

житті, увага до ментального здоров'я дозволяє покращити якість життя, підвищити ефективність навчання та сприяти розвитку особистості.

Зберегти ментальне здоров'я на етапі дошкільного віку вкрай важливо: це формує основи психічного і емоційного благополуччя, яке впливатиме на весь життєвий шлях дитини. Навички та стратегії, які формуються в дошкільному дитинстві, мають потенціал визначати ментальне, психічне і емоційне здоров'я дитини й надалі.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-113>

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ SOFT SKILLS У МАЙБУТНЬОГО ВИКЛАДАЧА ЗВО

Федорова Дар'я Олегівна

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

Науковий керівник: Прокоф'єва Л.Б.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

Українське суспільство сьогодні стикається з численними викликами, зумовленими воєнним станом, економічною нестабільністю та соціальними трансформаціями. Постійний стрес, невизначеність і високий рівень психологічного навантаження впливають на ментальне здоров'я людей. У таких реаліях важливо розвивати внутрішні ресурси особистості, зокрема *soft skills* – надпрофесійні навички, що забезпечують адаптивність, емоційну регуляцію та комунікаційну ефективність.

В умовах, коли Україна переживає складний етап свого розвитку, *soft skills* стають важливим ресурсом не лише для професійної самореалізації, а й для збереження психологічної рівноваги та побудови міцного, стійкого суспільства. Особливо критично це питання постає для викладачів, які повинні не лише передавати знання та зберігати власний ментальний стан, а й підтримувати психологічне благополуччя здобувачів освіти.

Варто зазначити, що тема важливості *soft skills* у сучасному світі є доволі актуальною серед українських дослідників, зокрема серед таких авторів, як Муравйова І.О., Наход С.А., Мітченко К.В., Кірдан О.,

Маруховська-Картунова О.О., Ришак Н.І., Гапончук О.М., Волобуєва Т., Целікова А., Болокан І. Однак, наразі недостатньо наукових досліджень, які б ґрунтовно висвітлювали розвиток *soft skills* у контексті їхнього впливу на збереження ментального здоров'я фахівців різних сфер, зокрема викладачів.

Аналіз наявних досліджень показує, що більшість авторів наголошують на необхідності формування *soft skills*, підкреслюючи їхній позитивний вплив на ефективність професійної діяльності та підвищення рівня задоволеності життям.

Вчені Олена та Олександр Кірдан у спільному дослідженні визначають *soft skills* як сукупність компетентностей, якостей, умінь, здібностей, процесів, що уможливають успішну професійну діяльність у швидкозмінюваних та/або невизначених умовах [2, с. 154].

Дослідник К.В. Мітченко акцентує увагу на тому, що розвиток *soft skills* веде до підвищення рівня самоусвідомлення та саморозуміння, формування чітких життєвих цінностей та цілей, підвищення здатності до саморегуляції та адаптації, рівня задоволеності життям та є важливими факторами загального психічного благополуччя людини [4, с. 58]. Розвиток *soft skills* не лише сприяє досягненню успіху в професійному житті, а й відкриває нові можливості для саморозвитку. Завдяки добре сформованим *soft skills* особистість стає більш усвідомленою, емоційно стійкою та здатною до самореалізації, що сприяє її життєвій задоволеності.

Вчений С.А. Наход дає авторське визначення поняття «*soft skills*» як комплексу неспеціалізованих надпрофесійних «гнучких компетентностей», що впливають на успішне виконання професійних обов'язків фахівців будь-якого профілю, зокрема спеціалістів соціономічних професій [5, с. 132].

Отже, під «*soft skills*» будемо розуміти комплекс надпрофесійних компетентностей, що забезпечують ефективну взаємодію з іншими, адаптивність та емоційну регуляцію, сприяючи не лише професійній успішності, а й підтримці психічного благополуччя.

Дослідник С.А. Наход виокремлює основні компоненти *soft skills*: соціально-комунікативний компонент, прогностичний компонент, інноваційний компонент та акмеологічний компонент [5, с. 132]. У сучасних умовах нестабільності та глобальної невизначеності акмеологічний та соціально-комунікативний компоненти відіграють ключову роль у підтримці ментального здоров'я.

Акмеологічний компонент передбачає саморозвиток, рефлексію, прагнення до вдосконалення, психологічну пластичність, здатність знаходити внутрішні ресурси для подолання труднощів, що допомагає зберігати психологічну рівновагу та мотивацію навіть у складних обставинах.

