних умов, які можуть сприяти подоланню професійної фрустрованості вчителя початкової школи.

**Матеріали та методи.** Відповідно до сформульованої мети дослідження було використано загальнонаукові методи теоретичного дослідження, зокрема аналіз наукової літератури, метод систематизації для виокремлення основних психологічних умов, які можуть сприяти подоланню професійної фрустрованості вчителя початкової школи, метод синтезу і узагальнення для формулювання визначення поняття «професійна фрустрованість», виокремлення і розкриття особливостей і проявів професійної фрустрованості вчителів.

**Результати.** Необхідність дослідження такого психологічного явища, як професійна фрустрованість вчителів початкової школи, зумовлена наявними суперечностями між актуальною потребою вчителів початкових класів у формуванні навичок самоорганізації, саморегуляції і недостатнім рівнем особистої мотивації для вирішення цього питання, а також низьким рівнем усвідомленості взаємозв'язків між власним психологічним станом та якістю професійної діяльності.

Попередній теоретичний аналіз проблеми професійної фрустрованості педагогічного працівника показав відсутність чіткого трактування його змісту, незважаючи на достатню представленість проблеми в науковій спільноті. Попри це, в ході розроблення заявленої проблеми, професійна фрустрованість була визначена нами як відносно тривалий психологічний стан фахівця, який виникає внаслідок комплексної дії зовнішніх і внутрішніх чинників, які мають інтенсивний вплив, та характеризується такими емоційними проявами: втратою або переорієнтацією цілей, зниженням професійної мотивації, що призводить до підвищеної чутливості фахівця, переживання ним таких емоційних реакцій, як агресія, тривога, апатія, відчай [5].

Як і фрустрованість особистості загалом, професійна фрустрованість вчителів початкової школи:

- проявляється у таких видах, як ситуативна професійна фрустрованість, що має короткотривалу реакцію на фруструючий чинник і здебільшого є непомітною для фахівця, а також справляє мотивуючий вплив, що стимулює до конструктивних дій; тривала професійна фрустрованість, що призводить до деструктивних змін як особистості так і процесу діяльності;

- має такі функції, як комунікативна – спонукає до пошуку інформації, необхідної для досягнення професійної мети; когнітивна – дає змогу аналізувати отриману інформацію, формулювати відповідні висновки; мотивуюча – безпосередньо рішення та дія, що сприяє або досягненню мети, або появі альтернативної стратегії [5, с. 41].

Професійна фрустрованість вчителя початкової школи, проявляється на таких рівнях особистості:

- на рівні цінностей – переоцінка своїх життєвих та професійних цілей, знецінення або відмова від поставленої мети;

- на рівні мислення – переосмислення своєї професійної мети або навпаки: поява ірраціональних думок, що загострюють стан фрустрованості;

- на рівні почуттів – апатія, агресія, виснаження, депресія, невроз;

- на рівні поведінки – розвиток адаптивної поведінки або реактивної (ситуативної), яка має переважно деструктивний характер.

Таким чином, професійна фрустрованість справляє негативний вплив на всі психологічні підструктури особистості. Як результат, одним із можливих способів вирішення проблеми професійної фрустрованості вчителів початкової школи є оновлення змісту післядипломної педагогічної освіти.

Особливого значення набуває адекватне і усвідомлене ставлення вчителів до власного професійного вдосконалення, знання основних закономірностей і негативних наслідків фрустрованості, сутності саме професійної фрустрованості, пізнання основ її психопрофілактики та психокорекції [9]. Формування такої системи професійних знань передбачає безперервне удосконалення психологічної компетентності вчителів початкової школи, усвідомлення ними того, що їх професійна самореалізація пов'язана з постійним ускладненням вимог та, відповідно, цілей професійної педагогічної діяльності.

Так, для створення психологічних умов системного подолання професійної фрустрованості у вчителів початкової школи має бути гармонійний розвиток всіх структурних рівнів особистості.

