

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА СУЧАСНИХ ФАХІВЦІВ

УДК 37.018.43:159.922:004.738

DOI <https://doi.org/10.12958/1817-3764-2026-1-115-121>

Анголенко Валентина Володимирівна,

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної роботи

Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна.

v_angolenko@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-6673-4494>

Печериця Наталія Михайлівна,

кандидат педагогічних наук, доцент,

викладач кафедри соціальної роботи

Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна.

natalapescerica8@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9219-2294>

Онипченко Оксана Ігорівна,

доктор педагогічних наук, професор,

професор кафедри соціальної роботи

Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна.

onip4enko.o@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-5682-7897>

Тарасенко Неллі Вікторівна,

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної роботи

Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради,
м. Харків, Україна.

nelliashka@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-3990-1813>

ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У МАЙБУТНІХ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ В ПРОЦЕСІ РОБОТИ З ВПО ТА СІМ'ЯМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ ІКТ

Постановка проблеми в загальному вигляді. Соціальні працівники, які здійснюють професійну діяльність із внутрішньо переміщеними особами (ВПО) та сім'ями військовослужбовців, функціонують в умовах підвищеного психоемоційного напруження, системного

контакту з травматичним досвідом клієнтів, кризовими життєвими обставинами та ситуаціями тривалої невизначеності. Зазначені чинники істотно підвищують ризики розвитку професійного стресу, емоційного вигорання, вторинної травматизації та зниження якості

соціальної допомоги, що негативно позначається як на ефективності професійних інтервенцій, так і на психічному здоров'ї самих фахівців.

У контексті повномасштабних соціальних викликів сучасної України особливої актуальності набуває проблема цілеспрямованого формування стресостійкості у майбутніх працівників соціальної сфери на етапі їхньої професійної підготовки. Стресостійкість розглядається як інтегративна професійно значуща характеристика особистості, що забезпечує здатність до емоційної саморегуляції, збереження професійної ефективності, психологічної рівноваги та ресурсності в умовах тривалого стресового впливу. Водночас стрімкий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) створює нові можливості для модернізації системи професійної підготовки соціальних працівників. Використання ІКТ у освітньому процесі відкриває перспективи впровадження дистанційних і змішаних форм навчання, онлайн-супервізії, цифрових тренінгових програм, інструментів самодіагностики, психологічної самопідтримки та рефлексії, що сприяє підвищенню рівня професійної готовності та розвитку навичок стресменеджменту.

Таким чином, проблема дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та практичній розробці технології формування стресостійкості у майбутніх працівників соціономічного профілю в процесі професійної підготовки з використанням засобів ІКТ, що забезпечить підвищення їхньої психологічної готовності, професійної ефективності та стійкості до впливу тривалих стресогенних чинників у роботі з ВПО та сім'ями військовослужбовців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питання розвитку стресостійкості у майбутніх працівників соціономічного профілю висвітлюються у дослідженнях О. Василенко, В. Коротун, А. Львовичіної, К. Максџом, Ю. Тептџок, Л. Романовської, І. Шевякової та інших. Проблеми соціальної роботи з ВПО та сім'ями військовослужбовців досліджували В. Бочарова, І. Зверєва, А. Капська, Г. Лактіџонова, Т. Семигіна та інші. Особливості застосування

інформаційно-комунікаційних технологій у професійній підготовці майбутніх соціальних працівників активно вивчають І. Артеменко, В. Балахтар, Г. Васянович, А. Клішевич, Т. Лях, Р. Павлюк, О. Рацџул, Л. Руденко, І. Сидорук, В. Топольський, О. Човган та інші.

Разом із тим попри наявність окремих наукових розвідок щодо проблеми професійного стресу та застосування ІКТ у соціальній роботі, недостатньо розробленою залишається цілісна технологія формування стресостійкості у майбутніх працівників соціальної сфери, яка б системно поєднувала психолого-педагогічні методи розвитку стресостійкості із можливостями інформаційно-комунікаційних технологій та була орієнтована на специфіку роботи з ВПО та сім'ями військовослужбовців.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та розкритті змісту і структури технології формування стресостійкості у майбутніх працівників соціономічного профілю в процесі професійної підготовки до роботи з внутрішньо переміщеними особами та сім'ями військовослужбовців із використанням засобів ІКТ.

