

РОБОТА З НАСТРОЄМ У НАВЧАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ: ПРАКТИКИ ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ ТА ГАРМОНІЇ

Вялий Костянтин Миколайович

старший вчитель, вчитель фізики та інформатики
КЗ «Слобожанський ліцей» Кегичівської селищної ради
ORCID ID: 0009-0001-4742-093X

Стаття присвячена аналізу впливу ментального здоров'я на учасників освітнього процесу. Автор акцентує увагу на важливості психологічного добробуту як здобувачів освіти, так і педагогів. Ментальне здоров'я школярів безпосередньо впливає на їхнє ставлення до навчання. Воно формує настрій, самопочуття, рівень оптимізму та здатність адаптуватися до викликів, зокрема до умов війни. Учні з гарним психологічним станом демонструють кращу успішність та залученість. Водночас ментальне здоров'я вчителів впливає на їхню продуктивність і мотивацію. Від нього залежить якість підготовки до уроків, міжособистісні стосунки в колективі та взаємодія з батьками.

Збалансований психоемоційний стан педагогів задає тон усьому навчальному процесу. Автор наголошує, що підтримка власного ментального та фізичного здоров'я – ключове професійне завдання педагога. Це важливо не лише для особистого благополуччя, а й для ефективного виховання учнів. У статті також підкреслено, що сучасні умови вимагають від педагогів гнучкості, витримки та нових підходів до навчання. Ментальне здоров'я вчителя прямо впливає на створення безпечного та підтримувального освітнього середовища. Успішне навчання й виховання можливі лише за умов психологічної стійкості всіх учасників освітнього процесу. Автор проводить паралелі між якісною освітою та майбутнім держави. Підготовка молоді сьогодні – це інвестиція у відновлення України після війни.

У майбутньому можливе створення національної програми з підтримки ментального здоров'я в освітньому середовищі. Така ініціатива стане основою стійкого розвитку освітнього простору в умовах воєнних та післявоєнних викликів.

Ключові слова: ментальне здоров'я, емоційна стійкість, соціальна компетентність, життєва спрямованість, психічне самопочуття, освітні тренди, компетентності здобувачів освіти.

Vialyi K. WORKING WITH MOOD IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT: PRACTICES FOR FORMING RESILIENCE AND HARMONY

The article is devoted to the analysis of the impact of mental health on participants in the educational process. The author emphasizes the importance of psychological well-being of both students and teachers. The mental health of schoolchildren directly affects their attitude to learning. It shapes their mood, well-being, level of optimism and ability to adapt to challenges, in particular to war conditions. Students with a good psychological state demonstrate better performance and engagement. At the same time, the mental health of teachers affects their productivity and motivation. The quality of preparation for lessons, interpersonal relationships in the team and interaction with parents depend on it.

The balanced psycho-emotional state of teachers sets the tone for the entire educational process. The author emphasizes that maintaining one's own mental and physical health is a key professional task of a teacher. This is important not only for personal well-being, but also for the effective education of students. The article also emphasizes that modern conditions require teachers to be flexible, resilient, and adopt new approaches to learning. The mental health of a teacher directly affects the creation of a safe and supportive educational environment. Successful learning and education are possible only under the conditions of psychological stability of all participants in the educational process. The author draws parallels between high-quality education and the future of the state. Preparing young people today is an investment in the restoration of Ukraine after the war.

In the future, it is possible to create a national program to support mental health in the educational environment. Such an initiative will become the basis for the sustainable development of the educational space in the context of war and post-war challenges.

Key words: mental health, emotional stability, social competence, life orientation, mental well-being, educational trends, competencies of education seekers.

Вступ. Уже четвертий рік Україна перебуває в умовах повномасштабної війни, яка є не лише військовим конфліктом, а й глибоким соціально-психологічним випробуванням для всіх верств населення. Збройна агресія, що триває, супроводжується руйнівними наслідками для ментального здоров'я громадян, зокрема дітей та молоді, які є найуразливішою категорією в освітньому процесі. У таких умовах роль педагога набуває особливої значущості: він стає не лише носієм знань, а й джерелом емоційної

стабільності, психологічної підтримки та гуманістичних цінностей. Попри складність сучасної ситуації, ставлення педагога до професійної діяльності та до учнів має залишатися незмінно позитивним: повинно бути відчуття відповідальності за кожну дитину, її психоемоційний стан та здатність зберігати внутрішній ресурс. Працівнику освіти важливо забезпечувати не лише навчання, а й створення безпечного освітнього середовища, де дитина може бути почутою, підтриманою, зрозумілою.

