



**ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ**

УДК 159.923:316.75:81'42-057.4

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.17112743>

**Національні цінності як ресурс ментального здоров'я майбутнього  
філолога в культурно-психологічному вимірі**

**Візнюк Інесса Миколаївна,**

доктор психологічних наук, професор кафедри психології та соціальної роботи,  
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського,  
Україна, <https://orcid.org/0000-0001-6538-774>

**Долинний Сергій Сергійович,**

доктор філософії (PhD), доцент кафедри психології та соціальної роботи,  
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського,  
Україна, <https://orcid.org/0000-0003-3555-5818>

**Киливник Вікторія Вікторівна,**

кандидат педагогічних наук, старший викладач Комунального закладу вищої освіти  
«Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», Україна,  
<https://orcid.org/0000-0002-0770-265X>

**Мотрук Валентина Григорівна,**

доктор філософії (PhD), Вінницький кооперативний інститут, Україна,  
<https://orcid.org/0009-0007-8431-7054>

**Прийнято: 16.08.2025 | Опубліковано: 30.08.2025**



**Анотація.** В статті досліджено роль національних цінностей як ресурсу підтримки ментального здоров'я майбутніх філологів у контексті культурно-психологічного виміру. Обґрунтовано, що філолог, як носій гуманітарної стійкості, відіграє ключову роль у збереженні культурної ідентичності, емоційної рівноваги та моральної рефлексії в умовах соціальних трансформацій. Здійснено аналіз взаємозв'язку між мовною свідомістю, нарративними практиками та психологічною витривалістю особистості. **Мета статті** – обґрунтувати науково-теоретичні засади розгляду національних цінностей як важливого ресурсу підтримки й розвитку ментального здоров'я майбутнього філолога у культурно-психологічному вимірі, а також окреслити їх роль у формуванні стійкої професійної ідентичності, внутрішньої гармонії та здатності до міжкультурної комунікації. **Методи дослідження** – застосовано аналіз і синтез наукових джерел, систематизацію та узагальнення теоретичних підходів, порівняльно-історичний метод, а також культурно-психологічний аналіз для виявлення ролі національних цінностей у збереженні ментального здоров'я майбутніх філологів.

**У результатах дослідження** розглядається стратегічна роль філолога як носія гуманітарної стійкості в умовах сучасних психологічних викликів. Підкреслюється, що ментальне здоров'я майбутнього філолога охоплює не лише емоційну стабільність, а й здатність до саморефлексії, критичного мислення, морального вибору та адаптації до змін. Формування цих якостей відбувається в культурно-психологічному вимірі, зокрема через засвоєння культурної ідентичності, психологічну рефлексію та соціальний досвід. Освітній процес у філологічній сфері створює умови для емоційної регуляції, розвитку етичного судження та зміцнення внутрішньої цілісності особистості. Звернення до національних текстів, культурних символів і гуманітарного дискурсу сприяє формуванню екзистенційного сенсу та психологічного благополуччя. У цьому контексті філолог постає як транслятор



цінностей, що підтримують ментальне здоров'я як на індивідуальному, так і на колективному рівні. У **висновках** розкрито комплекс засобів формування ментального здоров'я майбутнього філолога в культурно-психологічному вимірі. Акцентовано на інтеграції гуманітарної освіти, психоедукації, культурної рефлексії та мистецької взаємодії як чинників розвитку внутрішньої стійкості, ідентичності та етичної зрілості.

**Ключові слова:** майбутній філолог, національні цінності, ментальне здоров'я, філологічна освіта, культурно-психологічний вимір.