Основними методами дослідження стали: теоретичний аналіз, систематизація та синтез наукових джерел з проблем формування стресостійкості, професійного стресу та емоційного вигорання у фахівців соціономічного профілю; аналіз міждисциплінарних підходів до застосування ІКТ у професійній підготовці працівників соціономічного профілю; порівняльно-зіставний аналіз вітчизняного й зарубіжного досвіду використання ІКТ у підготовці фахівців допоміжних професій; педагогічне моделювання технології формування стресостійкості майбутніх працівників працівників соціономічного профілю з урахуванням специфіки роботи з ВПО та сім'ями військовослужбовців; узагальнення та інтерпретація отриманих теоретичних висновків.

Виклад основного матеріалу. У сучасній міжнародній науковій літературі стресостійкість розглядається як динамічна, багатовимірна здатність особистості ефективно адаптуватися до впливу стресогенних чинників, зберігати психологічне функціонування

та відновлюватися після переживання кризових і травматичних подій (Ang et al., 2022). Дослідники наголошують, що стресостійкість не є сталою рисою, а формується та підсилюється в процесі цілеспрямованого навчання, професійної підготовки й рефлексивної практики, особливо у фахівців допоміжних професій (Scheuch et al., 2021). Систематичні огляди ефективності цифрових програм розвитку стресостійкості засвідчують їх позитивний вплив на формування навичок емоційної саморегуляції, зниження рівня тривожності та депресивних проявів, а також на підвищення суб'єктивного відчуття професійної компетентності. Водночас у цих дослідженнях виокремлюються ключові умови результативності цифрових програм, зокрема модульність навчального контенту, інтерактивність, поєднання синхронних і асинхронних форматів, а також обов'язковий супровід кваліфікованого фахівця (Vidman & Tham, 2024).

Окремий науковий інтерес становлять дослідження, присвячені використанню віртуальної реальності та симуляційних технологій у підготовці працівників соціономічного профілю. Результати емпіричних робіт свідчать, що VR-симуляції та сценарно-рольові цифрові тренажери створюють безпечне навчальне середовище для відпрацювання навичок кризової комунікації, прийняття рішень і професійних інтервенцій. Імітація складних розмов, робота з аватарами клієнтів та моделювання кризових ситуацій дозволяють знизити ризик завдання шкоди реальним клієнтам, одночасно підвищуючи впевненість студентів у власних професійних діях та їх готовність до практичної діяльності в умовах високого емоційного навантаження (Asikainen et al., 2024).

Для українського соціального контексту, що формується в умовах тривалої воєнної кризи, особливої значущості набуває впровадження травмо-інформованого підходу у професійну підготовку майбутніх працівників соціономічного профілю. Наукові джерела акцентують увагу на необхідності врахування ризиків повторної травматизації як клієнтів, так і фахівців, культурно-соціальних особливостей постраждалих

спільнот, а також потреби у міждисциплінарній і міжсекторній координації допомоги. Відповідно, формування стресостійкості соціальних працівників має відбуватися у тісному зв'язку з розвитком чутливості до травми, професійної етики та навичок безпечної взаємодії (Lytochenko & Lytochenko, 2025; Столярик & Семигіна, 2024).

Узагальнення результатів сучасних наукових досліджень дає підстави стверджувати, що інтеграція психоосвітніх методів із цифровими інструментами (онлайн-курси, мобільні застосунки, VR-симуляції, платформи супервізії) є методологічно обґрунтованим і перспективним напрямом розвитку професійної підготовки майбутніх працівників соціономічного профілю. У сфері соціальної роботи такий підхід має особливе значення, оскільки дозволяє поєднати теоретичне осмислення цінностей і стандартів професії, відпрацювання складних соціальних інтервенцій (кризове консультування, кейс-менеджмент, міжвідомча координація, адвокація інтересів клієнта) у безпечному навчальному середовищі та системну рефлексивну підтримку. Саме така інтеграція є критично важливою для формування стресостійкості працівників соціономічного профілю, діяльність яких у роботі з ВПО та сім'ями військовослужбовців пов'язана з високим рівнем емоційного залучення, моральної відповідальності та ризиком вторинної травматизації.

З огляду на це, у статті пропонується технологія формування стресостійкості майбутніх працівників соціономічного профілю, розроблена з урахуванням специфіки соціальної роботи як допоміжної, клієнтоорієнтованої та етично регламентованої професійної діяльності. Технологія ґрунтується на поєднанні когнітивно-поведінкових технік, принципів травмо-інформованого підходу, моделі емпатичної витривалості та системних супервізійних практик, що відповідають міжнародним стандартам соціальної роботи. ІКТ в межах цієї моделі виконують інтегративну функцію, забезпечуючи єдність освітнього, тренувального, моніторингового та підтримуючого компонентів професійної підготовки працівників соціономічного профілю.

