

Міністерство освіти і науки України
Луцький національний технічний університет
Факультет цифрових, освітніх та соціальних технологій
Кафедра соціогуманітарних технологій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
ЗА СТУПЕНЕМ ВИЩОЇ ОСВІТИ «МАГІСТР»

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Спеціальність 011 «Освітні, педагогічні науки»
Освітньо-професійна програма «Освітні, педагогічні науки
(Інклюзивна освіта)»

Виконав: здобувач вищої освіти
групи ОПНМ-21
Цвяк Ірина Дмитрівна

Керівник:
к.пед.н., ст. викладач
Гапончук Олена Миколаївна

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«15» грудня 2023 р.
Гарант освітньо-професійної
програми:
к.пед.н., доцент
Потапчук П.М.

Луцьк – 2023 року

ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет: цифрових, освітніх та соціальних технологій
 Кафедра: соціогуманітарних технологій
 Ступінь вищої освіти: *магістр*
 Галузь знань: 01 Освіта/ Педагогіка
 Спеціальність: 011 Освітні, педагогічні науки
 Освітньо-професійна програма: Освітні, педагогічні науки (Інклюзивна освіта)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

Оксана ЖУК

«Ж» січня 2023 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Цвяк Ірині Дмитрівні

Тема кваліфікаційної роботи *Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти*

Керівник роботи *Гапончук Олена Миколаївна, к. пед. н., ст. викладач*
 (прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

Затверджені наказом закладу вищої освіти від «14 січня» 2023 року
 № 36/01-02

Строк подання здобувачем вищої освіти кваліфікаційної роботи 10.12.2023 р.

Вихідні дані до роботи: науково-педагогічна література, періодичні видання, науково-методичні розробки вітчизняних та зарубіжних авторів.

Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно виробити): аналіз літературних джерел за темою кваліфікаційної роботи, вислов загальної проблеми і вибір напрямів дослідження; опис рішення освітньої проблеми та основних методів дослідження; методика для проведення експерименту, експіричне дослідження та аналіз його результатів.

Перелік графічного матеріалу: 22 рисунки

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, Д	
		завдання	видав
Перший розділ «Теоретичні основи дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу»	Ст. викладач Гапончук О.М.		
Другий розділ «Емпіричне вивчення проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу в закладах вищої освіти»	Ст. викладач Гапончук О.М.		
Висновки	Ст. викладач Гапончук О.М.		

7. Дата видачі завдання «17» січня 2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи магістра	Строк виконання етапів роботи	Прим
1.	Обґрунтування теми	до 01.02.23 р.	Викон
2.	Огляд літератури з досліджуваної проблеми	до 01.04.23 р.	Викон
3.	Перший розділ	до 01.06.23 р.	Викон
4.	Другий розділ	до 01.09.23 р.	Викон
5.	Висновки та пропозиції	до 15.09.23 р.	Викон
6.	Формування списку використаних джерел	до 01.10.23 р.	Викон
7.	Формування додатків	до 15.10.23 р.	Викон
8.	Оформлення ілюстративного матеріалу	до 01.11.23 р.	Викон
9.	Нормоконтроль	до 01.12.23 р.	Викон
10.	Інструментальна перевірка на академічний плагіат	до 08.12.23 р.	Викон
11.	Представлення кваліфікаційної роботи магістра до захисту	до 10.12.23 р.	Викон

Здобувач вищої освіти - Цвяк І.Д.

Керівник кваліфікаційної роботи

Гапончук О.М.

Міністерство освіти і науки України
Луцький національний технічний університет
Факультет цифрових, освітніх та соціальних технологій
Кафедра соціогуманітарних технологій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
ЗА СТУПЕНЕМ ВИЩОЇ ОСВІТИ «МАГІСТР»

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Спеціальність 011 «Освітні, педагогічні науки»
Освітньо-професійна програма «Освітні, педагогічні науки
(Інклюзивна освіта)»

Виконав: здобувач вищої освіти
групи ОПНм-21
Цвяк Ірина Дмитрівна

Керівник:
к.пед.н., ст. викладач
Гапончук Олена Миколаївна

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту
«__» _____ 2023 р.
Гарант освітньо-професійної
програми:
к.пед.н., доцент
Потапюк Л.М

Луцьк – 2023 року

ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет: цифрових, освітніх та соціальних технологій
Кафедра: соціогуманітарних технологій
Ступінь вищої освіти: *магістр*
Галузь знань: 01 Освіта/ Педагогіка
Спеціальність: 011 Освітні, педагогічні науки
Освітньо-професійна програма: Освітні, педагогічні науки (Інклюзивна освіта)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____ Оксана ЖУК

« ____ » _____ 202__ р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Цвяк Ірині Дмитрівні

1. Тема кваліфікаційної роботи *Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти*

Керівник роботи *Гапончук Олена Миколаївна, к. пед. н., ст. викладач*

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «14 січня» 2023 року

№ 36/01-02

2. Строк подання здобувачем вищої освіти кваліфікаційної роботи 10.12.2023 р.