## **National Values as a Resource of Mental Health of the Future Philologist in the Cultural-Psychological Dimension**

**Inessa Vizniuk,**

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Psychology and Social Work, Vinnytsia State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsiubynskyi, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0001-6538-7742>

**Serhii Dolyunnyi,**

Doctor of Philosophy (PhD), senior lecturer at the Department of Psychology and Social Work, Mykhailo Kotsiubynskyi Vinnytsia State Pedagogical University, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0003-3555-5818>

**Viktoriia Kylyvnyk,**

PhD in Pedagogical Sciences, Senior Lecturer at the Municipal Institution of Higher Education "Vinnytsia Humanities and Pedagogical College", Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-0770-265X>



**Valentyna Motruk,**

Doctor of Philosophy (PhD), Vinnytsia Cooperative Institute, Ukraine,

<https://orcid.org/0009-0007-8431-7054>

***Abstract.** The article explores the role of national values as a resource for supporting the mental health of future philologists within the context of the cultural-psychological dimension. It is substantiated that a philologist, as a bearer of humanitarian resilience, plays a key role in preserving cultural identity, emotional balance, and moral reflection under conditions of social transformations. The study analyzes the interrelation between linguistic consciousness, narrative practices, and psychological resilience of the individual. **The purpose of the article** is to substantiate the scientific and theoretical foundations for considering national values as an important resource for supporting and developing the mental health of future philologists in the cultural-psychological dimension, as well as to outline their role in shaping a stable professional identity, inner harmony, and the ability for intercultural communication. **Research methods** – analysis and synthesis of scientific sources, systematization and generalization of theoretical approaches, comparative-historical method, as well as cultural-psychological analysis aimed at identifying the role of national values in maintaining the mental health of future philologists. **Results.** The study considers the strategic role of a philologist as a bearer of humanitarian resilience in the face of modern psychological challenges. It is emphasized that the mental health of a future philologist encompasses not only emotional stability but also the ability for self-reflection, critical thinking, moral choice, and adaptation to change. The development of these qualities takes place in the cultural-psychological dimension, particularly through the assimilation of cultural identity, psychological reflection, and social experience. The educational process in philological studies provides conditions for emotional regulation, the development of ethical judgment, and the strengthening of the individual's inner integrity. Engagement with national*



*texts, cultural symbols, and humanitarian discourse contributes to the formation of existential meaning and psychological well-being. In this context, the philologist appears as a transmitter of values that support mental health at both the individual and collective levels.*

**Conclusions.** *The article reveals a complex of means for fostering the mental health of future philologists in the cultural-psychological dimension. Emphasis is placed on the integration of humanitarian education, psychoeducation, cultural reflection, and artistic interaction as key factors in the development of inner resilience, identity, and ethical maturity.*

**Keywords:** *future philologist, national values, mental health, philological education, cultural-psychological dimension.*

**Постановка проблеми.** У сучасному світі, що характеризується високим рівнем соціальної турбулентності, інформаційного перенасичення та екзистенційної невизначеності, питання ментального здоров'я набуває особливої значущості. Водночас, зростає усвідомлення того, що ментальне благополуччя не обмежується лише відсутністю психічних розладів, а включає здатність особистості до саморегуляції, адаптації, побудови змістовного життя. В цьому контексті цінності виступають як ключові психологічні чинники, що формують внутрішню цілісність людини, її мотиваційну структуру та здатність до емоційної стабільності. Саме ціннісні орієнтири забезпечують людині екзистенційну опору, сприяють психологічній резилієнтності та соціальній інтеграції.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** N. Lazarenko та I. Vizniuk аналізують моніторинг якості професійної освіти педагогів у контексті євроінтеграції, що актуалізує потребу в збереженні національних цінностей як основи психоемоційної стійкості майбутніх фахівців [1]. І. Візнюк, С. Долинний і Л. Токар досліджують формування самостійності підлітків у воєнних умовах, підкреслюючи роль національної ідентичності як опори для психологічної стабільності [2]. І. Візнюк та С.



Долинний розглядають вплив сімейного виховання на розвиток емпатії, що є ключовим чинником ментального здоров'я філолога в контексті гуманістичних цінностей [3]. П. Гай-Нижник та Л. Чупрій визначають національні цінності як структуроформуючий елемент політики безпеки, що формує культурну стійкість і психологічну ідентичність громадян [4]. В. Горбулін і А. Качинський в монографії національні цінності розглядають як основу стратегічного планування, що впливає на формування цілісної особистості в освітньому просторі [5].