Структурно технологія реалізується через п'ять взаємопов'язаних модулів, адаптованих до програм бакалаврської, магістерської або післядипломної підготовки фахівців соціономічного профілю. Перший модуль спрямований на формування теоретико-методологічних засад соціальної роботи та включає поєднання очних і дистанційних лекцій, аналіз професійних кейсів із практики роботи з ВПО та сім'ями військовослужбовців, а також засвоєння базових принципів травмо-інформованого підходу у соціальному супроводі. Другий модуль орієнтований на розвиток навичок емоційної регуляції та самозбереження соціального працівника через тренінгові заняття з майндфулнесу, дихальних і тілесно-орієнтованих технік, доповнених цифровими вправами для щоденної самостійної практики в умовах професійного навантаження. Третій модуль зосереджується на формуванні комунікативних компетентностей і навичок кризової соціальної інтервенції шляхом рольових ігор і VR-симуляцій типових ситуацій соціальної роботи (первинний контакт, кризове інтерв'ю, робота з агресією, емоційним зривом клієнта). Четвертий модуль забезпечує супервізійну та рефлексивну підтримку соціальних працівників через регулярні онлайн-сесії супервізії, групові професійні обговорення та ведення електронних рефлексивних щоденників. П'ятий модуль спрямований на моніторинг психоемоційного стану та розвиток навичок професійної самопомоги із застосуванням мобільних трекерів самопочуття, автоматизованих нагадувань і аналітики індивідуального прогресу.

Застосування ІКТ у межах запропонованої технології істотно розширює можливості професійної підготовки майбутніх працівників соціономічного профілю та модернізує традиційні підходи до соціальної роботи. ІКТ забезпечують створення інтерактивних освітніх модулів на основі цифрових платформ дистанційного та змішаного навчання, що поєднують відеолекції, мультимедійні матеріали, кейс-стаді, ситуаційні завдання та автоматизовані системи тестування для поетапного контролю засвоєння професійних знань і компетентностей. Такий формат сприяє індивідуалізації навчання,

гнучкості освітньої траєкторії та підвищенню доступності професійної підготовки для студентів і фахівців із різних регіонів.

Використання цифрових симуляційних технологій, зокрема VR-середовищ і аватарорієнтованих тренажерів, дозволяє моделювати типові та кризові ситуації соціальної роботи (первинний прийом ВПО, кризове інтерв'ю з членами сімей військовослужбовців, робота з емоційною дезорганізацією клієнта, міжвідомча взаємодія). Це створює безпечний простір для відпрацювання професійних інтервенцій без ризику завдання шкоди реальним клієнтам, сприяє розвитку практичних навичок, професійної впевненості та здатності до саморегуляції у стресових умовах.

ІКТ також забезпечують організацію дистанційної супервізії та колегіальної професійної взаємодії шляхом використання відеоконференцзв'язку, спеціалізованих онлайн-платформ і захищених комунікаційних каналів. Це дозволяє майбутнім соціальним працівникам регулярно отримувати підтримку супервізорів, брати участь у групових обговореннях складних випадків, обмінюватися досвідом та рефлексувати власну професійну діяльність незалежно від географічного розташування, що є особливо важливим в умовах воєнного стану та обмежених ресурсів.

Окремий напрям застосування ІКТ пов'язаний із моніторингом психоемоційного стану та профілактикою професійного вигорання. Мобільні застосунки та цифрові трекери самопочуття дозволяють здійснювати регулярну самооцінку рівня стресу, емоційного виснаження та професійної задоволеності, надають персоналізовані рекомендації з самопомоги, а також формують аналітичні дані для оцінювання динаміки змін у процесі навчання. Зібрані цифрові дані можуть бути використані для наукового аналізу ефективності технології, корекції навчального контенту та вдосконалення програм професійної підготовки працівників соціономічного профілю.

Таким чином, ІКТ у межах запропонованої технології виконують комплексну функцію, поєднуючи освітній, тренувальний, комунікативний, моніторинговий і дослідницький

компоненти, що забезпечує системний вплив на формування стресостійкості та професійної готовності майбутніх фахівців соціономічного профілю.

Процес упровадження технології передбачає поетапну реалізацію, що включає аналіз потреб локальної спільноти та практики соціальної роботи, адаптацію змісту модулів до соціокультурного й організаційного контексту, пілотне впровадження з використанням стандартизованих інструментів оцінювання, подальше масштабування та інтеграцію у навчальні плани закладів вищої освіти й системи післядипломної підготовки, а також регулярне оновлення контенту з урахуванням професійного зворотного зв'язку.