3. Вихідні дані до роботи: науково-педагогічна література, періодичні видання, науково-методичні розробки вітчизняних та зарубіжних авторів.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): аналіз літературних джерел за темою кваліфікаційної роботи, виклад загальної проблеми і вибір напрямів дослідження; опис рішення загальної проблеми та основних методів дослідження; методика для проведення експерименту, експіричне дослідження та аналіз його результатів.

5. Перелік графічного матеріалу: 22 рисунки

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
<i>Перший розділ «Теоретичні основи дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу»</i>	Ст. викладач Гапончук О.М.		
<i>Другий розділ «Емпіричне вивчення проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу в закладах вищої освіти»</i>	Ст. викладач Гапончук О.М.		
<i>Висновки</i>	Ст. викладач Гапончук О.М.		

7. Дата видачі завдання «17» січня 2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи магістра	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	<i>Обґрунтування теми</i>	до 01.02.23 р.	Виконано
2.	<i>Огляд літератури з досліджуваної проблеми</i>	до 01.04.23 р.	Виконано
3.	<i>Перший розділ</i>	до 01.06.23 р.	Виконано
4.	<i>Другий розділ</i>	до 01.09.23 р.	Виконано
5.	<i>Висновки та пропозиції</i>	до 15.09.23 р.	Виконано
6.	<i>Формування списку використаних джерел</i>	до 01.10.23 р.	Виконано
7.	<i>Формування додатків</i>	до 15.10.23 р.	Виконано
8.	<i>Оформлення ілюстративного матеріалу</i>	до 01.11.23 р.	Виконано
9.	<i>Нормоконтроль</i>	до 01.12.23 р.	Виконано
10.	<i>Інструментальна перевірка на академічний плагіат</i>	до 08.12.23 р.	Виконано
11.	<i>Представлення кваліфікаційної роботи магістра до захисту</i>	до 10.12.23 р.	Виконано

Здобувач вищої освіти _____ Цвяк І.Д.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Гапончук О.М.

АНОТАЦІЯ

Цвяк І.Д. Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти. Рукопис.

Кваліфікаційна робота магістра ОПП «Освітні, педагогічні науки (Інклюзивна освіта)» спеціальності 011 «Освітні, педагогічні науки». Луцький національний технічний університет. Луцьк, 2023.

Кваліфікаційна робота магістра складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

У роботі досліджено: у першому розділі проаналізовані теоретичні основи дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу; виділені соціально-психологічні характеристики студентства як соціальної групи, особливості та проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу.

У другому розділі здійснене емпіричне вивчення проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу в закладах вищої освіти; проведена діагностика рівня адаптованості студентів-першокурсників та аналіз результатів експериментальної роботи. Розроблені методичні рекомендації щодо успішної адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти.

Ключові слова: *адаптація, студентство, студентський вік, освітній процес, чинники адаптації, рівень адаптованості.*

ANNOTATION

Tsviak I. Adaptation of First-year Students to the Educational Process at Institutions of Higher Education. Manuscript.

Qualification work of the master of OPP "Educational, pedagogical sciences (Inclusive education)" specialty 011 "Educational, pedagogical sciences". Lutsk National Technical University. Lutsk, 2023.

The qualification work of the master consists of an introduction, two sections, conclusions, a list of used sources, and appendices.

The paper investigates: the theoretical foundations of the study of the problem of adaptation of first-year students to the educational process are analyzed in the first section; social and psychological characteristics of studenthood as a social group, features and problems of adaptation of first-year students to the educational process are highlighted. The empirical study of the problem of adaptation of first-year students to the educational process in institutions of higher education is carried out in the second section; the diagnosis of the level of adaptation of first-year students and the analysis of the results of experimental work is conducted. Methodological recommendations for the successful adaptation of first-year students to the educational process in institutions of higher education is developed.

Key words: *adaptation, studenthood, student age, educational process, factors of adaptation, level of adaptation.*

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ	10
1.1. Соціально-психологічні характеристики студентства як соціальної групи	10
1.2. Суть та особливості адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу	17
1.3. Проблеми адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	33
2.1. Аналіз результатів емпіричного дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти	33
2.2. Методичні рекомендації щодо успішної адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти	46
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	57
ДОДАТКИ	62

ВСТУП

Актуальність дослідження. Надзвичайно актуальною на сучасному етапі залишається проблема адаптації студентів-першокурсників до умов академічного середовища закладу вищої освіти. Від ефективності освітнього процесу залежить їх подальше майбутнє як фахівця. Тому перед вищою школою стоять важливі завдання, які зосереджують свою увагу на стимулюванні пізнавальної та особистісної активності студентів; виявлення у студентів-першокурсників труднощів, які виникають в освітньому процесі; визначення шляхів подолання цих труднощів тощо.