Практика показує, що в умовах стресу та тривалої нестабільності надзвичайно важливою є наявність у школі дорослого, який здатен не лише організувати навчання, а й відчувати потреби кожного учня, вчасно реагувати на зміни в його психоемоційному стані. Тому в межах щоденної взаємодії необхідно не просто передати знання, а й забезпечити учням психологічну підтримку: вислухати, розвеселити, дати надію, зміцнити віру у власні сили, сформувати відчуття значущості особистості у суспільстві. Такий підхід є не лише педагогічною тактикою, а й елементом цілісної стратегії формування стійкості до стресу та виховання патріотично налаштованих громадян. В умовах воєнного сьогодення вчитель постає як провідник моральних орієнтирів і людяності. Має зберігатись глибока інтеграція освітньої та виховної функцій, а також акцент на формуванні цілісної, психологічно здорової, відповідальної особистості, здатної до дії, співпереживання та відновлення майбутньої України.

Матеріали та методи. З метою глибшого розуміння впливу повномасштабної війни на фізичне та ментальне здоров'я здобувачів освіти мною було проведено соціально-психологічне опитування серед учнів середнього та старшого шкільного віку. Дослідження здійснювалося в лютому 2025 року серед учнів 5–11 класів закладів загальної середньої освіти трьох регіонів України: Харківської, Сумської та Київської областей. Загальна кількість респондентів становила 310 осіб, зокрема з Харківської області – 136 учнів (43,9%), із Сумської – 105 учнів (33,9%), з Київської – 69 учнів (22,3%). Для збору емпіричних даних було використано кількісно-анкетне опитування з використанням стандартизованого онлайн-інструменту (Google Forms). Анкета включала як закриті, так і напіввідкриті запитання, що охоплювали такі тематичні блоки:

- суб'єктивна оцінка психоемоційного стану;
- наявність симптомів стресу, тривожності, апатії чи надмірної втоми;
- рівень підтримки з боку родини, педагогів, шкільного психолога;
- ставлення до навчання в умовах війни;
- фізичне самопочуття та режим дня.

Для первинного аналізу отриманих даних було застосовано метод описової статистики (визначення частотних розподілів, обчислення середніх значень, медіани та моди). Також використано метод порівняльного аналізу для оцінки відмінностей між регіональними вибірками. Для виявлення кореляцій між ментальним станом і навчальною мотивацією застосовано коефіцієнт Пірсона (r). Аналіз даних здійснювався з використанням електронних таблиць Microsoft Excel та пакету статистичних обчислень SPSS (версія 26.0). Результати дослідження дозволяють зробити якісні висновки про актуальний психоемоційний стан учнів різних регіонів, враховуючи ступінь наближеності до зони бойових дій, а також окреслити напрями подальших профілактичних заходів у шкільному середовищі.

Аналіз досліджень. У сучасних умовах повномасштабної війни проблема збереження та підтримки ментального здоров'я здобувачів освіти набуває особливої актуальності, що підтверджується аналізом наукових та нормативних джерел. Так, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України видав у 2022 р. методичні рекомендації щодо психічного здоров'я під час війни [1]. Авторка ґрунтовно зазначає складники психічного здоров'я особистості, приділяє увагу здатностям налагоджувати стосунки з людьми, ефективно працювати та справлятися з повсякденними стресами у підтримці психічного здоров'я.

І. В. Каськов та І. О. Соловей досліджують вплив стресогенних чинників та основні напрямки психо-профілактики та корекції стресових станів [2]. Автори показують, що тривога, втрата мотивації та емоційне виснаження знижують ефективність навчання здобувачів освіти. Праця містить низку практичних рекомендацій для педагогів щодо розвитку емоційного інтелекту здобувачів і роботи з тривожністю.

Важливим нормативним документом у цій сфері є «Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року», схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України [3]. Документ визначає стратегічні напрями державної політики у сфері ментального здоров'я, зокрема інтеграцію психосоціальної підтримки в систему освіти, професійну підготовку педагогів та розробку кризових інтервенцій.