1. На когнітивному рівні необхідним є розвиток на вдосконалення навичок професійної рефлексії, а також усвідомлення ірраціональних професійних упреждень, які створюють психологічні бар'єри, що стримують професійну самореалізацію вчителя [4, с. 56]. Стан професійної фрустрованості вчителів початкової школи також впливає на когнітивний компонент професійної Я-концепції, який у структурі саморозвитку представлений процесом самопізнання.

2. На емоційному рівні подолання професійної фрустрованості відбувається процес реагування на негативні відчуття, які виникають в ситуаціях професійних невдач. Цей процес може включати різноманітні стратегії та підходи, спрямовані на те, щоб відновити емоційний баланс і зберегти психічне благополуччя, які мають індивідуальний характер [7, с. 65]. Емоційне подолання професійної фрустрованості починається з осмислення та визначення джерела невіпорядкованості та розчарування. Емоційне подолання фрустрації, в тому числі професійної фрустрованості, є невід'ємною частиною професійного досвіду, що передбачає вміння конструктивно реагувати на труднощі та невдачі, які виникають в процесі реалізації професійної діяльності вчителя. Подолання фрустрації на емоційному рівні, можна реалізовувати в різноманітних формах. Це може бути усвідомлення та визнання своїх почуттів, що створює базу для їх подальшого розуміння. Також це може включати пошук конструктивних шляхів розв'язання проблеми або прийняття ситуації такою, якою вона склалася [3, с. 57]. Важливим елементом емоційного подолання професійної фрустрованості вчителя є переорієнтація уваги на позитивні аспекти, навіть у складних ситуаціях. Емоційне подолання фрустрації – це не про відкидання негативних переживань, а скоріше, про вміння керувати ними та екологічно для себе і оточуючих трансформувати їх. Для розвитку емоційного рівня та вмінь вчасно усвідомлювати власні емоційні стани, що виникають у професійній діяльності, особливо в умовах постійних змін, вчителям початкових класів необхідно своєчасно звертатись по допомогу до психолога закладу освіти.

3. Рівень цінностей особистості відіграє ключову роль у подоланні фрустраційних станів, після чого вимагає переосмислення основних переконань, які допомагають долати труднощі та невдачі. Цінність є внутрішнім компасом особистості, який не тільки формує життєві переконання, але й наповнює життя сенсом, що мотивує людину розвиватись як на особистісному, так і на професійному рівнях. Однією з ключових функцій цінностей є те, що вони надають особистості стійкості в ситуаціях розчарування та відчаю [1, с. 34]. Людина, яка орієнтована на цінності, може використовувати їх як внутрішню опору. Це може включати віру у важливість власних переваг, глибоке розуміння особистих цілей та бажання дотримуватись власних переконань. Крім того, цінності можуть виступати як мотиватори для подолання фрустрації. Коли людина визнає, що її професійна діяльність є цілеспрямованою і суспільно значущою, це може допомогти пережити тимчасові труднощі, які виникають на шляху до досягнення професійної самореалізації [7, с. 88]. Узгодженість особистісних цінностей і вчинків також може зменшити внутрішній конфлікт, що може виникати в умовах переживання стану професійної фрустрованості. Отже, рівень цінностей особистості відіграє важливу роль у здатності подолання професійної фрустрованості та фрустрації загалом, забезпечуючи стійкість, мотивацію і основу для внутрішнього зростання та адаптації.

4. Рівень поведінки – самоорганізація вчителя початкової школи (тайм-менеджмент, самоменеджмент), розвиток саморегуляції. Поведінковий компонент професійної Я-концепції відображає готовність вчителя взаємодіяти із середовищем певним способом. Цей компонент визначається мотиваційно-цільовою складовою частиною, розвиток якої реалізується через самоактуалізацію і самоорганізацію. Професійна самоактуалізація є операційним аналогом зрілості особистості (К. Рождерс, А. Маслоу, Ф. Перлз, Л. Гозман), що передбачає реалізацію особистісного потенціалу і самовдосконалення, тобто постійний процес розвитку власних потенційних можливостей задля досягнення професійної зрілості [10]. Професійна самоорганізація в контексті саморозвитку передбачає свідоме і цілеспрямоване конструювання професійної Я-концепції, виходячи з наявних еталонних уявлень та результатів оцінки власного Я. Перехід від самоорганізації до саморегуляції – це перехід від задуму, ідеї до її втілення у життя. Якщо саморегуляція, як правило, підпорядкована вирішенню завдань найближчого майбутнього, то самоорганізація може бути націлена на більш довгострокову перспективу – вибір життєвого шляху, визначення завдань самовдосконалення, конкретизацію цілей, самовиховання тощо. Тобто фахівець здійснює в професійній діяльності самоорганізацію своїх пізнавальних, особистісних можливостей і здібностей, а механізмом цього процесу є саморегуляція [6].

