

teaching system, the organization of the learning process, the specifics of the subjects, as well as the individual characteristics of the student and the teacher.

Originality. The modernization of the pedagogical terms for the formation of the professionalism of future nurses is to create a pedagogically comfortable, professionally oriented educational environment; introduction of innovative educational technologies and interactive teaching methods; awareness of students about the role of professional competence in their activities, which is the result of a combined effect of needs and goals, motives and incentives, and cognitive interests.

Conclusion. Modernization of pedagogical terms of forming of the professionalism of future nurses is a requirement of the present day, which ensures the formation of competence-ideological professional characteristics of a future specialist, the ability to change and improve their activities on the basis of self-acquired knowledge.

Keywords: pedagogical terms; modernization; institutions of higher medical education.

Одержано редакцією 20.01 2019
Прийнято до публікації 26.01 2019

DOI 10.31651/2524-2660-2019-2-185-190

ORCID 0000-0002-8092-542X

ЖАРА Ганна Іванівна,

кандидат педагогічних наук доцент,
доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
e-mail: zhannafarm@gmail.com

УДК 378:37.091.12.011.3-051:613

ДИНАМІКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я І ЗОНИ ПРОФЕСІЙНОГО КОМФОРТУ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ НА ЕТАПІ МАГІСТЕРСЬКОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті розкривається питання формування компетентності індивідуального здоров'язбереження у майбутніх учителів на етапі магістерської підготовки. Запровадження двох спекурсів валеологічного спрямування дозволяє закріпити навички здоров'язбереження у студентів і сформуванати відповідні компетенції. Результати діагностики підтверджують ефективність запропонованого змісту, організаційно-педагогічних умов і технологій навчання.

Ключові слова: майбутній вчитель, магістерська підготовка, компетентність індивідуального здоров'язбереження, здоров'я, зона комфорту, професійне вигорання, технології навчання.

Постановка проблеми.

Питання фахової підготовки вчителя в умовах реформування освіти сьогодні розкривається через нові виклики і запити суспільства. Перехід до європейських стандартів вимагає формування нової генерації вчителів, здатних працювати в умовах невизначеності, адаптуватися до сучасних інформаційних і соціальних трансформацій, створювати сприятливе освітнє середовище для себе й учнів.

Натомість в реаліях сучасної освіти (не тільки вітчизняної, але й зарубіжної) спостерігається дисонанс між нагальною потребою у креативних, соціально активних, мобільних учителях і практичною наявністю цілої низки учителів-професіоналів, які не можуть повною мірою виконувати свої обов'язки, оскільки потерпають від наслідків робочого стресу, мають виражені ознаки емоційного вигорання, ряд професійно обумов-

лених психосоматичних захворювань. Здоров'я учителів впливає на якість викладання і тим самим на успіх навчання учнів [1; 4].

Так, J. Łukasik зазначає, що більшість учителів у Польщі не готові до вирішення багатьох педагогічних ситуацій, особливо які стосуються виховної роботи та роботи з батьками учнів, що викликає стресові стани [2, с. 120–121]. Це, на думку автора, обумовлене недостатньою практичною спрямованістю освітнього процесу підготовки майбутніх учителів, їх неготовністю до сприйняття нових викликів і запитів суспільства.

У Німеччині основними причинами дострокового виходу учителів на пенсію є психічні та психосоматичні захворювання, які разом складають 32–50 % випадків, причому у вчителів їх значно більше, ніж у не вчителів [1]. K. Scheuch, E. Naufe, R. Seibt підкреслюють, що професійне вигорання, особливо такий його компонент, як емоційне виснаження, є основним аспектом проблем зі здоров'ям вчителів [1].

Останніми роками питання профілактики захворювань, обумовлених професійним стресом учителів, в Україні обговорюється на різних рівнях. Втім, нагальними залишається багато питань – чому потрібно здійснювати профілактику професійного вигорання постфактум, тоді, коли у вчителя вже наявні його ознаки, а іноді – й незворотні наслідки, коли вже сформований власний стиль викладання? Чи не набагато легше і простіше ввести профілактичні засоби у систему підготовки майбутнього вчителя як

складову його професійної компетентності і педагогічної майстерності?

Ж. А. Козіна та В. С. Ашанін, окреслюючи стан здоров'я студентської молоді як гармонійного поєднання інтелектуального і фізичного розвитку, переконують, що «на перший план у трактуванні професійного здоров'я висуваються показники (елементи) психофізичного сполучення, які забезпечують взаємодію біологічної складової людини і соціально-технічного середовища» [3, с. 155].