Оцінювання результативності технології здійснюється із застосуванням кількісних і якісних методів, зокрема стандартизованих опитувальників для вимірювання рівня професійного стресу та вигорання працівників соціономічного профілю, аналітики цифрових платформ (активність, завершення модулів, динаміка участі), а також фокус-груп і напівструктурованих інтерв'ю із супервізорами. Обов'язковою умовою реалізації технології є дотримання етичних стандартів соціальної роботи, забезпечення конфіденційності персональних даних, інформованої згоди учасників, доступу до професійної психологічної допомоги у разі загострення емоційного стану, а також інституційна підтримка з боку роботодавців і органів соціального захисту.

Висновки і пропозиції. Узагальнюючи, можна зробити висновок, що формування стресостійкості майбутніх працівників соціономічного профілю є одним із ключових чинників їх професійної готовності до діяльності в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Особливої значущості набуває

цілеспрямована підготовка фахівців до роботи з внутрішньо переміщеними особами, сім'ями військовослужбовців та іншими вразливими категоріями населення, що потребує розвинених навичок емоційної саморегуляції, адаптивного реагування на стресові ситуації та запобігання професійному вигоранню.

Використання сучасних психоосвітніх підходів у поєднанні з ІКТ створює ефективні умови для розвитку стресостійкості у процесі професійної підготовки працівників соціономічного профілю. Інтерактивні освітні платформи, цифрові симуляції професійних ситуацій, онлайн-тренінги та дистанційна супервізія забезпечують не лише засвоєння теоретичних знань, а й формування практичних умінь управління власним психоемоційним станом, використання конструктивних копінг-стратегій і підтримання професійної ефективності в кризових умовах.

Крім того, інтеграція запропонованої технології формування стресостійкості у систему вищої та післядипломної професійної освіти сприяє створенню психологічно безпечного та підтримувального освітнього середовища. Таке середовище забезпечує розвиток професійної витривалості, підвищення якості соціальної допомоги та зниження ризиків вторинної травматизації фахівців соціономічного профілю, що є необхідною умовою їх сталого професійного функціонування та довготривалої професійної самореалізації.

В. Анголенко, Н. Печериця, О. Онипченко, Н. Тарасенко зробили рівний внесок у всі ключові етапи дослідження: від аналізу наукових джерел і обґрунтування актуальності теми, розроблення концептуальних і методологічних засад, до узагальнення результатів, підготовки первісного рукопису, колективного редагування тексту та оформлення списку використаних джерел.

Література

1. Столярик О., Семигіна Т. Голоси стійкості: рефлексії українських соціальних працівників у час війни. *Social Work and Education*. 2024. Т. 11, № 1. С. 7–22. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.24.1.1>
2. Asikainen I., Kannisto H., Ansio H., Koskela I., Puro V. Safety at work in the process industry as a group accomplishment: Shadowing safety-as-done. *Safety Science*. 2024. Vol. 172. Art. no. 106408. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2023.106408>

3. Ang W. H. D., Chew H. S. J., Dong J., Yi H., Mahendren R., Lau Y. Digital training for building resilience: a systematic review and meta-analysis. *Stress Health*. 2022. Vol. 38, Issue 5. P. 848–869. DOI: <https://doi.org/10.1002/smi.3154>
4. Lytovchenko O., Lytovchenko O. Trauma-informed approach: relevance for Ukrainian social work. *Social Work and Education*. 2025. Vol. 12, No. 2. P. 224–231. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.25.2.8>
5. Scheuch I., Peters N., Lohner M. S., Muss C., Aprea C., Fürstenau B. Resilience Training Programs in Organizational Contexts: A Scoping Review. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. Art. no. 733036. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.733036>
6. Vidman Å., Tham P. Dialogue with avatars in simulation-based social work education: a scoping review. *Social Sciences*. 2024. Vol. 13, No. 11. Art. no. 628. DOI: <https://doi.org/10.3390/socsci13110628>