Зміни мотивації до навчання серед здобувачів освіти проаналізовано у праці В. Московченко [4]. Авторка аналізує вплив стресових ситуацій на рівень тривожності та зниження здатності до концентрації та навчання. Велика увага приділяється адаптації освітнього процесу до нових умов, необхідності гнучких методів навчання та психологічної підтримки учнів.

Цінним доповненням до зазначених джерел є посібник, розроблений громадською організацією «ГО ГЛОБАЛ», як актуальний ресурс зі створення середовища, чутливого до психічного здоров'я, у закладах загальної середньої освіти [5]. Велика увага приділяється промоції психічного здоров'я, превенції психічних розладів, а також підтримці учнів у сфері психічного здоров'я.

У сучасних умовах війни в Україні проблема збереження ментального здоров'я учнів набула особливої актуальності. У статті Л. Лавріненко досліджується вплив воєнного стану на психоемоційний

стан школярів [6]. Авторка підкреслює, що постійний стрес, відчуття небезпеки, невизначеність майбутнього та вимушені зміни у навчанні негативно позначаються на мотивації, здатності до концентрації та загальному емоційному тлі учнів. Вона пропонує педагогічні умови підтримки ментального здоров'я, серед яких – створення безпечного освітнього середовища, психологічний супровід, використання здоров'язбережувальних технологій, психогімнастики та арттерапії у навчальному процесі. Лавріненко наголошує, що саме психологічне благополуччя є основою для успішного навчання в кризових умовах.

Свою чергою стаття В. Сергієнко аналізує психолого-педагогічні особливості збереження ментального здоров'я учнів в умовах війни [7]. Авторка вказує на широкий спектр психологічних реакцій дітей: підвищену тривожність, страх, емоційну нестабільність, депресивні прояви, порушення сну та уваги. Вона виокремлює основні стресові чинники – втрату близьких, руйнування звичного способу життя, вимушене переселення, дистанційне або змішане навчання – та наголошує на потребі комплексного психолого-педагогічного супроводу в школі. Сергієнко пропонує модель підтримки, яка включає створення безпечного середовища, налагодження співпраці з батьками, організацію занять із розвитку емоційного інтелекту та тренінгів для зниження тривожності.

Проблемам підлітків у воєнний час присвячена праця М. Тумко та В. Бочковської [8]. Автори підкреслюють, що саме підлітки є найбільш чутливою групою, яка часто демонструє емоційні зриви, дратівливість, агресію, відчуження, апатію, втрату інтересу до навчання, порушення сну. У статті розглядається ризик розвитку посттравматичних розладів і наголошується на важливості своєчасної психосоціальної допомоги: групової підтримки, індивідуальних консультацій, створення безпечного середовища, розвитку стресостійкості та життєстійкості.

Усі три дослідження доводять, що війна суттєво впливає на ментальне здоров'я дітей та підлітків, а отже, школа має стати простором не лише навчання, а й психологічного захисту. Без активної підтримки педагогів, батьків і психологів учні не зможуть ефективно навчатися та повноцінно розвиватися в умовах воєнного часу.

Таким чином, аналіз літературних джерел свідчить про комплексність проблеми збереження ментального здоров'я здобувачів освіти та важливість узгоджених дій науковців, практиків і державних структур задля формування психологічно безпечного освітнього середовища.

Результати. У сучасних умовах війни питання збереження та зміцнення ментального здоров'я учнів набуває виняткового значення. Освітнє середовище, яке традиційно виконує функцію соціалізації та розвитку, сьогодні постає перед новими викликами: діти та підлітки змушені навчатися в умовах постійного стресу, небезпеки та невизначеності. За даними ЮНЕСКО, психічне здоров'я дітей і молоді є однією з найуразливіших сфер під час збройних конфліктів, оскільки саме в шкільному віці закладаються базові емоційні, когнітивні та соціальні навички [9].

Воєнні події, руйнування соціальних зв'язків, вимушене переселення, втрата близьких, дистанційне або змішане навчання – усе це чинники, що негативно впливають на психоемоційний стан учнів. Підвищений рівень тривожності, страху, агресії або, навпаки, апатії та емоційного вигорання стають типовими проявами порушення ментального здоров'я. У таких умовах зростає потреба у створенні безпечного та підтримувального шкільного середовища, де учні могли б не лише здобувати знання, а й отримувати психологічну підтримку. Отже, дослідження проблеми ментального здоров'я учнів є надзвичайно актуальним і має не лише наукове, а й практичне значення. Воно дає змогу виявити основні ризики, розробити ефективні механізми психолого-педагогічного супроводу та сформулювати систему заходів, спрямованих на збереження психічного благополуччя дітей у кризових умовах.