У сучасній вітчизняній науці здійснено багато досліджень, присвячених різним аспектам особистісного розвитку здобувачів освіти. Ці питання розглянуті в наступних контекстах: встановлення суті, чинників та етапів процесу розвитку фахівця; дослідження студентського віку як етапу формування особистості; виокремлення умов розвитку професійно важливих якостей фахівців; модернізація професійної підготовки як умови успішної майбутньої професійної діяльності.

Питання адаптації здобувачів до освітнього процесу у закладах вищої освіти досліджуються такими науковцями, як Т. Алексеєва, В. Гамов, О. Гречишкіна, Є. Резнікова, О. Солодухова, Ф. Хайруллін, А. Фурман. Педагогічні аспекти проблеми досліджують В. Сорочинська, В. Штифурак та ін. Підкреслюють значущість адаптації першокурсників до освітнього процесу в сучасному українському соціумі Т. Буяльська, Л. Гармаш, Н. Дятленко, Н. Коцур, Л. Красовська, О. Маріна.

Водночас пошук ефективних інструментів інтенсифікації адаптаційних процесів здобувачів до освітнього процесу на сучасному етапі активізується з огляду на динамічні перетворення освітнього середовища. Тому дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу актуалізується наявністю суперечності між необхідністю активізації

адаптаційних процесів першокурсників до освітнього процесу й недостатньо реалізованим потенціалом освітньої практики реалізації цього завдання.

Однак існує чимало питань, які потребують подальшого вирішення. Тому актуальність проблеми, необхідність усунення виявленої суперечності зумовили вибір теми нашої кваліфікаційної роботи: «Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти».

Мета дослідження – розглянути процес адаптації студентів-першокурсників під час навчання у закладах вищої освіти.

Об’єкт дослідження: адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження: інноваційні технології як інструмент активізації адаптаційних процесів першокурсників до освітнього процесу.

Завдання дослідження:

- проаналізувати науково-методичну літературу з питання адаптації студентів до навчання у закладах вищої освіти;
- визначити суть й особливості адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти;
- теоретично обґрунтувати й розробити інтерактивні технології активізації адаптаційних процесів першокурсників до освітнього процесу.
- перевірити дієвість впливу інтерактивних технологій активізації на адаптаційні процеси першокурсників до освітнього процесу.

Методи дослідження:

теоретичні: аналіз педагогічної й психологічної літератури з метою визначення ступеня розробки проблеми у наукових дослідженнях; систематизація, узагальнення та порівняння теоретичного й практичного матеріалу для обґрунтування активізації адаптаційних процесів першокурсників до освітнього процесу;

емпіричні: анкетування для діагностики рівня адаптованості до освітнього процесу студентів-першокурсників, педагогічне спостереження.

Наукова новизна роботи: набули подальшого розвитку положення щодо

адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти; розвиток полягає в обґрунтуванні інтерактивних технологій як форм активізації адаптаційних процесів першокурсників до освітнього процесу.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані відповідними фахівцями у різних закладах вищої освіти щодо підвищення рівня адаптації студентів до освітнього процесу.

Апробація результатів дослідження. Основні положення й результати дослідження відображено в 2 наукових працях: 2 тези доповідей у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій [27; 31].

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел. Робота містить 22 рисунки. Список використаних джерел налічує 36 найменувань.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

1.1. Соціально-психологічні характеристики студентства як соціальної групи

Зміни, які останніми роками відбуваються у світі та в нашій країні не можуть не впливати на особистість. Політичні, соціально-економічні зміни, розвиток науки і техніки постійно висувають нові вимоги до людини. Щоб адаптуватися до цих умов вона змушена час від часу переглядати свої інтереси, погляди й переконання, змінювати свою поведінку відповідно до зовнішніх умов існування.

Особливо чутливою до змін, що відбуваються в людському суспільстві виявляється молодь. Вона легше і швидше в порівнянні зі старшим поколінням сприймає те нове, що приходить із-за кордону, або виникає на теренах нашої країни. Політичні події в нашій країні показали, що молодь не стоїть осторонь, а є активним учасником суспільних перетворень. Все це, безумовно, впливає на свідомість молодого покоління, формування його поглядів і переконань, сприяє утворенню індивідуальних соціально-психологічних особливостей, характерних для молоді наших днів.