Т. Lewowicki [4] обґрунтовує необхідність стандартизації професійної підготовки вчителів. На сьогоднішній день державний професійний стандарт підготовки вчителя в Україні розроблено тільки для вчителів початкових класів закладів загальної середньої освіти [5]. Однак, до нього закладено вимоги, компетентності і навички вчителя, які повинні сприяти збереженню його здоров'я і профілактиці професійного вигорання під час роботи.

Згідно вказаного стандарту умови праці вчителя визначено як «Умови праці з помірним рівнем шуму, ... Високий рівень психофізіологічного та емоційного навантаження. Високий рівень відповідальності за формування навколишнього освітнього середовища та дотримання заходів і правил забезпечення безпеки учнів» [5, с. 2].

Серед професійних компетентностей зазначені «здатність до організації взаємодії з профільними фахівцями щодо планування освітнього процесу» [5, с. 6], «здатність до організації взаємодії з батьками в різних формах» [5, с.18], «здатність до координації взаємодії із зацікавленими особами для гармонійного розвитку учнів» [5, с. 20] тощо.

До переліку трудових функцій, визначених Стандартом і тих, які стосуються теми нашого дослідження [6–9], віднесено такі: «створення освітнього середовища» [5, с. 20], «створення безпечних, психологічно комфортних умов освітнього процесу; створення здоров'язбережувального освітнього середовища, зорієнтованого на творчий і духовний розвиток учнів; збереження і дотримання правил, ціннісних орієнтацій і традицій закладу освіти...» [5, с. 20]; «рефлексія та професійний саморозвиток» [5, с. 24]; «здатність до відстеження власного фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я та їх урівноваження шляхом оптимізації витрат робочого часу та енергії» [5, с. 24].

Таким чином, сучасні трансформа-

ційні запити суспільства щодо підготовки вчителів підтверджують необхідність формування компетентності індивідуального здоров'язбереження учителів у системі неперервної педагогічної освіти, а тим більше на етапі професійної підготовки.

Мета статті – проаналізувати результати експериментальної реалізації змісту, організаційно-педагогічних умов і педагогічних технологій формування компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителя на етапі магістерської підготовки за показниками зони професійного комфорту і рівня професійного вигорання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Протягом 2015–2018 н.р. у дослідженні брали участь студенти магістратури факультету фізичного виховання Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. До навчальних планів їх підготовки було внесено два експериментальні курси «Методологія збереження і зміцнення здоров'я» (перший рік підготовки) та «Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання вчителя» (другий рік підготовки) [8; 9], під час викладання яких забезпечувались відповідні організаційно-педагогічні умови [4] та використовувались технології, спрямовані на формування компетентності індивідуального здоров'язбереження майбутнього вчителя [7].

У студентів діагностували такі показники: зони професійного комфорту, рівня професійного вигорання, біологічного віку, психологічного віку.

На початку експерименту дуже звуженої зони комфорту (<25 % від максимальної) не виявлено у жодного з респондентів, звужену зону комфорту (від 25 до 35 % від максимальної) мали 13,3 % студентів, середню (від 35 до 50 % від максимальної) – 26,7 %, достатню (від 50 до 65 % від максимальної) – 33,3 %, розширену (від 65 до 75 % від максимальної) – 13,3 %, дуже розширену (понад 75 % від максимальної) – 13,3 %. Наприкінці експерименту респондентів з дуже звуженою та зі звуженою зоною комфорту не виявлено, кількість осіб з середньою зоною комфорту – 26,7 %, з достатньою – 33,3 %, з розширеною – 13,3 %, з дуже розширеною – 26,7 %.

На початку експерименту низький рівень професійного вигорання зафіксовано у 6,7 % осіб, кількість респондентів з середнім рівнем професійного виго-

ряння – 33,3 %, з високим – 46,7 %, з вкрай високим – 13,3 %. Наприкінці експерименту кількість студентів з низьким рівнем професійного вигоряння складала 26,7 %, з середнім – 60,0 %, з високим – 13,3 %, з вкрай високим рівнем студентів не виявлено.

Оскільки фактичні значення початкових і кінцевих показників зони комфорту і рівнів професійного вигоряння відрізнялись від нормального розподілу за критеріями Шапіро-Уїлка та Колмогорова-Смирнова (з корекцією значущості Ліллефорса), аналіз здійснювали із застосуванням непараметричного парного критерію Вілкоксона для залежних вибірок.