5. Рівень тіла. Професійна фрустрованість як вид стресу може мати прояви на рівні тіла. Саме усвідомлення вчителями початкової школи необхідності підтримки соматичного здоров'я є однією з умов подолання стану професійної фрустрованості. Гармонійність розвитку взаємозв'язків тіла і психіки дає змогу сформувати безпечні стратегії виходу з фруструючих ситуацій.

З огляду на те, що переживання фрустрованості, в тому числі професійної, має негативний вплив на всі структурні рівні особистості, що може призводити до утворення більш глибоких психологічних станів, таких як депресія, хронічний стрес, психосоматичні розлади, також варто визначити психологічні методи допомоги та профілактики, які сприятимуть створенню позитивних умов подолання цього явища. До цих методів можна віднести такі.

1. Розвиток емоційної саморегуляції та професійної рефлексії. Завдяки цьому процесу вчитель має можливість усвідомити та осмислити як професійну фрустрованість, так і проблеми у педагогічній діяльності загалом, а також проаналізувати їх та визначити нові шляхи їх вирішення [6]. У свою чергу, розвиток емоційної саморегуляції дає змогу розуміти природу власних емоцій, вміння розпізнавати їх і здатність володіти собою.

2. Підвищення рівня професійної самооцінки. Для того щоб вчитель міг адекватно сприймати себе та свою професійну діяльність, він має розвивати рівень власної самосвідомості. Самооцінка залежить від взаємин фахівця з професійним оточенням, його критичного мислення, особистих потреб, цілей і ставлення до

успіху та невдач. Рівень самооцінки впливає на ефективність професійної діяльності та подальший розвиток особистості [7]. Важливим аспектом формування зрілої особистості з адекватним рівнем професійної самооцінки є розвиток самосвідомості, усвідомлення власної професійної цінності, а також осмислення та прийняття своїх професійних досягнень.

3. Баланс між роботою та особистим життям. Терміном «work-life balance» ми можемо пояснити співвідношення часу, який витрачається на роботу, й часу на те, що подобається людині: час для себе, сім'ї, друзів, відпочинку. Тримати баланс між такими різними сферами життя достатньо важко. Тому все ж таки краще прагнути гармонії, а саме поєднання, злагодженості, взаємної відповідності якостей. Перебуваючи у гармонійному стані, педагог є більш ефективним у виконанні своїх професійних задач, що дає змогу уникнути фруструючих ситуацій [8].

4. Взаємопідтримка. Спілкування з колегами та підтримка соціальних зв'язків є одним з ефективних засобів профілактики професійної фрустрованості. Можливість обговорення проблем, які виникають у професійній діяльності з кимось, хто розуміє ситуацію, може допомогти знайти рішення та підтримати емоційне благополуччя.

5. Розвиток навичок комунікації і медіації. Ефективна комунікація з колегами, учнями та батьками може зменшити ризик конфліктів та стресу в педагогічній діяльності. Навички активного слухання, емпатії та усвідомлення професійної мети є основою у побудові позитивних відносин [8]. Тому вдосконалення навичок конструктивної комунікації та вирішення конфліктів дасть змогу уникнути негативних фруструючих ситуацій та встановити контакт з учасниками освітнього процесу.

Також для подолання стану професійної фрустрованості важливим є навчання індивідуальним методам регуляції, які вчитель зможе використовувати в будь-

який зручний час. До таких методів можна віднести дихальні вправи, медитативні вправи, усвідомлену саморегуляцію.