В тезі «Аналітика до Дня української писемності та мови» порушено питання присутності державної мови в публічному просторі, що є індикатором культурної ідентичності та психологічної безпеки [6]. Й. Дрейер теоретизує роль символів у формуванні життєсвіту, що дозволяє осмислити національні знаки як психокультурні опори для філолога [7]. О. Звездова аналізує популяризацію європейських цінностей в Україні, що створює контекст для порівняння та збереження власних національних орієнтирів [8]. Л. Калашникова розкриває комплексний підхід до психічного здоров'я, де ціннісна система особистості виступає ключовим стабілізуючим фактором [9]. А. Котенський представляє нові соціологічні дані про головні цінності українців, що дозволяє окреслити культурні орієнтири для освітнього середовища [10]. В. Крисаченко аналізує сутність і типологію національних цінностей, їх роль у консолідації суспільства та формуванні психологічної стійкості [11]. В. Крисаченко розглядає механізми формування політичної нації через цінності, що є важливим для розуміння культурної ідентичності філолога [12]. М. Михальченко пропонує теоретичний і практичний аналіз суспільних цінностей, що впливають на ментальне здоров'я та освітню мотивацію [13].

В дослідженні «Світове дослідження цінностей 2020 в Україні» розкрито емпіричну картину ціннісних орієнтацій українців, що може слугувати базою для формування освітніх стратегій [14]. В. Соколова досліджує розвиток національної



самосвідомості студентів через українську літературу, що прямо пов'язане з ментальним здоров'ям філолога [15]. Отож актуальність теми зумовлена необхідністю переосмислення ролі цінностей у формуванні ментального здоров'я майбутніх фахівців в умовах постпандемічного суспільства, воєнних конфліктів та кризових явищ; інтеграції ціннісного компонента в освітні, психотерапевтичні та соціальні практики; розвитку міждисциплінарних підходів до вивчення ментального здоров'я, що враховують культурні, етичні та психологічні аспекти [1–15].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Попри значну кількість досліджень, присвячених проблемам ментального здоров'я та професійної підготовки майбутніх фахівців гуманітарної сфери, недостатньо вивченим залишається питання розгляду національних цінностей як ресурсу психологічної стійкості та внутрішньої гармонії майбутнього філолога в культурно-психологічному вимірі. Необхідним є подальший аналіз інтеграції гуманітарної освіти й культурної ідентичності у формуванні здатності до саморефлексії, емоційної рівноваги та міжкультурної комунікації.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Метою статті є обґрунтування національних цінностей як ресурсу ментального здоров'я майбутнього філолога в культурно-психологічному вимірі.

Досягнення поставленої мети передбачає розв'язання таких завдань:

1. Розкрити сутність національних цінностей у культурно-психологічному вимірі та їх значення для ментального здоров'я майбутнього філолога.
2. Проаналізувати взаємозв'язок між національними цінностями, мовною свідомістю та професійною ідентичністю.
3. Обґрунтувати роль освітнього процесу у використанні національних цінностей як ресурсу психологічної стійкості та міжкультурної комунікації.



**Виклад основного матеріалу дослідження.** У педагогічному та просвітницькому контексті філолог є провідником гуманістичних цінностей: емпатії, толерантності, критичного мислення. Саме в контексті викладання літератури, мови, культури філологи формують у студентів здатність до моральної рефлексії, етичного вибору та психологічної саморегуляції. Вони також сприяють розвитку національної ідентичності, що є важливим чинником ментального здоров'я в контексті колективної травми чи соціальних викликів. Робота з текстами, літературними образами, метафорами є формою терапевтичної практики, яка сприяє інтеграції емоційного досвіду та зниженню психологічної напруги. Філологи часто виступають як фасилітатори гуманного дискурсу – вони формують середовище, де мова є ресурсом підтримки, а не агресії.

**Мова** – це не лише засіб комунікації, а інструмент мислення, саморефлексії та емоційної регуляції. Філолог, як фахівець із мовної структури, має доступ до глибинних рівнів осмислення власного досвіду [2, с. 76].

**Національні цінності** (мова, література, традиції) як джерело внутрішньої опори – це не лише об'єкти вивчення філолога, а й інструменти саморефлексії та емоційної стабільності [3, с. 11].

**Культурно-психологічний вимір** майбутніх філологів зумовлений національною ідентичністю, що впливає на здатність до емпатії, критичного мислення та етичного вибору [1, 3].