Результати парного порівняння отриманих значень зони комфорту респондентів до та після експерименту представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Результати парних порівнянь даних зони комфорту студентів магістратури до та після експерименту

Статистичні показники	
$Me_{до\ експ.} (Q_1; Q_3)_{до\ експ.}$	143,16 (108,52; 190,66)
$Me_{після\ експ.} (Q_1; Q_3)_{після\ експ.}$	175,85 (144,24; 219,82)
$T_{емп.}$	13**
z	-2,271
p_1	0,023
$G_{емп.}$	(-) 4
n	(+) 9
p_2	0,267

Примітки:

$Me_{до\ експ.}$, $Me_{після\ експ.}$ – медіани значень зони комфорту респондентів до та після експерименту відповідно, ум.од.²;

Q_1 , Q_3 – 1-й квантиль і 3-й квантиль (25-й і 75-й процентиля) відповідно;

$T_{емп.}$ – парний T -критерій Вілкоксона;

z – z -значення для парного критерію Вілкоксона;

p_1 , p_2 – досягнуті рівні значущості критерію Вілкоксона і критерію знаків відповідно;

$G_{емп.}$ – нетиповий зсув різниці значень (з урахуванням знаку);

n – типовий зсув різниці значень (з урахуванням знаку);

* – отримані дані достовірні на рівні значущості $p=0,01$;

** – отримані дані достовірні на рівні значущості $p=0,05$.

Для перевірки достовірності отриманих даних сформульовано такі статистичні гіпотези: 1) нульова гіпотеза H_0 – показники, отримані після проведення експерименту, не відрізняються від показників до експерименту, а їх різниця зумовлена ситуаційними чинниками, не пов'язаними з експериментальним впливом; 2) альтернативна гіпотеза H_1 – показники, отримані в ході експерименту, достовірно відрізняються від початкових

даних до експерименту у бік збільшення та обумовлені чинниками експериментального впливу.

Як видно із таблиці 1, більшість рангів виявилась додатними. Розрахункові значення парного T -критерію Вілкоксона менше критичних для $p<0,05$. Гіпотеза H_0 відхиляється, приймається альтернативна гіпотеза H_1 – показники зони комфорту у респондентів після експерименту достовірно більші, ніж на початку експерименту. Розрахунок z -значення для парного T -критерію Вілкоксона підтвердив достовірність отриманих даних з рівнем значущості $p<0,05$. Натомість оцінка статистичної значущості відмінностей за критерієм знаків, яка, з одного боку, дозволила виявити типові позитивні та атипичні негативні зсуви різниць значень зони комфорту (табл. 1), не показала значущих відмінностей у показниках. Це може бути обумовлено наявністю прихованих від дослідника подій у житті студентів, які є травматичними і впливають на показники зони комфорту. Варто зауважити, що у підрахунках результати показників зони комфорту двох респондентів не були враховані, оскільки під час експерименту в їх житті відбулись так звані «травматичні події», які цілком вплинули на кінцевий результат (смерть матері в однієї зі студенток і різка зміна роботи на таку, що не пов'язана із фахом, у студента).

Результати парного порівняння значень рівня професійного вигоряння студентів до та після експерименту представлені у таблиці 2.

У даному разі нульова гіпотеза H_0 сформульована таким чином: рівень професійного вигоряння у студентів після експерименту буде більшим, ніж на початку експерименту. Альтернативна гіпотеза H_1 : вплив запропонованих організаційно-педагогічних умов і педагогічних технологій на стан здоров'я респондентів позитивний, рівень вигоряння в ході експерименту знижується.

Таблиця 2

Результати порівняння даних рівнів професійного вигоряння студентів-магістрів до та після експерименту

Статистичні показники	
$Me_{до\ експ.} (Q_1; Q_3)_{до\ експ.}$	8 (6; 9)
$Me_{після\ експ.} (Q_1; Q_3)_{після\ експ.}$	5 (4; 6)
$T_{емп.}$	5*
z	-2,845
p_1	0,004
$G_{емп.}$	2**
n	11
p_2	0,022

Примітки:

$M_{до\ експ.}$, $M_{після\ експ.}$ – медіани значень рівнів професійного вигоряння респондентів до та після експерименту відповідно, балів;

Q_1 , Q_3 – 1-й квантиль і 3-й квантиль (25-й і 75-й проценти) відповідно;

$T_{емп.}$ – парний T -критерій Вілкоксона;

z – z -значення для парного критерію Вілкоксона;

p_1 , p_2 – досягнуті рівні значущості критерію Вілкоксона і критерію знаків відповідно;

$G_{емп.}$ – нетиповий зсув різниці значень (з урахуванням знаку);

n – типовий зсув різниці значень (з урахуванням знаку);

* – отримані дані достовірні на рівні значущості $p=0,01$

** – отримані дані достовірні на рівні значущості $p=0,05$

Як видно із таблиці 2, у більшості респондентів відбулось зниження рівня професійного вигоряння (за виключенням тих, у яких рівень вигоряння залишився незмінним).