«Студентство є особливою соціальною групою, що утворюється з різних соціальних прошарків суспільства, для якої характерні особливі умови праці, життя, побуту, особлива суспільна психологія та поведінка. Для студентства здебільшого єдиним і головним заняттям є набуття знань і формування навичок для майбутньої роботи» [24, с. 15].

Студентство відноситься до юнацького віку. Юність – це період, коли у молоді формується власна позиція, точка зору. Вона має право вибору, відстоює власну думку, поважає і толерантно ставиться до думок інших, самостійно вирішує свої завдання, дбає про свій професійний розвиток.

Студентський період – це етап переходу від шкільного життя до студентського, це період пізньої юності і найкращий час в житті молодої людини, який дає можливість включатися в усі види соціальної активності, виробляти групову самосвідомість, специфічну субкультуру, спосіб життя, і насичений особливими враженнями в усіх її сферах.

У цей період життя основними сферами життєдіяльності студентів є :

- особистісне зростання, самореалізація та самовдосконалення;
- розвиток інтелектуального та духовного потенціалу;
- професійне навчання.

Відомі дослідники Ж.Ж. Руссо, А. Дистервег, Е. Шпрангер, Ш. Бюлер, Е. Еріксон, Ж. Піаже, О. Лазурський, В. Смірнов, О. Дусавицький та ін. у своїх наукових доробках працюють над проблемою юності. Студенти є головними споживачами освіти, тому їхнє ставлення до навчання є важливим фактором в їхньому успіху. Науковці Й. Беркхаут, М. Блоум, О. Гесєва, П. Екклс, М. Єременко Б. Томас, В. Шевчук та ін. досліджують дефініцію «студентська молодь». Дослідники Г. Абрамова, О. Бондаренко, М. Боришевський, Л. Бурлачук, Н. Зубалій, Н. Коломінський, С. Максименко, А. Маслоу, В. Моргун, К. Роджерс, М. Савчин, В. Панок, В. Татенко, Н. Чепелєва, Т. Яценко та ін.) у своїх наукових доробках працюють над вивченням проблеми професійного становлення молоді.

Освоюючи конкретну спеціальність за час навчання у закладі вищої освіти, у студента формується індивідуальна система поглядів на навколишній світ, виробляється власна система цінностей і форм поведінки в соціумі.

«Саме в час навчання у студента закладаються основи тих якостей спеціаліста, з якими він увійде в нову для нього атмосферу діяльності, де відбуватиметься його подальший розвиток як особистості. Тому питання особистісного становлення студентів в аспекті їхньої професійної діяльності має постійно знаходитися в центрі уваги вищої школи. Для цього система навчально-освітнього процесу повинна бути вибудована на ґрунті гармонізації розвитку студента і як особистості, і як фахівця» [1, с 81].

Важливе значення на цьому етапі, на нашу думку, належить певним соціально-психічним особливостям студентського віку:

- зміні усієї структури особистості, особливостям психічного розвитку студента, оскільки навчання вимагає великої витрати часу та енергії;
- перебудові усіх його психічних функцій; інтенсивному розвитку інтелектуальних можливостей;
- формуванню навчально-професійної діяльності, становленню певних особистісних рис;
- дисгармонії фізичного і психічного розвитку і, відповідно, затримці соціального становлення, оскільки фізична зрілість і громадянська зрілість не співпадають у часі;
- ускладненому входженню у різні соціальні спільноти.

Науковці переконують к тому, що «розвиток особистості студента під час навчання у ВНЗ на різних курсах має свою особливість. Специфікою першого року навчання у ВНЗ є залучення, ще вчорашнього школяра до студентського життя, іншої форми сприйняття інформації, нового колективу і нової форми взаємодії. Для поведінки першокурсника є характерним високий рівень конформізму. Під час другого курсу у студентів найбільш напружений час навчальної діяльності, інтенсивно задіяні всі форми навчання. Отримується загальна підготовка, формуються їхні культурні і професійні запити і потреби. Процес адаптації до університетського життя вважається майже завершеним. Третій курс – етап професійної спеціальної підготовки. Необхідність у спеціалізації часто призводить до звуження сфери інтересів особистості. Додаткові інтереси часто відходять на другий план. Становлення особистості у ВНЗ в основних рисах визначаються чинником спеціалізації. На четвертому курсі відбувається знайомство зі спеціальністю в період проходження навчальної практики. Для студентів є характерним інтенсивний пошук раціональних шляхів і форм спеціальної підготовки, відбувається переоцінка студентами багатьох цінностей життя і культури» [34, с. 15–16].