За даними проведеного опитування, ментальне здоров'я опитаних учнів погіршилося за період війни на 35,18%, а фізичне – на 25,73%. Війна більше вплинула на ментальне здоров'я дітей, що підкреслює необхідність вчителям працювати з настроєм учнів. Адже саме ментальне здоров'я формує ставлення дітей до навчання та позитивне ставлення до себе й оточення.



Рис. 1. Відповіді здобувачів освіти Харківської області про те, як змінилося ментальне здоров'я за період війни

Вкажіть, як змінилося за період війни ваше ментальне здоров'я
105 відповідей

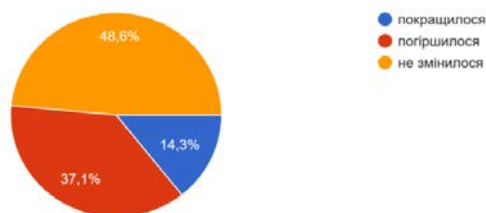


Рис. 2. Відповіді здобувачів освіти Сумської області про те, як змінилося ментальне здоров'я за період війни

Вкажіть, як змінилося за період війни ваше ментальне здоров'я
69 відповідей

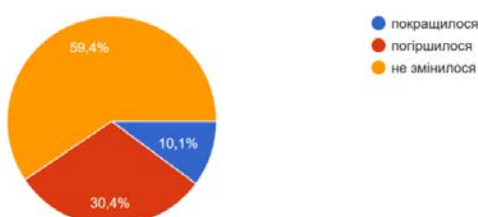


Рис. 3. Відповіді здобувачів освіти Київської області про те, як змінилося ментальне здоров'я за період війни

Позитивним в опитуванні є те, що фізичне здоров'я 58,63% опитаних не змінилося й у 15,64% покращилося.

Вкажіть, як змінилося за період війни ваше фізичне здоров'я
136 відповідей

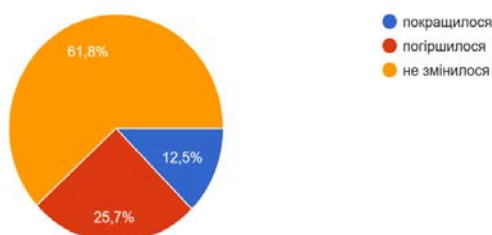


Рис. 4. Відповіді здобувачів освіти Харківської області про те, як змінилося фізичне здоров'я за період війни

Вкажіть, як змінилося за період війни ваше фізичне здоров'я
105 відповідей

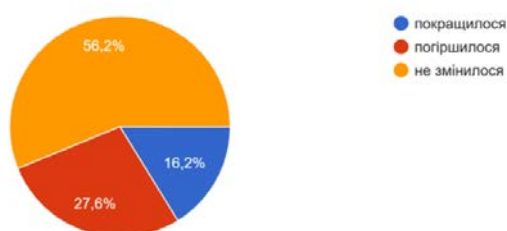


Рис. 5. Відповіді здобувачів освіти Сумської області про те, як змінилося фізичне здоров'я за період війни

Вкажіть, як змінилося за період війни ваше фізичне здоров'я
69 відповідей

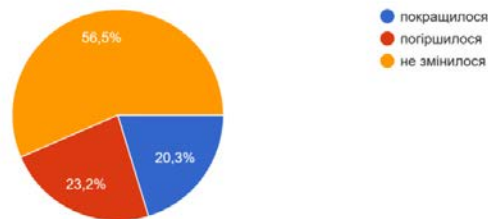


Рис. 6. Відповіді здобувачів освіти Київської області про те, як змінилося фізичне здоров'я за період війни

Ментальне здоров'я не змінилося у 54,40% респондентів і покращилося у 10,42%.

Ці всі фактори вплинули на рівень успішності здобувачів освіти. Серед опитаних 34,20% зазначили погіршення успішності, 24,43% – покращення і 41,37% учнів відповіли, що їхня успішність залишилася без змін.