Розрахункові значення парного T -критерію Вілкоксона менше критичних ($p<0,01$). Розрахунок z -значення для парного T -критерію Вілкоксона підтвердив отримані дані з високим рівнем значущості. Оцінка статистичної значущості відмінностей за критерієм знаків показала наявність статистично достовірної різниці в показниках вигоряння студентів-магістрів, сума типових зсувів більша, ніж сума атипових зсувів ($p<0,05$).

Таким чином, нульова гіпотеза H_0 відхиляється. Приймається альтернативна гіпотеза H_1 . Тобто рівень професійного вигоряння під впливом запропонованих організаційно-педагогічних умов і педагогічних технологій знижується.

Показники біологічного віку студентів до та після експерименту виявились недостовірними. Медіани значень до експерименту знаходились на рівні 16,5 років, після експерименту – 16,4 роки. Отримані показники для студентів факультету фізичного виховання є незначущими, оскільки вони мають достатній рівень рухової активності і досить високі показники фізичного здоров'я.

Однією з раніше виявлених нами особливостей є те, що у вчителів фізкультури темпи біологічного старіння, як правило, уповільнені, натомість темпи психологічного старіння вищі, ніж у вчителів інших спеціальностей. Тому більш цікавими нам здаються показники психологічного віку респондентів. Як відомо,

вони визначають коефіцієнт реалізованості людини, а також особливості світосприйняття, відкритість до змін, здатність до вивчення нового, можливість адаптації до умов невизначеності тощо.

Так, календарний (паспортний) вік досліджуваного контингенту склав у середньому 22,5 роки. На початку експерименту середній психологічний вік респондентів становив 28,3 роки, наприкінці експерименту – 27,3 роки. У 46,7 % студентів відхилення психологічного віку від паспортного знаходились у межах норми. Відхилення психологічного віку від календарного на початку експерименту більше 10 років (що вказує на симптоми життєвої кризи) мали 26,7 % респондентів, наприкінці експерименту – 20 %.

Розрахункові значення парного T -критерію Вілкоксона показують, що інтенсивність зсуву різниці психологічного віку у бік зменшення в ході експерименту більше інтенсивності зсуву у бік збільшення $T_{емп.} < T_{кр.}$ ($p<0,05$).

Варто зауважити, що респонденти з симптомами життєвої кризи за показниками психологічного віку мали розчарування в обраній професії до моменту початку експерименту; зниження їх кількості можна віднести на рахунок формування навичок і компетенцій індивідуального здоров'язбереження під час експерименту.

Висновки і перспективи подальших досліджень.

Перевірка результатів експериментальної реалізації змісту, організаційно-педагогічних умов і педагогічних технологій формування компетентності індивідуального здоров'язбереження у майбутніх учителів на етапі магістерської підготовки дозволила виявити ряд особливостей впливу на динаміку показників їх індивідуального здоров'я, а саме:

1. Підтверджено, що в результаті експериментального впливу відбувається достовірне ($p<0,05$) розширення зони професійного комфорту студентів-магістрів, що демонструє позитивний вплив на здоров'я внаслідок раніше виявлених особливостей [6].

2. У динаміці рівнів професійного вигоряння студентів-магістрів в ході експерименту виявлено достовірне зниження показників ($p<0,05$), що також підтверджує позитивність здійсненого впливу.

3. Порівняння різниці психологічного і календарного віку респондентів на початку і наприкінці експерименту показало достовірне ($p < 0,05$) зменшення її рівня. Це вказує на розширення у студентів перспективного бачення успішності і самореалізованості у майбутній професії, готовності до професійної соціалізації й полегшення професійної адаптованості.