Враховуючи виявлені особливості студентів, проаналізувавши всі

сторони студентського життя та умови навчання, визначимо загальні соціально-психологічні особливості сучасних студентів-першокурсників, які безпосередньо впливають на особистість кожного окремо взятого здобувача освіти. До головних віднесемо такі:

1. Сучасна студентська молодь є більш демократичнішою та розкутішою, що підтверджується значними суспільними перетвореннями в нашій країні. Це проявляється у сміливому висловлюванні студентами своєї позиції, відстоюванні своєї точки зору, вираженні правдивих почуттів. Сучасна молодь краще знає свої права та можливості, що, відповідно, позитивно впливає на формування особистості.

2. Соціально-економічний розвиток суспільства, розвиток науки і техніки (комп'ютеризація суспільства) створюють відповідні умови для розвитку молоді особистості. Зокрема, це виявляється в тому, що студенти є більш розвинутішими в інтелектуальному плані, набувати нових компетентностей. Здобувачі вищої освіти усвідомлюють важливість постійного самовдосконалення та саморозвитку, бажають самостійно обдумувати свої рішення.

Слід підкреслити, що на розвиток пізнавальної, мотиваційної, емоційної та інтелектуальної сфери значно впливає інформаційні технології. Це створює умови для прискореного психічного розвитку.

Соціальні мережі також з кожним днем все більше і більше набувають популярності. Вони, як зазначають учені, «стали невід'ємною частиною життя багатьох людей, особливо молоді. З одного боку, молоді люди використовують соціальні мережі для знайомств та підтримки стосунків, обміну ідеями та думками, пошуку новин і інформації, реклами своїх талантів і досягнень, а також для активностей, пов'язаних з їхніми професійними цілями. Соціальні мережі надають молодим людям можливість самовиражатися, знаходити спільну мову з однолітками, досліджувати свої інтереси та хобі. З іншого боку, постійне перебування в соціальних мережах стає причиною проблем з психологічним самопочуттям та самооцінкою. Порівняння себе з іншими, страх

пропустити важливі речі, стрес, викликаний поширенням та коментуванням – все це негативно впливає на самопочуття молодих людей. Багато хто відчуває потребу бути постійно підключеним до інтернету та оціненим іншими, що спричиняє залежність від соціальних мереж» [8].

3. Характерний високий рівень розвитку самосвідомості сучасної молоді, що формується з рівня розвитку суспільства, соціальних умов існування. Молоді люди усвідомлюють необхідність здобуття вищої освіти, а саме набуття певної кваліфікації та отримання знань з певної спеціальності з метою реалізації власного потенціалу. На старших курсах у студентів з'являється бажання і можливість поєднувати навчання з роботою, що прискорює соціально-психологічну адаптацію особистості при входженні в нову соціальну групу та полегшує подальшу професійну діяльність.

4. Характерним є процес самоідентифікації, коли здобувачі спрямовують свої зусилля на пошуки власної ідентичності, починають активно працювати над визначенням своєї мети, формувати життєві погляди, власне бачення себе серед інших людей, ставлення до себе та оточуючих.

5. У юнацькому віці молодь здатна до самоаналізу і самооцінок. Здійснюючи самооцінку, молодь порівнює ідеальне власне «Я» з «Я» реальним. Студентський вік є тим періодом, коли виникає проблема вибору життєвих та моральних цінностей, формується внутрішня позиція щодо себе та інших людей.

6. Для студентського віку важливим є формування нових соціальних зв'язків: об'єднання в групи за інтересами та спільним цілями; розвиток комунікативних та організаційних навичок, вдосконалення навичок ділового спілкування.

7. Здобувачі вищої освіти набувають навичок самостійності, відповідальності та активності: вони відповідають за власне життя, свої вчинки; самостійно приймають рішення, планують завдання та цілі на майбутнє, вирізняються енергійністю та активністю, беруть участь у різноманітних заходах, проектах, займаються волонтерством, створюють нові ідеї тощо.

8. Формування креативності у молоді теж є однією із соціально-психологічних характеристик студентського віку. Здобувачі вищої освіти проявляють свою креативність, розвивають фантазію, беруть участь у різноманітних художніх колективах, театральних постановках, музичних гуртах, розвивають свій творчий потенціал через знаходження оригінальних рішень, створення нестандартних ситуацій, творче ставлення до дійсності, здатність до конструктивного нестандартного мислення і поведінки, легше сприймання нових ідей, майстерність правильно мислити, здатність до переоцінки цінностей, відкритість до усіх процесів розвитку.

9. Зростає необхідність формування стресостійкості у студентів. В умовах війни, коли лунають тривоги, студентам приходится перебувати в укриттях, переживають постійні стреси, існує загроза власному життю, такі екстремальні ситуації завдають психологічних травм, збільшують рівень тривожності.