**Висновки.** Результати проведеного теоретичного дослідження дали змогу сформулювати такі узагальнення. Інститути післядипломної педагогічної освіти, адміністрація та психологічна служба закладів загальної середньої освіти і безпосередньо самі вчителі початкової школи мають прагнути створення психологічних умов гармонійного розвитку, які включатимуть такі компоненти, як оновлення змісту навчальних програм підвищення кваліфікації вчителів початкової школи відповідно до актуальних вимог, в тому числі інтегративне вивчення психологічних аспектів професійної педагогічної діяльності; забезпечення та сприяння постійному професійному розвитку фахівців (керівників, психологів) загальноосвітніх шкіл, а саме розвиток навичок професійної взаємодії зі вчителями початкової школи, які реалізують свою діяльність в умовах постійних змін, що дасть змогу створити позитивну психологічну атмосферу; забезпечення психологічно комфортних умов під час здійснення професійної діяльності вчителями початкових класів; психологічний супровід вчителів початкової школи в процесі розвитку навичок професійної рефлексії, саморегуляції, мотивації, що також дасть змогу вчасно виявляти такі стани, як професійна фрустрованість; підвищення рівня мотивації вчителів початкової школи та розвиток стійкості до фруструючих ситуацій.

Для подолання професійної фрустрованості потрібне постійне вдосконалення та осучаснення всіх рівнів освітньої системи, а також мотивація вчителів до розвитку індивідуальних навичок емоційної саморегуляції та усвідомлення власних психологічних станів. Подальші дослідження вибраної проблеми ми пов'язуємо з розробленням системи психопрофілактичних та психокорекційних засад для подолання професійної фрустрованості вчителя початкової школи.

#### Література:

1. Бондарчук О. Соціально-психологічні основи особистісного розвитку керівників загальноосвітніх навчальних закладів у професійній діяльності: монографія. Київ: Наук. Світ, 2008. 318 с.
2. Вовк М. Особливості переживання фрустраційних ситуацій юнацького віку. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2013. Вип. 19. С. 118–124.
3. Лунячек В. Нова українська школа: практична реалізація. URL: <https://osvita.ua/school/reform/53666> (дата звернення: 21.02.2019).
4. Остополець І. До проблеми вивчення стану фрустрації вчителів в їх професійній діяльності. *Психологія: збірник наукових праць*. Вип. 2 (9). Ч. 2. Київ: НПУ ім. М. Драгоманова, 2000. С. 287–290.
5. Мостова Т. Феномен фрустрації у контексті психоаналітичного підходу. *Модернізація освітньої системи: світові тенденції та національні особливості*: матеріали II Міжнародної наукової конференції. Kaunas: Vytautas Magnus University, 2019. С. 100–103.
6. Прокоф'єва О. Активне соціально-психологічне навчання як метод вивчення і корекції впливу психотравмуючих переживань на емоційний стан юнаків. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць. 2019 № 21. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-21.%D0%9D>.
7. Професійна педагогічна освіта: інноваційні технології та методики: монографія / за ред. О. Дубасенюк. Житомир: вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 504 с.
8. Синдром «професійного вигорання» та професійної кар'єри працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів та слухачів інститутів післядипломної освіти / за наук. ред. С. Максименка, Л. Карамушки, Т. Зайчикової. Київ, 2006. 368 с.
9. Прахова С. Психологічні детермінанти виникнення фрустраційних станів. *Когнітивні та емоційно-поведінкові чинники повноцінного функціонування людини: культурно-історичний підхід*: матеріали II Міжнародної нау-

ково-практичної конференції (Харків, 23–24 жовтня 2015 р.) / М-во освіти і науки України, ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Харків: Діса плюс, 2015. С. 65–67.

10. Шевченко Н. Особливості розвитку професійної свідомості майбутніх вчителів у процесі професійної освіти. *Journal of Psychology Research*. 2021. № 27 (10). С. 81–89. DOI: <https://doi.org/10.15421/102109>.