Вкажіть, як змінився ваш рівень успішності
136 відповідей

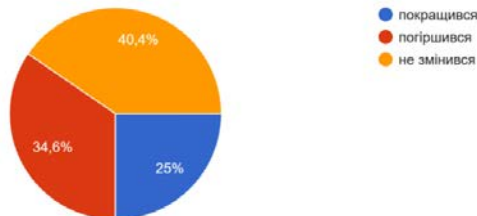


Рис. 7. Відповіді здобувачів освіти Харківської області про те, як змінився рівень успішності за період війни

Вкажіть, як змінився ваш рівень успішності
105 відповідей

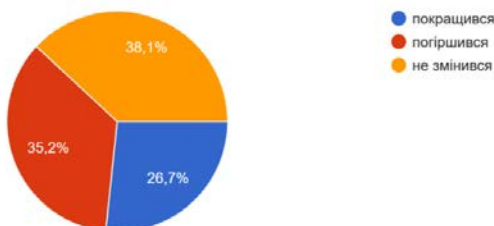


Рис. 8. Відповіді здобувачів освіти Сумської області про те, як змінився рівень успішності за період війни

Вкажіть, як змінився ваш рівень успішності
69 відповідей

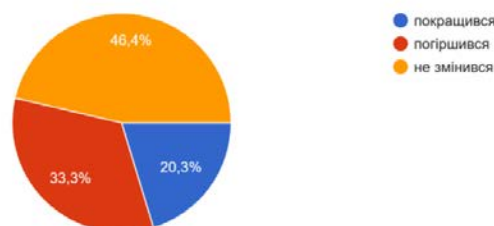


Рис. 9. Відповіді здобувачів освіти Київської області про те, як змінився рівень успішності за період війни

Проведене опитування серед учнів показало, що однією з основних причин зниження їхньої навчальної успішності є низька мотивація до навчання, відсутність перспектив реалізації здобутих знань, а також поганий психоемоційний стан. Частина здобувачів освіти, які продемонстрували покращення результатів, пояснили це підвищенням власної старанності та усвідомленням того, що настав відповідальний період для майбутнього життя. Серед інших факторів, які учні відзначали як такі, що вплинули на зміну їхнього рівня успішності, були: страх, пов'язаний із війною, вступ до військових закладів освіти, зниження рівня тривожності, ймовірно, пов'язане з віковими особливостями підлітків, а також відсутність безпосереднього живого спілкування з учителями під час навчання вдома. Водночас результати опитування серед учителів ліцею продемонстрували суттєві відмінності у сприйнятті ситуації. За їхніми відповідями, фізичне та ментальне здоров'я дорослих педагогів погіршилося, що вони пов'язують із підвищеним рівнем відповідальності за інших людей – дітей, учнів, членів родини та колег. На відміну від цього, учні мають менше життєвих обов'язків та відповідальності, одержують підтримку з боку батьків і здебільшого мешкають у відносно безпечних умовах.

Такі дані свідчать про розбіжності у сприйнятті та переживанні воєнних умов між учнями та педагогами, а також підкреслюють важливість психологічної підтримки як для дітей, так і для дорослих учасників освітнього процесу.

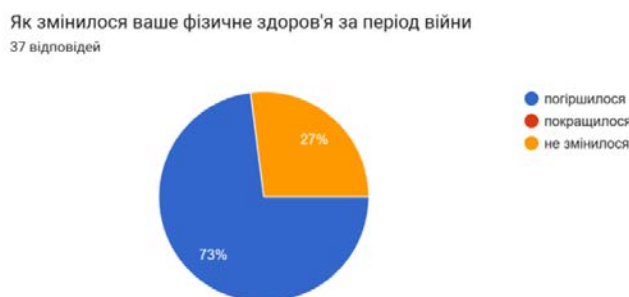


Рис. 10. Відповіді вчителів ліцею про те, як змінилося фізичне здоров'я за період війни

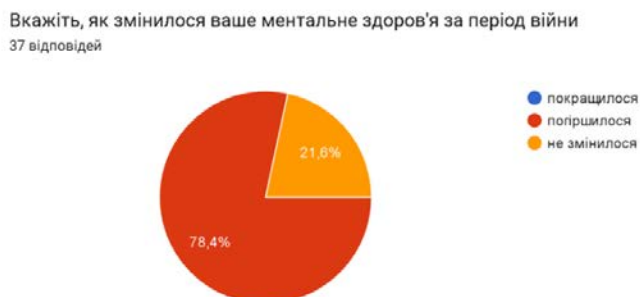


Рис. 11. Відповіді вчителів ліцею про те, як змінилося ментальне здоров'я за період війни