У здобувачів освіти також можуть виникати почуття тривоги та занепокоєності через розставання на певний час батьками, напруженість у стосунках з одногрупниками та викладачами, завищені вимоги до освітнього процесу тощо. Тому важливим на цьому етапі є здатність молоді адаптуватися до складних невизначених умов життя, мобілізувати адаптаційні та психологічні ресурси на подолання усіх зазначених перешкод.

10. Формування толерантності у молоді теж є однією із соціально-психологічних ознак студентського віку. Студенти навчаються зі студентами з числа внутрішньо переміщених осіб тощо.

11. «В умовах глобального розвитку освіти і реформування виховного процесу у вищих навчальних закладах особливої актуальності набуває проблема формування нової академічної культури в академічному середовищі. Однією зі складових такої культури є поняття академічної чесності» [17, с. 21]. Формування та забезпечення у закладах вищої освіти академічної доброчесності є однією із соціально-психологічних характеристик студентського віку. Студенти дуже часто нехтують академічними нормами, вдаються до списування, корупційних дій, користуються шпаргалками,

плагіатять тощо. Головним завданням академічної спільноти є спрямування усіх зусиль на забезпечення академічної культури та академічної доброчесності.

Отже, «соціально-психологічні особливості студентського віку, які розкривають особливості соціальної ситуації розвитку, становлення когнітивної сфери, психічних новоутворень віку, провідної діяльності і спілкування, емоцій, пов'язані з формуванням особистості в цілому» [12, с. 37].

Варто звернути увагу і на вікову кризу на цьому етапі життя особистості. Численні дослідження науковців показують, що вікова криза студентського віку може протікати вдало, а може й мати негативний перебіг. Якщо вікова криза протікає успішно, є конструктивною, вона характеризується становленням у студента дорослої ідентичності і особливим відношенням до оточуючих людей, розумінням своєї потреби, формуванням відчуття тотожності власного «Я», узгодженням індивідуально й соціальних форм функціонування, умінням долати суперечності та конфлікти.

Негативне проходження вікової кризи характеризується деструктивним стосунками у групі, відчуттями тривожності, страху, заниженою самооцінкою, ізоляцією у спілкуванні з групою, іншими людьми; неясністю життєвих перспектив, болісним переживанням своїх невдач та труднощів.

Таким чином, студентський період – це етап переходу від шкільного життя до студентського, найкращий час в житті молодої людини, який дає можливість включатися в усі види соціальної активності, виробляти власний індивідуальний спосіб життя, насичений особливими враженнями в усіх її сферах.

Студентська молодь є особливою категорією, яка самостійно формує свої життєві погляди, створює власну картину світу, розвиває соціально-психологічні компетентності. Формування низки соціально-психологічних особливостей (пошук самоідентифікації, розвиток соціальних контактах, формування стресостійкості, самостійності, відповідальності, активності, толерантності, креативності, інтелектуальний розвиток та ін.), які розвиваються у цьому віці, чинять безпосередній вплив на життя студентів-першокурсників;

впливають на формування їхнього мислення, ставлення до світу та поведінку; дають можливість для переосмислення своїх вчинків та вчинків інших людей.

1.2. Суть та особливості адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу

Надзвичайно актуальною постає проблема адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти. Особистісний розвиток майбутнього фахівця і його конкурентоспроможність на сучасному ринку праці залежить від ефективної організації освітнього простору.

Враховуючи те, що перед закладами вищої освіти ставиться важливе завдання – підготовка конкурентоспроможного на ринку праці випускника, здобувачі освіти мають володіти певними компетентностями і набувати їх впродовж навчання у закладі освіти. Для їх успішного формування необхідно спрямовувати зусилля на:

- стимулювання пізнавальної та особистісної активності студентів;
- дослідження наявності відповідних задатків;
- виявлення у студентів-першокурсників певних труднощів, які виникають у навчально-виховному процесі;
- визначення шляхів подолання цих труднощів.

Термін «адаптація» походить з латинської мови, що в перекладі означає «пристосування». З огляду на те, що немає однозначного його тлумачення, оскільки поняття використовується у різних сферах діяльності людини, у науковій літературі існують різні підходи до розкриття змісту дефініції «адаптація».

Поняття «адаптація» вживається в таких значеннях: як здатність формувати властивість особистості до організації зв'язку з соціумом; як пристосування кожної особистості до мінливих умов зовнішнього середовища; як вміння особистості з метою успішної адаптації накопичувати

механізми психологічного захисту, підбирати різні методи та засоби для власного захисту; як процес професійного та особистісного становлення особистості через активне пристосування, вольову регуляцію засвоєних норм та цінностей, готовність до використання різноманітних ресурсів.