References

1. Stolyaryk, O., & Semihina, T. (2024). Holosy stiikosti: refleksii ukrainskykh sotsialnykh pratsivnykiv u chas viiny [Voices of resilience: Reflections of Ukrainian social workers during the war]. *Social Work and Education*, 11 (1), 7–22. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.24.1.1> [in Ukrainian].
2. Asikainen, I., Kannisto, H., Ansio, H., Koskela, I., & Puro, V. (2024). Safety at work in the process industry as a group accomplishment: Shadowing safety-as-done. *Safety Science*, (172), 106408. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2023.106408>
3. Ang, W. H. D., Chew, H. S. J., Dong, J., Yi, H., Mahendren, R., & Lau, Y. (2022). Digital training for building resilience: A systematic review and meta-analysis. *Stress Health*, 38 (5), 848–869. DOI: <https://doi.org/10.1002/smi.3154>
4. Lytovchenko, O., & Lytovchenko, O. (2025). Trauma-informed approach: Relevance for Ukrainian social work. *Social Work and Education*, 12 (2), 224–231. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.25.2.8>
5. Scheuch, I., Peters, N., Lohner, M. S., Muss, C., Aprea, C., & Fürstenau, B. (2021). Resilience training programs in organizational contexts: A scoping review. *Frontiers in Psychology*, (12), 733036. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.733036>
6. Vidman, Å., & Tham P. (2024). Dialogue with avatars in simulation-based social work education: A scoping review. *Social Sciences*, 13 (11), 628. DOI: <https://doi.org/10.3390/socsci13110628>

Анголенко В. В., Печериця Н. М., Онипченко О. І., Тарасенко Н. В. Технологія формування стресостійкості у майбутніх працівників соціономічного профілю в процесі роботи з ВПО та сім'ями військовослужбовців засобами ІКТ

У статті розглянуто проблему формування стресостійкості у майбутніх працівників соціономічного профілю в умовах роботи з внутрішньо переміщеними особами та сім'ями військовослужбовців. Проаналізовано сучасний стан досліджень із професійного стресу, емоційного вигорання та застосування ІКТ у підготовці працівників соціономічного профілю в Україні та за кордоном. Виявлено недостатню розробленість комплексної технології формування стресостійкості, яка поєднувала б психолого-педагогічні методи з цифровими інструментами та враховувала специфіку роботи з уразливими категоріями населення.

Розкрито сутність стресостійкості як інтегративної професійно значущої характеристики особистості та обґрунтовано значення використання ІКТ для розвитку навичок емоційної саморегуляції, кризової комунікації та запобігання професійному вигоранню. Запропоновано технологію формування стресостійкості, яка реалізується через п'ять взаємопов'язаних модулів: теоретико-методологічний, емоційної регуляції, комунікаційно-кризової інтервенції, супервізійно-рефлексивний та моніторингово-самопоміжний. Показано роль цифрових платформ, VR-симуляцій, онлайн-тренінгів та дистанційної супервізії у забезпеченні інтерактивного навчання та безпечного практичного відпрацювання професійних навичок.

Підкреслено важливість інтеграції технології у систему вищої та післядипломної освіти для створення психологічно безпечного та підтримувального середовища, що сприяє підвищенню професійної готовності, розвитку адаптивної витривалості та ефективності соціальної допомоги в умовах підвищеного емоційного навантаження.

Ключові слова: технології соціальної роботи, стресостійкість, підготовка працівників соціономічного профілю, неперервна підготовка, ВПО, сім'ї військовослужбовців, ІКТ.

Anholenko V. V., Pecherytsia N. M., Onypchenko O. I., Tarasenko N. V. Technology for developing stress resilience in future socionomic professionals in the process of working with internally displaced persons and military families using ICT

The article addresses the problem of developing stress resilience in future socionomic professionals in the context of working with internally displaced persons and families of military personnel. The current state of research

on occupational stress, emotional burnout, and the use of information and communication technologies (ICT) in the training of socioeconomic professionals in Ukraine and abroad is analyzed. The study identifies an insufficient development of a comprehensive technology for fostering stress resilience that would combine psychological and pedagogical methods with digital tools and take into account the specifics of working with vulnerable population groups.

The essence of stress resilience is revealed as an integrative professionally significant personal characteristic, and the importance of using ICT for the development of emotional self-regulation skills, crisis communication, and prevention of professional burnout is substantiated. A technology for developing stress resilience is proposed, implemented through five interrelated modules: theoretical and methodological, emotional regulation, communication and crisis intervention, supervision and reflection, and monitoring and self-help. The role of digital platforms, VR simulations, online training, and distance supervision in ensuring interactive learning and safe practical training of professional skills is demonstrated.

The importance of integrating this technology into the system of higher and postgraduate education is emphasized in order to create a psychologically safe and supportive environment that contributes to increasing professional readiness, developing adaptive resilience, and enhancing the effectiveness of social assistance under conditions of increased emotional load.

Key words: social work technologies, stress resilience, training of socioeconomic professionals, lifelong learning, internally displaced persons, military families, ICT.

Дата першого надходження статті до видання: 20.12.2025

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 27.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 18.03.2026

Стаття поширюється на умовах
ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