У сучасному освітньому просторі одним із ключових трендів є орієнтація на емоційний стан та ментальне здоров'я учнів як чинник підвищення ефективності навчання. У своїй діяльності ми акцентуємо увагу на психологічному благополуччі здобувачів освіти, їхньому настрої, фізичному самопочутті та здатності отримувати задоволення від навчального процесу. Учні, які не мають чіткого запиту на результат, краще реагують на позитивні емоційні стимули в освітньому середовищі. Важливу роль у формуванні навчальної мотивації відіграють психологічна безпека та довірливі взаємини між учителем і учнями. Страх перед можливими невдачами може зумовити втрату інтересу до навчання, тому створення підтримувального простору, де школярі відчувають себе прийнятими й упевненими у власних силах, є необхідною умовою їхнього особистісного та академічного розвитку.

У роботі з учнями молодшого та середнього шкільного віку в рамках проєкту «Нова українська школа» реалізується принцип дитиноцентризму, що передбачає урахування індивідуальних особливостей, здібностей і потреб кожної дитини [10]. Ефективність його впровадження можлива лише за умови збереження стійкого ментального здоров'я учнів, що є пріоритетним завданням педагогічної діяльності. На початку занять здійснюється індивідуальне звернення до кожного учня з метою встановлення емоційного контакту, підтримки позитивного настрою та формування психологічно безпечного середовища. Позитивний емоційний фон сприяє кращому засвоєнню навчального матеріалу та підвищує мотивацію до навчання. Одним

із ефективних інструментів підтримки емоційного залучення є використання освітнього тренду гейміфікації, що забезпечує можливість організації навчального процесу в ігровій формі та підвищує інтерес учнів до навчання. Прикладом дослідження є стаття, де автор аналізує, як використання елементів гри (змагання, бали, рівні, нагороди, рейтинги) у навчальному процесі підвищує внутрішню мотивацію, покращує академічні результати, а також розвиває критичне мислення, комунікативні навички та здатність до співпраці. У статті наведені приклади успішного впровадження гейміфікованих методик на уроках і підкреслено, що вони сприяють активному залученню учнів до навчання [11].

Платформа ОсвітаNova у своїх матеріалах акцентує увагу на гейміфікації як ефективному засобі підвищення мотивації учнів і залучення їх до активного навчання [12]. У публікаціях порталу наголошується, що використання ігрових елементів сприяє формуванню позитивного емоційного фону, розвитку критичного мислення, творчості та командної взаємодії. Серед основних рекомендацій для педагогів виділяється поступове впровадження гейміфікації у навчальний процес, починаючи з окремих ігрових елементів – балів, рівнів, бейджів, змагань і командних завдань – з поступовим переходом до повністю гейміфікованих уроків. Важливим є поєднання ігрових форм із навчальними цілями: завдання мають не лише розважати, а й забезпечувати досягнення освітніх результатів.

Висновки. Ментальне здоров'я та академічна успішність є нерозривно пов'язаними компонентами розвитку особистості, аналогічно до єдності ядра та оболонки атома. Забезпечуючи психологічний добробут учнів, педагог опосередковано підтримує стабільність їхнього навчального прогресу, внутрішню мотивацію та здатність до самореалізації в освітньому процесі. Стан емоційного здоров'я здобувачів освіти безпосередньо впливає на рівень їхньої когнітивної активності, здатність до зосередження, взаємодії з однолітками та сприйняття навчального матеріалу. Разом із тим не менш важливим є психоемоційний стан педагогічних працівників. Від ментального благополуччя вчителя залежить його ставлення до професійної діяльності, рівень підготовки до занять, організація освітнього процесу, емоційне тло уроку, а також якість комунікації з учнями. Діти надзвичайно чутливі до невербальних сигналів: міміки, жестів, інтонацій, які супроводжують мовлення дорослого. Тому педагог повинен підтримувати власну емоційну стабільність, бути зібраним, організованим та впевненим у своїх діях, аби виступати для учнів орієнтиром у складних соціальних і психологічних умовах. У сучасних реаліях війни я розглядаю свою педагогічну місію як цілеспрямовану підтримку та зміцнення ментального здоров'я школярів. Саме цей стан психічного добробуту, за якого особа усвідомлює себе, адекватно реагує на життєві виклики, вміє ефективно навчатися та взаємодіяти із соціумом, забезпечує емоційну стійкість дитини. Від того, наскільки ефективно ми, педагоги, зможемо виховати впевнену, освічену, патріотично налаштовану молодь, залежить майбутнє нашої держави – сильної, вільної та квітучої України. Діти – це не лише учасники освітнього процесу, а й майбутні будівники суспільства, в якому домінуватимуть принципи гуманізму, психічного здоров'я та соціальної відповідальності. Турбота про їхнє ментальне благополуччя – не лише педагогічна задача, а й загальнонаціональний обов'язок, що визначає перспективи сталого розвитку країни у післявоєнний період.