Ю. Бохонкова стверджує, що «поняття адаптації можна розглядати як процес пристосування індивіда до нових умов, входження до нового соціального середовища, засвоєння норм такого середовища та вироблення нової моделі поведінки. Здатність активного пристосування особистості до умов середовища як фізичного, так і соціального, визначається як адаптивність – не адаптивність та відображає відповідність між метою та результатами яких досягнуто у процесі виконання певного виду діяльності» [2].

Вступ до закладу вищої освіти є надзвичайно важливим етапом у професійному становленні кожної особистості. Л. Дмитрук зазначає, що «адаптація студента у ЗВО – безперервний, внутрішньо обумовлений процес, який характеризується прийняттям чи неприйняттям особистості, що розвивається до зовнішніх і внутрішніх умов здійснення навчальної діяльності у ЗВО, а також активність особистості, пов'язана зі зміною умов у бажаному напрямку» [10, с. 34].

Адаптацію до освітнього процесу у ЗВО визначають також:

– як складне багатогранне включення здобувачів освіти у новітню систему контролю і вимог, нове середовище, новий колектив;

– як процес пристосування особистісних якостей до вимог даного ЗВО і формування на цій основі нових особистісних професійно і соціально значущих якостей, що створюють умови для реалізації особистісного потенціалу здобувачів.

Адаптація студента-першокурсника розглядається як його здатність відповідати нормам і вимогам закладу освіти, розвиватися в новітньому для себе освітньому середовищі, реалізувати власні потреби та здібності, уникаючи різноманітних протиріч і непорозумінь з новим академічним середовищем. Адаптацію можна трактувати також як процес вироблення механізмів існування

особистості студента у нових умовах, коли всі фізичні і духовні сили здобувача освіти витрачаються на виконання основних завдань й пристосування до вимог та умов, що змінилися.

Адаптацією студента є складний динамічний процес, який зумовлений певними як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками, у ході якого у студентів формуються необхідні для подальшого професійного та особистісного становлення і зростання уміння та навички, виробляється певна система поглядів і цінностей, формуються індивідуальні своєрідні механізми поведінки та захисту в суспільстві.

Адаптація особистості студента до освітнього процесу умов є важливим етапом життєвого шляху, оскільки вступ до закладу вищої освіти вважається одним із важких періодів студентського життя для першокурсника, який кардинально змінює увесь спосіб його життя (поведінку, звички, думки, інтереси, переконання тощо), що відображає відповідність між поставленою метою та досягнутими результатами своєї роботи.

Дослідники наголошують на тому, що перший курс навчання є для здобувачів освіти періодом соціально-педагогічної адаптації. Адже студенти-першокурсники адаптуються до зміни усього режиму, нової системи навчання, нового сприйняття матеріалу, нового колективу тощо.

На основі аналізу наукових джерел можемо виділити формальну, соціально-психологічну та дидактичну форми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у ЗВО.

У соціальній адаптації виділяють дві форми (рис. 1.1):

- пасивну (суб'єкт не прагне впливати на середовище для його зміни: зміниформ діяльності, цінностей, взаємодії);
- активну (суб'єкт прагне до таких змін і впливу).

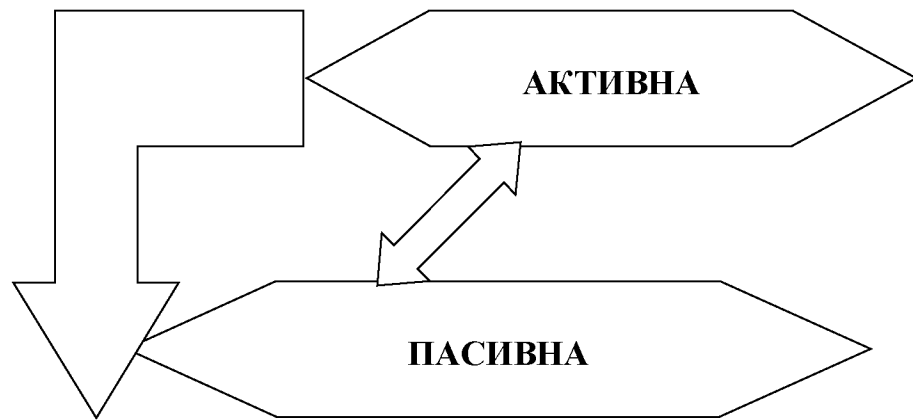


Рис. 1.1. Види соціальної адаптації студентів-першокурсників у ЗВО

Серед основних критеріїв соціальної адаптації студентів виділяють:

- «критерій соціально-психологічної адаптації, який відображає емоційні стани студентів, взаємини в академічній групі, морально-психологічну атмосферу;

- критерій професійної адаптації, який характеризує мотив вибору студентами їхньої майбутньої професії, рівень підготовленості студентів до виконання професійних завдань, оволодіння знаннями та навичками;

- критерій суспільної адаптації, що висвітлює адаптацію студентів до вищого навчального закладу як соціального інституту, розуміння студентами ролі суспільної діяльності, ставлення до громадського життя, рівень соціальної активності та її мотиви» [30].