**Філолог як носій гуманітарної стійкості** – це майбутній фахівець, який не просто інтерпретує тексти, а й формує культурну пам'ять, що є ресурсом для суспільного відновлення [1, с. 15].

**Цінності як складові ментального здоров'я** – це стійкі внутрішні орієнтири особистості, що визначають її ставлення до себе, інших і світу, забезпечують екзистенційну опору, сприяють емоційній стабільності, мотивації до дії та здатності



до адаптації в умовах життєвих викликів. У контексті формування ментального здоров'я, цінності виконують такі функції [2, 3]:

- 1) *регулятивна* – формують поведінкові моделі та етичні рішення;
- 2) *змістова* – наповнюють життя сенсом і метою;
- 3) *захисна* – підвищують психологічну стійкість до стресу, втрат і невизначеності.

Врешті саме філолог володіє етнокультурним знанням мови, літератури та культурних кодів, саме тих ресурсів, які формують і підтримують ідентичність особистості. Нині в кризових соціальних умовах (війна, міграція, інформаційна турбулентність) гуманітарна стійкість проявляється як здатність зберігати зв'язок із культурними смислами, що стабілізують внутрішній світ людини. Філолог, як інтерпретатор текстів і сенсів, сприяє збереженню наративів, які підтримують колективну пам'ять і психологічну витривалість.

Від того розуміємо, що *філолог* – це не просто мовознавець, а носій гуманітарної стійкості, який через мовні, культурні та етичні практики сприяє формуванню ментального здоров'я як індивідуального, так і колективного. В сучасному світі, де психологічна стабільність є викликом, роль філолога набуває стратегічного значення.

Ментальне здоров'я охоплює не лише емоційну стабільність, а й здатність до саморефлексії, критичного мислення, морального вибору та адаптації до змін. Для майбутнього філолога ці компоненти є професійно значущими, оскільки його діяльність пов'язана з інтерпретацією текстів, культурних кодів і людських переживань. Формування ментального здоров'я майбутнього філолога відбувається в контексті [1, 3]:

- 1) *культурної ідентичності* (шляхом засвоєння національних цінностей, мови, літератури);



2) *психологічної рефлексії* (робота з текстами, що містять емоційні, етичні та екзистенційні смисли);

3) *соціального досвіду* (участь у гуманітарному дискурсі, що сприяє розвитку емпатії, толерантності та моральної відповідальності).

Освітній процес у філологічній сфері створює умови для: осмислення власного досвіду через літературні образи; формування мовної свідомості як інструменту емоційної регуляції; розвитку здатності до діалогу, критичного аналізу та етичного судження. Звернення до національних текстів, традицій, культурних символів сприяє зміцненню внутрішньої цілісності особистості, формуванню екзистенційного сенсу, зниженню рівня тривожності та соціальної дезорієнтації. Формування ментального здоров'я майбутнього філолога в культурно-психологічному вимірі є не лише педагогічним завданням, а й стратегічною умовою розвитку гуманітарної стійкості суспільства. Філолог як носій культурної пам'яті та мовної рефлексії здатен транслювати цінності, що підтримують психологічне благополуччя як індивідуальне, так і колективне. Нині актуальним є дослідження впливу психологічних особливостей на розвиток національної самосвідомості студентської молоді засобами української літератури та мови (табл. 1). Аналіз літературних текстів з психологічним навантаженням допомагає студенту осмислити емоційні стани, моральні дилеми, травматичний досвід героїв, що сприяє розвитку емпатії та саморефлексії [1, 2].

Таблиця 1

### Засоби формування ментального здоров'я майбутнього філолога

Засоби	Характеристика
1	2
<i>Гуманітарно-орієнтовані освітні практики</i> <i>Психолого-педагогічна підтримка</i>	Аналіз літературних текстів з психологічним навантаженням
	Інтерпретація культурних кодів
	Дискусії на морально-етичні теми
	Психоедукація в межах філологічних дисциплін
	Рефлексивні практики



<i>Культурно-мистецькі засоби</i>	Групова терапевтична взаємодія
	Театралізація літературних творів
	Музейна педагогіка та культурні проєкти
<i>Інтеркультурна комунікація</i>	Медіаосвіта
	Зіставлення культурних моделей мислення
	Мовна інтерпретація як інструмент психологічної адаптації

Інтерпретація культурних кодів щодо вивчення фольклору, міфології, національної літератури сприяє формуванню у майбутнього філолога зв'язку з власною ідентичністю та культурною спадщиною. Дискусії на морально-етичні теми стимулюють розвиток критичного мислення, етичної позиції та внутрішньої стійкості.