Таким чином, результати проведеної у ході експерименту діагностики підтверджують ефективність запропонованого змісту, організаційно-педагогічних умов і технологій навчання студентів на етапі магістерської підготовки внаслідок позитивного впливу на показники зони професійного комфорту, рівень професійного вигорання, а, відповідно, на їх здоров'я.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у формулюванні методичних рекомендацій для викладачів закладів вищої освіти із застосування розроблених змісту, організаційно-педагогічних умов і технологій навчання для формування компетентності індивідуального здоров'язбереження студентів-майбутніх учителів різних спеціальностей у процесі професійної підготовки з урахуванням специфіки виявлених тенденцій динаміки показників здоров'я.

Список бібліографічних посилань

- Scheuch K., Haufe E., Seibt R. Teachers' Health. *Deutsches Ärzteblatt International*. 2015; 112(20): 347-356; DOI: 10.3238/arztebl.2015.0347
- Łukasik J. M. Zmiany w kształceniu nauczycieli możliwe szanse – nowe wyzwania. *Ruch Pedagogiczny*. 2/2012. S. 119–126.
- Козина Ж. А., Ашанин В. С. Гармоничное сочетание интеллектуального и физического развития как необходимое условие укрепления здоровья студентов и подготовки квалифицированных специалистов. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*. Харьков : ХГАДИ, 2007. № 1. С. 152–156.
- Lewowicki T. Problemy kształcenia i pracy nauczycieli. Warszawa – Radom. Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy. 2007.
- Професійний стандарт «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти». Затверджено Наказом Міністерства соціальної політики України 10.08.2018 року № 1143. URL: <http://nus.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/20180815.pdf>
- Жара Г. І. Організаційно-педагогічні умови процесу формування компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителів у системі неперервної педагогічної освіти. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Вип. 152. У 2-х тт. Том 1 / ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка ; гол. ред. Носко М. О. Чернігів : ЧНПУ, 2018. 276 с. (Серія: педагогічні науки). С. 28–33.
- Жара Г. І. Педагогічні технології формування компетентності індивідуального здоров'язбереження вчителів у процесі професійної підготовки та саморозвитку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. Випуск 60. Том 1. / НПУ імені М. П. Драгоманова; гол. ред. Андрущенко В. П. К., 2018. С. 156–161.
- Жара Г. І. Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання вчителя : Навчальний посібник для студентів педагогічних ЗВО. Чернігів, 2017. 136 с.
- Жара Г. І. Формування компетентності індивідуального здоров'язбереження майбутніх учителів фізичної культури на етапі магістерської підготовки. *Матеріали XII міжнародної науково-практичної конференції (Одеса, 13–14 вересня 2018 року, Ч. 2)* / голов. ред. А. І. Босенко. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2018. 302 с. С. 71–76.

References

- Scheuch, K., Haufe, E., Seibt, R. (2015). Teachers' Health. *Deutsches Ärzteblatt International*. 112(20): 347-356; DOI: 10.3238/arztebl.2015.0347
- Łukasik, J. M. (2012). Zmiany w kształceniu nauczycieli możliwe szanse – nowe wyzwania. *Ruch Pedagogiczny*. 2/2012. 119–126.
- Kozina, Z. L. Ashanin, V. S. (2007). Harmonious combination of intellectual and physical development of students as a basis of preparation of the qualified experts. *Physical education of students of creative specialties*. Kharkiv. 1. 152–156.
- Lewowicki, T. (2007). Problemy kształcenia i pracy nauczycieli. Warszawa – Radom. Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy.
- Professional standard "Teacher of elementary schools of general secondary education". Approved by Order of the Ministry of Social Policy of Ukraine, 10.08.2018, No. 1143. Retrieved from <http://nus.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/20180815.pdf>
- Zhara, H. I. (2018). Organizational and pedagogical conditions of the process of formation of teachers' individual health preservation competence in the system of continuous pedagogical education. *Bulletin of Taras Shevchenko Chernigiv National Pedagogical University*. Issue 152. Vol. 1. 28–33.
- Zhara, H.I. (2018). Pedagogical technologies of forming the competence of individual health preservation of teachers in the process of professional training and self-development. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series 5. Pedagogical sciences: realities and perspectives*. Issue 60. Vol. 1. 156–161.
- Zhara, H.I. (2017). Technologies of teacher's individual health preservation and professional burnout prevention: A manual for students of pedagogical educational institutions. Chernihiv: Desna Polihraf. 136 p.
- Zhara, H. I. (2018). The competence of individual health preservation of future physical culture teachers forming at the stage of Masters' training. *Adaptation possibilities of children and youth: materials of the XII International Scientific and Practical Conference (Odessa, September 13–14, 2018, Ch.2)*. In A.I. Bosenko (Ed.). Odessa: Publisher Bukaiev V.V. 71–76.