Соціально-комунікативний компонент сприяє ефективній взаємодії, вмінно вибудовувати конструктивні комунікації та знаходити підтримку в соціальному середовищі, що є важливим фактором психологічного благополуччя. В свою чергу, у його складі провідне місце займає емоційний інтелект, який визначає здатність розуміти й управляти власними емоціями, а також ефективно сприймати емоційні стани інших, що сприяє налагодженню гармонійної взаємодії. Також ключову роль відіграє соціальна фасилітативність, яка допомагає людині позитивно впливати на інших, створювати позитивну атмосферу. Варто зазначити емпатію та конфліктологічну компетентність, яка являє собою важливий аспект професійної підготовки майбутніх викладачів до педагогічної діяльності. Завдяки конфліктологічно – компетентній підготовці забезпечується конструктивний, суб'єкт – суб'єктний, особистісно – орієнтований характер педагогічної взаємодії. Така компетентність сприяє формуванню здорових міжособистісних відносин, знижує рівень напруженості у комунікації, сприяє ефективному вирішенню конфліктів.

Для викладачів значення *soft skills* набуває особливого характеру, оскільки їхня робота ґрунтується на взаємодії з людьми, що за своєю суттю є непередбачуваною і не формалізованою. Функціонуючи у середовищі «людина-людина», педагоги мають підтримувати власний ментальний стан, регулювати власні емоції та рівень стресу, щоб мати можливість налагоджувати ефективну комунікацію з іншими.

В умовах постійних трансформацій освітнього середовища та нестабільності сучасного світу, викладачі повинні бути не лише експертами у своїй галузі, але й здатними створювати підтримуюче, мотивуюче та адаптивне навчальне середовище.

Дослідники О.О. Маруховська-Картунова, Н.І. Ришак і О.М. Гапончук зазначають, що викладання «м'яких» навичок вважається неметодичним, таким, яке виходить за рамки освітнього процесу [3, с. 500]. Можна дійти висновку, що студенти, у тому числі майбутні педагоги, часто набувають *soft skills* випадковим чином, спираючись на різні життєві ситуації поза рамками навчання. Такий неструктурований підхід обумовлює суттєву неоднорідність у рівні розвитку *soft skills* серед студентів, і у деяких випадках ці навички набуваються на значно нижчому рівні, ніж це можливо за умов системного підходу у рамках освітнього процесу.

Важливо відзначити, що оцінка рівня сформованості *soft skills* є нетривіальним завданням, оскільки ці навички мають внутрішній характер і не піддаються прямому кількісному вимірюванню.

Дослідження, проведене вченими Т. Волобуєвою, А. Целіковою, І. Муравйовою та І. Болоканом, свідчить, що саме на стадії

професійного навчання слід приділити максимальну увагу розвитку *soft skills* у здобувачів [1, с. 213].

На основі проведеного аналізу науково-педагогічної літератури можна констатувати, що питання розвитку *soft skills* залишається актуальним, особливо у контексті підготовки майбутніх викладачів в умовах кризи та невизначеності. Стадія професійного навчання має найбільший потенціал для розвитку *soft skills*, однак цей ресурс часто не використовується належним чином або ж залишається поза увагою освітнього процесу.

Можна зробити висновок, що відсутність системного підходу призводить до того, що можливості цілеспрямованого формування *soft skills* у майбутніх фахівців втрачаються, їхній розвиток відбувається хаотично та несистематично. Це, як наслідок, впливає не лише на професійну підготовку, а й на психологічну стійкість та ментальне здоров'я майбутніх викладачів.

Таким чином, системний підхід до формування *soft skills* у процесі професійної підготовки може стати не лише шляхом для підвищення конкурентоспроможності майбутніх викладачів, а й важливим фактором підтримки їхнього ментального благополуччя, що дозволить їм ефективно адаптуватися до професійних викликів і зберігати психологічну рівновагу в умовах нестабільності.

Перспективою подальших досліджень у цьому напрямі є діагностика та оцінка рівня *soft skills*, а також розробка ефективних стратегій їхнього розвитку в закладах вищої освіти.

Література:

1. Волобуєва Т., Целікова А., Муравйова І., Болокан І. Формування *soft skills* на стадіях професійного становлення особистості. *Acta Paedagogica Volyniensis*, 1. 2022. С. 210–215.
2. Кірдан О., Кірдан О. Формування *soft skills* здобувачів вищої освіти в освітньому процесі закладу вищої освіти. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи. 2021. Вип. 2 (6). С. 152–160.
3. Маруховська-Картунова О.О., Ришак Н.І., Гапончук О.М. Роль емоційного інтелекту як *soft skills* у сучасному освітньому процесі. 2023. С. 496–508.
4. Мітченко К.В. Характеристики психологічної зрілості як *soft skills* сучасної особистості. *Дніпро*. 2024. С. 58–64.
5. Наход С.А. Значущість «*soft skills*» для професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. 2018. No 63. С. 131–135.