Література:

1. Карамушка Л. М. *Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати* : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
2. Каськов І. В, Соловей І. О. Формування психологічної стійкості студента до стресогенних чинників середовища в умовах військового стану. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 83(1). С. 82–88. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-82-88>.
3. Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року : схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#n8> (дата звернення: 13.09.2025).
4. Московченко В. Зміни в мотивації до навчання під час воєнного стану. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 12(40). С. 1622–1632. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-12\(40\)-1622-1632](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-12(40)-1622-1632)
5. Коли світ на межі змін: школа, чутлива до психічного здоров'я: посібник / за заг. ред. Залюбовської І. Київ : «ГО ГЛОБАЛ», 2023. 64 с. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/news/2023/04/13/GG-posibnyk.web.2.13.04.2023.pdf> (дата звернення: 13.09.2025).
6. Лаврінченко Л. Ментальне здоров'я школярів в умовах воєнного стану. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*. 2024. № 26. С. 45–51. <https://doi.org/10.58407/visnik.242624>
7. Сергієнко В. Ментальне здоров'я учнів в умовах війни: психолого-педагогічний аспект. *Нова педагогічна думка*. 2024. Т. 118, № 3. С. 30–35. <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2024-118-2-30-35>
8. Тумко М., Бочковська В. Ментальне здоров'я підлітків в умовах воєнного стану. *Психологія і соціальна робота у ХХІ столітті* : зб. наук. матеріалів І Міжнарод. наук.-практ. форуму, м. Полтава, 1–3 листопада 2023 р. Полтава, 2023. С. 130–133. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/26501/1/68.pdf>
9. Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка в українській системі освіти: звіт за результатами комплексного дослідження / Жмурко О. та ін. Київ, 2025. 77 с. URL: https://reliefweb.int/report/ukraine/mental-health-and-psychosocial-support-ukrainian-education-comprehensive-study-service-system-enuk?_gl=1*qjvj9*_ga*MTE2NTg4Mzc2MS4xNzU3NzU5NTU2*_ga_E60ZNX2F68*czE3NTc3NTk1NTYkbzEkZzEkdDE3NTc3NjEyMjgkajU0JGwwJGgw

10. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи / Міністерство освіти і науки України. 2016. 40 с. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
11. Матківський М. П., Тарас Т. М., Лучкевич Є. Р. Роль гейміфікації у покращенні мотивації та навчальних результатів учнів середньої школи в умовах цифрової трансформації освіти в Україні. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2025. № 14. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14717082>
12. Створюємо дидактичні онлайн-ігри: ресурси та поради. URL: <https://osvitanova.com.ua/posts/3606-stvoriuiemo-dydaktychni-onlain-ihry-resursy-ta-porady> (дата звернення: 13.09.2025).

References:

1. Karamushka, L. M. (2022). *Psyhichne zdorovia osobystosti pid chas viiny: yak yoho zberehty ta pidtrymaty: metod. rekomendatsii* [Mental health of the individual during war: how to preserve and support it: method. recommendations]. Kyiv : G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine [in Ukrainian].
2. Kaskov, I. V., & Solovei, I. O. (2025). Formuvannya psyhologichnoi stiikosti studenta do stresohennykh chynnykiv seredovyscha v umovakh viiskovoho stanu [Formation of student's psychological resilience to environmental stressors under martial law]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of National Defense University of Ukraine*, 83(1), 82–88. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-82-88>. [in Ukrainian].
3. Kontseptsiiia rozvytku okhorony psyhichnoho zdorovia v Ukraini na period do 2030 roku [Concept for the Development of Mental Health Care in Ukraine for the Period Until 2030]. (2017). Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#n8> [in Ukrainian].
4. Moskovchenko, V. Zminy v motyvatsii do navchannia pid chas voiennoho stanu [Changes in motivation to study during martial law]. *Naukovi innovatsii taпередовi tekhnologii – Scientific innovations and advanced technologies*, 12(40), 1622–1632. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-12\(40\)-1622-1632](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-12(40)-1622-1632) [in Ukrainian].
5. Zaliubovska, I. (Eds.). (2023). *Koly svit na mezhi zmin: shkola, chutlyva do psyhichnoho zdorovia: posibnyk* [When the world is on the verge of change: a school that is sensitive to mental health: a guide]. Kyiv: «GO GLOBAL». Retrieved from: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/news/2023/04/13/GG-posibnyk.web.2.13.04.2023.pdf> [in Ukrainian].
6. Lavrinenko, L. (2024). Mentalne zdorovia shkoliariv v umovakh voiennoho stanu [Mental health of school students in the war time conditions]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu "Chernihivskiy kolehium" imeni T. H. Shevchenka – Bulletin of the T.H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"*, 26, 45–51. <https://doi.org/10.58407/visnik.242624> [in Ukrainian].
7. Serhiienko, V. Mentalne zdorovia uchniv v umovakh viiny: psyhologo-pedahohichnyi aspekt [Mental health of students in the conditions of war: psychological and pedagogical aspect]. *Nova pedahohichna dumka – New pedagogical thought*, 118(3), 30–35. <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2024-118-2-30-35> [in Ukrainian].
8. Tumko, M., & Bochkovska, V. (2023). Mentalne zdorovia pidlitkiv v umovakh voiennoho stanu [Mental health of adolescents under martial law]. Proceedings from: *I Mizhnarodnyi naukovopraktychnyi forum «Psykholohiia i sotsialna robota u XXI stolitti» – The First International Scientific and Practical Forum «Psychology and social work in the 21st century»*. Poltava. Retrieved from: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/26501/1/68.pdf> [in Ukrainian].
9. Zhmurko, O. (Eds.). (2025). *Psyhichne zdorovia ta psyhosotsialna pidtrymka v ukrainskii systemi osvity: zvit za rezultatamy kompleksnoho doslidzhennia* [Mental health and psychosocial support in Ukrainian education – Comprehensive study of the service system]. Kyiv. Retrieved from: https://reliefweb.int/report/ukraine/mental-health-and-psychosocial-support-ukrainian-education-comprehensive-study-service-system-enuk?_gl=1*_qjvj9*_ga*MTE2NTg4Mzc2MS4xNzU3NzU5NTU2*_ga_E60ZNX2F68*czE3NTc3NTk1NTYkbzEkZzEkdDE3NTc3NjEyMjgkajU0JGwwJGgw [in Ukrainian and in English].
10. Nova ukrainska shkola: kontseptualni zasady reformuvannia serednoi shkoly [New Ukrainian School: Conceptual Principles of Secondary School Reform.]. (2016). *mon.gov.ua*. Retrieved from: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf> [in Ukrainian].
11. Matkivskyi, M., Taras, T., & Luchkevych, Ye. (2025). Rol heimifikatsii u pokrashchenni motyvatsii ta navchalnykh rezultativ uchniv serednoi shkoly v umovakh tsyfrovoy transformatsii osvity v Ukraini [The Role of Gamification in Enhancing Motivation and Learning Outcomes of Secondary School Students in the Context of Digital Transformation of Education in Ukraine]. *Pedahohichna Akademiia: naukovi zapysky – Pedagogical Academy: scientific notes*, (14). <https://doi.org/10.5281/zenodo.14717082> [in Ukrainian].
12. Stvoriuiemo dydaktychni onlain-ihry: resursy ta porady [Creating didactic online games: resources and tips]. (n.d.). Retrieved from: <https://osvitanova.com.ua/posts/3606-stvoriuiemo-dydaktychni-onlain-ihry-resursy-ta-porady> [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 12.10.2025
Статтю прийнято до публікації 05.11.2025
Статтю опубліковано 29.12.2025