ZHARA Hanna,

PhD in Pedagogics, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Biological Bases of Physical Education, Health and Sports,
T. G. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"

THE DYNAMICS OF FUTURE TEACHERS' HEALTH STATUS AND THEIR PROFESSIONAL COMFORT ZONE ON THE STAGE OF MASTER'S TRAINING

Abstract. Introduction. In the realities of modern education there is a dissonance between the urgent need for creative, socially active, mobile teachers and the practical presence of a number of professional teachers who cannot fully fulfil their duties as they suffer from the work stress consequences, have pronounced signs of emotional burnout, a number of professionally determined psychosomatic illnesses. The health of teachers affects the quality of teaching and thus the success of student learning. Therefore, the current transformational demands of the society on the training of teachers confirm the need to form the competence of individual health preservation of teachers in the system of continuous pedagogical education, and especially at the stage of professional training.

The purpose of the article is to analyse the results of the experimental realization of the content, organizational and pedagogical conditions and pedagogical technologies for the formation of the individual health preservation competence of future teachers at the stage of master's training.

Methods: determination of the indicators of comfort zone, the level of professional burnout, biological and psychological age; non-parametric statistics.

Results. Two experimental courses "Methodology of Preservation and Health Promotion" (first year of training) and "Technologies of teacher's individual health preservation and professional burnout prevention" (the second year of training) were proposed, during there conducting the relevant organizational and pedagogical conditions were provided, and technologies used to form the competence of individual health preservation for the future teachers.

It is confirmed that as a result of experimental influence there is a significant ($p < 0.05$) expansion of professional comfort zone of masters students, which demonstrates a positive effect on health due to previously re-

vealed features.

In the dynamics of the levels of professional burnout of masters students in the course of the experiment, a significant decrease in the indicators was found ($p < 0.05$), which also confirms the positivity of the impact.

Comparison of the difference in the psychological and calendar age of respondents at the beginning and the end of the experiment showed a significant ($p < 0.05$) decrease in its level. This indicates the expansion of the students' perspective vision of success and self-realization in the future profession, readiness for professional socialization and facilitating professional adaptability.

Originality. Thus, the results of the diagnostic experiment confirmed the effectiveness of the proposed content, organizational and pedagogical conditions and technologies for teaching students at the master's degree stage due to the positive influence on the indicators of the professional comfort zone, the level of professional burnout, and, accordingly, their health.

Conclusion. It is possible to formulate the methodological recommendations for teachers of higher education institutions on the application of developed content, organizational and pedagogical conditions and teaching technologies for the formation of individual health preservation competence of future teachers of different specialties in the process of vocational training, taking into account the specificity of the revealed trends in the dynamics of health indicators.

Keywords: future teachers; masters' training; individual health preservation competence; health; comfort zone; professional burnout; teaching technology.

Одержано редакцією 23.01.2019
Прийнято до публікації 03.02.2019

DOI 10.31651/2524-2660-2019-2-190-199
ORCID:0000-0001-9905-6589

КРАСНОЩОК Інна Петрівна,

доцент кафедри педагогіки та освітнього менеджменту,
Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка
e-mail: ikrasnoshok@gmail.com

УДК 378.147.091.33-042.65

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИЗНАЧЕННЯ СУТНОСТІ ПОТЕНЦІАЛУ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

У статті розглянуто теоретичні аспекти у з'ясуванні сутності поняття «потенціал самореалізації», а також представлено авторське трактування поняття «потенціал самореалізації майбутнього вчителя» та розкрито його зміст.

Ключові слова: самореалізація; потенціал; особистісний потенціал; потенціал самореалізації; потенціал самореалізації майбутнього вчителя.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Реформування освітньої сфери України, започаткованої прийняттям нових Законів України «Про вищу освіту» і «Про освіту», ухваленням Кон-

цепції «Нова українська школа», пов'язується з упровадженням у педагогічну практику особистісно орієнтованого підходу, який передбачає створення психолого-педагогічних умов, сприятливих для розвитку особистісного потенціалу здобувачів освіти – їх здатності до самоствердження та успішної самореалізації в житті, навчанні та праці. Тому змінюється вектор психолого-педагогічних досліджень особливостей професійної підготовки педагога. Дослідники дедалі частіше звертають увагу не стільки на те, як середовище