#### References:

1. Bondarchuk, O. (2008). *Sotsialno-psykholohichni osnovy osobystisnoho rozvytku kerivnykiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv u profesiinii diialnosti: monohrafiia* [Socio-psychological foundations of personal development of heads of general educational institutions in professional activity: monograph]. Kyiv. Nauk. svit, 318 s. [in Ukrainian].

2. Vovk, M. (2013). *Osoblyvosti perezhyvannia frustratsiinykh sytuatsii yunatskoho viku* [Peculiarities of experiencing frustrating situations in youth]. *Aktualni problemy sotsiologii, psykholohii, pedahohiky*. – *Actual problems of sociology, psychology, pedagogy*. Vyp. 19. S. 118–124 [in Ukrainian].

3. Lunyachek, V. (2019). *Nova ukrainska shkola: praktychna realizatsiia* [New Ukrainian school: practical implementation]. URL: <https://osvita.ua/school/reform/53666> [in Ukrainian].

4. Ostopolets, I. (2000). *Do problemy vyvchennia stanu frustratsii vchyteliv v yikh profesiinii diialnosti* [To the problem of studying the state of frustration of teachers in their professional activity]. *Psykhohohiia: Zbirnyk naukovykh prats*. – *Psychology: Collection of scientific papers*. Kyiv: NPU im. M. Drahomanova. Vyp. 2 (9). Ch. 2. S. 287–290 [in Ukrainian].

5. Mostova, T. (2019). *Fenomen frustratsii u konteksti psykhoanalitichnoho pidkhodu* [The phenomenon of frustration in the context of the psychoanalytic approach]. *Materialy II Mizhnarodnoi naukovoï konferentsii “Modernizatsiia osvity: svitovi tendentsii ta natsionalni osoblyvosti”* – *Materials of the 2nd International Scientific Conference “Modernization of the Educational System: World Trends and National Features”*. Kaunas: Vytautas Magnus University. S. 100–103 [in Ukrainian].

6. Prokofieva, O. (2019). *Aktyvne sotsialno-psykholohichne navchannia yak metod vyvchennia i korektsii vplyvu psykotravmuichykh perezhyvannia na emotsiinyi stan yunakiv* [Active social-psychological training as a method of studying and correcting the impact of psychotraumatic experiences on the emotional state of young people]. – *Zbirnyk naukovykh prats “Problemy suchasnoi psykholohii” (21)* – *Collection of scientific works “Problems of modern psychology” (21)*. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-21.%p> [in Ukrainian].

7. Dubaseniuk, O. (2009). *Profesiina pedahohichna osvita: innovatsiini tekhnolohii ta metodyky: monohrafiia* [Professional pedagogical education: innovative technologies and methods: monograph]. Zhytomyr: vyd-vo ZhDU im. I. Franka, 504 s. [in Ukrainian].

8. Maksymenko, S. (2006). *Syndrom “profesiinoho vyhorannia” ta profesiinoy kariery pratsivnykiv osvitnikh orhanizatsii: henderni aspekty* [The syndrome of “professional burnout” and the professional career of employees of educational organizations: gender aspects]. *Navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. ta slukhachiv in-tiv pisliadyplom. Osvity*. Kyiv, 368 s. [in Ukrainian].

9. Prakhova, S. (2015). *Psykhohohichni determinanty vynyknennia frustratsiinykh staniv. Kohnityvni ta emotsiino-povedinkovi faktory povnotsinnnoho funktsionuvannia liudyny: kulturno-istorychnyi pidkhid* [Psychological determinants of frustration. Cognitive and emotional-behavioral factors of a person’s full functioning: a cultural-historical approach]. *Materialy II Mizhnar. nauk.-prakt. konf., (Kharkiv, 23–24 zhovt. 2015 r.)*. Kharkiv: Disa plus, S. 65–67 [in Ukrainian].

10. Shevchenko, N. (2021). *Osoblyvosti rozvytku profesiinoy svidomosti maibutnikh vchyteliv u protsesi profesiinoy osvity*. [Features of future teacher’s professional consciousness development in the process of professional education]. *Journal of Psychology Research*. № 27 (10). S. 84–91. DOI: <https://doi.org/10.15421/102109> [in Ukrainian].