Психоедукація в межах філологічних дисциплін зумовлена включенням елементів психологічної грамотності (емоційна регуляція, стрес-менеджмент) у курси з літератури, мовознавства, культурології. Рефлексивні практики ведення читацьких щоденників, есеїв, портфоліо є способом осмислення власного досвіду через текст. Групова терапевтична взаємодія обумовлена роботою в малих групах над текстами, що викликають емоційний відгук, сприяє формуванню довіри, відкритості та соціальної підтримки [1, 2].

Театралізація літературних творів дозволяє прожити емоційні стани персонажів, розвиває емоційну чутливість і здатність до співпереживання. Музейна педагогіка та культурні проєкти сприяють залученні до інтерпретації культурної спадщини через музейні експозиції, екскурсії, творчі проєкти – як ресурс для формування ідентичності та психологічної опори. Медіаосвіта дозволяє проводити роботу з візуальними текстами, кіно, цифровими архівами в контексті інтеграції культурного досвіду в особистісну рефлексію [1, 3].

Методологія дослідження дозволила виявити ефективність культурно-психологічного впливу на формування національної самосвідомості, що позитивно корелює з ментальним здоров'ям студентів-філологів. Включення національних



цінностей у освітній процес сприяє розвитку внутрішньої стійкості, впевненості та соціальної згуртованості. Учасниками дослідження були 60 студентів II–IV курсів Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, філологічного факультету. Вибірка досліджуваних включала експериментальну групу осіб ( $n = 30$ ), серед яких студенти, які брали участь у програмі психолого-педагогічного впливу та контрольну групу ( $n = 30$ ) – студенти, які навчалися за стандартною програмою без додаткових впливів. Критеріями включеності до потреб дослідження були такі: вік 18–22 роки, філологічна спеціальність, добровільна участь.

Процедура дослідження включала такі етапи:

1. На *попередньому етапі* («до») дослідження проведено первинне анкетування для визначення базового рівня національної самосвідомості, очікувань щодо соціального ставлення та значимості національних цінностей.

2. *Психолого-педагогічний вплив* (експериментальна група) здійснено на другому етапі дослідження, зокрема впроваджено цикл занять, що включали:

- 1) інтерактивні лекції з теми «Національна ідентичність і ментальне здоров'я»;
- 2) тренінги з розвитку саморефлексії, емпатії, культурної самосвідомості;
- 3) літературні дискусії на основі українських текстів, що репрезентують національні цінності;
- 4) групові проекти з аналізу культурних символів.

Тривалість впливу забезпечено таким проміжком часу, який містив 6 тижнів (1 раз на тиждень, 90 хвилин).

3. На *підсумковому етапі* («після») дослідження здійснено повторне анкетування відповідно до того ж інструментарію та порівняльний аналіз результатів між групами.

Дослідницький інструментарій включав *авторську анкету* за трьома такими шкалами:



1. Шкала національного саморозуміння (оцінка глибини усвідомлення власної національної ідентичності).
2. Шкала соціальних очікувань (очікуване ставлення інших до респондента як носія національної культури).
3. Шкала значимості національних цінностей (суб'єктивна оцінка важливості культурних орієнтирів для особистісного розвитку).

Застосовано також методику «Ідентичність – цінність – згуртованість» (модифікована для студентської аудиторії). В контексті статистичного аналізу використано t-критерій Стюдента для перевірки значущості змін, відповідно до рівнів значущості:  $p = 0,01$  (висока достовірність),  $p = 0,05$  (допустима достовірність).

Результати порівняльного аналізу показників національної самосвідомості студентів експериментальної та контрольної груп ВДПУ імені Михайла Коцюбинського філологічного факультету «до» і «після» психолого-педагогічних впливів засвідчили ефективність педагогічного впливу на розвиток ключових компонентів ідентичності (табл. 2). В студентів експериментальної групи зафіксовано статистично значущі позитивні зміни в рівнях національного саморозуміння ( $p = 0,01$ ), очікуваного ставлення від інших ( $p = 0,05$ ) та значимості національних цінностей для особистісної ідентичності ( $p = 0,01$ ). У них сформовано більш позитивне очікування щодо ставлення до них як носіїв національної ідентичності, що може бути наслідком підвищення впевненості та соціальної згуртованості. У контрольній групі таких змін не виявлено. Такі показники засвідчують цілеспрямоване включення культурно-психологічних практик у філологічну освіту, що сприяє глибшому осмисленню національної ідентичності, формуванню внутрішньої стійкості та ментального здоров'я майбутніх філологів. Отже, національні цінності є ефективним ресурсом гуманітарної підтримки особистості в освітньому середовищі.

Таблиця 2



## Порівняльний аналіз між експериментальною та контрольною групами

Компонент національної ідентичності	Група	Середнє значення «до»	Середнє значення «після»	Δ Зміна	p-рівень значущості
Національне саморозуміння	ЕГ	3,21	4,05	+0,84	<b>p = 0,01</b>
	КГ	3,18	3,22	+0,04	p > 0,05
Очікуване ставлення від інших	ЕГ	2,97	3,45	+0,48	<b>p = 0,05</b>
	КГ	2,95	2,98	+0,03	p > 0,05
Значимість національних цінностей	ЕГ	3,45	4,22	+0,77	<b>p = 0,01</b>
	КГ	3,43	3,47	+0,04	p > 0,05

Примітка: Оцінювання проводилось за 5-бальною шкалою, де 1 – дуже низький рівень, 5 – дуже високий.

У експериментальній групі (ЕГ) спостерігаються статистично значущі позитивні зміни в усіх трьох компонентах національної ідентичності. В контрольній групі (КГ) зміни не є значущими, що підтверджує ефективність цілеспрямованого педагогічного впливу. Найбільше зростання зафіксовано у показнику значимості національних цінностей (+0,77), що свідчить про глибше осмислення культурної спадщини та її ролі в особистісному розвитку. Результати підтверджують ефективність формувального експерименту: у студентів експериментальної групи спостерігається достовірне зростання рівня національної самосвідомості за всіма ключовими компонентами, що свідчить про цілеспрямоване педагогічне втручання, з опорою на національні цінності, яке здатне позитивно впливати на ментальне здоров'я, ідентичність та соціальну адаптацію майбутніх філологів.

Зіставлення етнокультурних моделей мислення через порівняння літератур різних народів майбутнім філологом, результатом чого є научіння розуміти інші системи цінностей, що розширює його світогляд і знижує рівень тривожності в умовах невизначеності. Мовна інтерпретація як інструмент психологічної адаптації зумовлена роботою з перекладом, семантичним аналізом, дискурсивними



практиками, що сприяє глибшому розумінню себе та світу. Отож, засоби формування ментального здоров'я майбутнього філолога в культурно-психологічному вимірі мають бути інтегрованими, міждисциплінарними та емоційно значущими. Вони поєднують гуманітарну освіту, психологічну підтримку, культурну рефлексію та мистецьку взаємодію, створюючи умови для розвитку внутрішньої стійкості, ідентичності та етичної зрілості [2, 3].

В українському контексті, особливо в умовах війни, соціальної нестабільності та переосмислення національної ідентичності, роль філолога як носія культурної пам'яті та транслятора ціннісних смислів набуває особливої значущості. Інтеграція національних цінностей у філологічну освіту є не лише педагогічною необхідністю, а й стратегічним чинником підтримки психологічного благополуччя особистості, формування її професійної зрілості та зміцнення соціальної згуртованості.

**Висновки.** Таким чином, національні цінності виступають потужним ресурсом формування ментального здоров'я майбутнього філолога, оскільки забезпечують глибинний зв'язок із культурною спадщиною, мовною ідентичністю та моральними орієнтирами. У культурно-психологічному вимірі вони сприяють розвитку внутрішньої цілісності, емоційної стабільності, здатності до саморефлексії та етичного судження. Звернення до фольклору, літератури, традицій і символів національної культури створює умови для осмислення екзистенційних смислів, зниження тривожності та зміцнення гуманітарної стійкості. Інтеграція національних цінностей у філологічну освіту є не лише педагогічною необхідністю, а й стратегічним чинником підтримки психологічного благополуччя особистості та формування її професійної зрілості.

Аналіз літературних текстів із психологічним навантаженням, інтерпретація культурних кодів, дискусії на морально-етичні теми сприяють розвитку емпатії, саморефлексії та критичного мислення. Включення елементів психологічної



грамотності у філологічні дисципліни, рефлексивні практики та групова взаємодія забезпечують емоційну регуляцію та соціальну підтримку. Театралізація творів, музейна педагогіка, медіаосвіта та інтеркультурна комунікація розширюють світогляд, формують зв'язок із культурною спадщиною та знижують рівень тривожності. Зазначені засоби створюють умови для формування ментального здоров'я як професійно значущої складової філологічної освіти.

### *Список використаних джерел*

1. Lazarenko N., Vizniuk I. Monitorynh zabezpechennia yakosti profesiinoi osvity pedahohiv v konteksti yevrointehratsii. *Comparative Professional Pedagogy*, 2023. №13(1). P. 11–19. DOI <https://doi.org/10.51217/cpp.2023.1.2>
2. Візнюк І. М., Долинний С. С., Токар Л. П. Формування особистості в контексті становлення самостійності підлітків в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*, 2023. Вип. 16(34). С. 409–418.
3. Візнюк І., Долинний С. Вплив сімейного виховання на розвиток емпатії в здобувачів освіти. *Перспективи та інновації науки*, 2023. Вип. 7(22). С. 7–11.
4. Гай-Нижник П., Чупрій Л. Національні інтереси, національні цінності та національні цілі як структуроформуючі чинники політики національної безпеки. *Гілея*. 2014. Вип. 5 (84). С. 465–471.
5. Горбулін В. П., Качинський А. Б. Стратегічне планування: вирішення проблем національної безпеки: монографія. Київ: НІСД, 2010. 288 с.
6. День української писемності та мови 2021: чи стає державної мови більше у публічному просторі? URL: <https://surl.li/gpiefz>
7. Дрейер Й. Символ і теорія життєсвіту: «Трансценденції життєсвіту і подолання їх за посередництвом знаків і символів». *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2011. № 3. С. 3–25.



8. Звездова О. Популяризація європейських цінностей як завдання культурної політики Європейського Союзу в Україні. *Європейські історичні студії*. 2000. № 15. С. 41–49.
9. Калашникова Л. В. Розуміння сутності психічного здоров'я в контексті комплексного підходу. *Наукові записки ЦДУ ім. Володимира Винниченка. Серія : Психологія : зб. наук. праць / ред. кол. : Гура Т. Є. [та ін.]. Кропивницький : Видавничий дім «Гельветика», 2024. Вип. 1(3). С. 74-82. DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-10>*
10. Котенський А. Дослідники назвали нові головні цінності українців. URL: <https://surli.cc/hmdhqd>
11. Крисаченко В. Національні цінності України: сутність, розмаїття, консолідаційний потенціал. *Актуальне українознавство. Українознавство, 2022. Вип. 1(82). 28–50*
12. Крисаченко В. С. Механізм формування класичних політичних націй. *Українська політична нація: генеза, стан, перспективи / за ред. В. С. Крисаченка. Київ: НІСД, 2004. С. 71–87.*
13. Михальченко М. І. Суспільні цінності населення України в теоретичних і практичних вимірах. Київ: ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса НАН України, 2013. 336 с.
14. Світове дослідження цінностей 2020 в Україні / кер. досл. О. М. Балакірева. Київ: Український центр дослідження політики, 2020. 214 с.
15. Соколова В. Ф. Психологічні особливості розвитку національної самосвідомості студентської молоді засобами української літератури: автореф. дис. ...канд. психол. наук : спец. 19.00.07. Івано-Франківськ, 2009. 20 с.