Процес адаптації передбачає активність самого суб'єкта діяльності, який повинен ставити перед собою певні завдання, аналізувати свої дії та вчинки, знаходити шляхи вирішення поставлених перед собою завдань, регулювати свою поведінку, продумувати різноманітні підходи до налагодження ефективних шляхів взаємодії з іншими суб'єктами і новим середовищем.

Адаптація здобувача до освітнього процесу ЗВО є складним, довготривалим процесом, який має бути чітко організованим і керованим. Це одночасно і процес, і результат встановлення взаємної відповідності між потребами особистості здобувача вищої освіти та вимогами навчального процесу. Він відбувається протягом всього періоду перебування студента у

стінах закладу освіти. А отже, вступ студента до закладу вищої освіти, адаптація до нового освітнього простору, засвоєння його норм, вироблення нової моделі поведінки передбачає відповідність між поставленою метою та досягнутими індивідуальними результатами своєї роботи.

Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти вимагає зміни соціального стану особистості, становлення конкретних особистісних рис, підвищення значущості набуття таких важливих феноменів, як життєві цілі, спосіб життя, зобов'язання, відповідальність, добросесність, вірність тощо.

З огляду на це до процесу адаптації до навчання в умовах закладу вищої освіти ставляться великі вимоги до розумової працездатності студента, його відповідальності за власні дії і результати роботи. Зміна соціальної ролі особистості з учня на здобувача освіти, яка відбувається у зв'язку зі вступом до закладу освіти, тісно пов'язана із процесами самовиховання, саморозвитку, самоствердження студента, включення його у різні види соціальної активності; налагодження комунікативної взаємодії з викладачами та однолітками, оволодіння новими формами, методами і засобами навчання.

Змінюється також коло спілкування та налагоджується комунікативний міжособистісний зв'язок; з'являється бажання самоствердитися у новому колективі, прийняти і виконувати вимоги університету, пристосуватися до самостійного проживання без батьків тощо. Тобто відбувається адаптація студента-першокурсника до нових раніше не відомих умов навчання. Відповідно, створення умов для успішної адаптації та соціалізації студентів-першокурсників є основним завданням освітніх закладів.

Надзвичайно важливим у процесі адаптації студентів-першокурсників є допомога зі сторони дорослих, тобто кураторів, педагогів, адміністрації тощо, чия підтримка має значний вплив на успішне проходження цього процесу. Завданням дорослих є створення для здобувачів освіти комфортних безпечних умов, які дадуть можливість і успішно адаптуватись до умов академічного середовища, і максимально розкрити свій творчий потенціал, повноцінно

реалізувати свої можливості. Підтвердженням цієї думки є науковий доробок Л. Потапюк, в якому зазначається: «освітній простір – це складно організована система, яка дає підстави не тільки для вирішення виховних завдань, а й створює умови для соціалізації та психічного розвитку особистості. Психологічний стан освітнього середовища відображає якість взаємовідносин його учасників, а зміст цих відносин, у свою чергу, визначає якість усього системного простору» [26, с. 65].

Важливе значення у зміні способу життя студента-першокурсника мають заліково-екзаменаційні сесії, які викликають почуття тривоги та страху; вміння адаптуватися до вимог педагогічного колективу; порушення режиму життя; дефіцит часу. Усе це вимагає значних зусиль і призводить до підвищення рівня адаптаційних можливостей особистості.

Дуже часто процес пристосування може проходити досить довго і зміни усього способу життя студента стають причиною як фізичного, так і психологічного перенапруження, пасивності, втрати мотивації до навчання, усіляких розчарувань. Внаслідок такого перенапруження у студента знижується активність. У такому випадку надзвичайно важливими є вибір адаптаційних механізмів особистості та активізація адаптаційних процесів першокурсників, оскільки саме від них залежить їхня майбутня професійна самореалізація та соціалізація. «За умови впровадження певної системи роботи з дотримання ЗСЖ, яка передбачає визначення навчальним планом вузу кожної спеціальності певних курсів, спецкурсів, факультативів з вивчення та пропаганди ЗСЖ; створення навчальних програм та дидактик-методичного забезпечення з даної проблеми; забезпечення на належному рівні виконання основних напрямків системи виховної роботи з міддю; цілеспрямоване, системне та послідовне здійснення валеологічної світи» [25, с. 67] можна сформувати нову інтелектуальну, високопрофесійну еліту. Усе зазначене складає зміст соціальної складової загальної адаптації студентів.

Адаптація як налаштованість особистості студента-першокурсника на набуття ним необхідних для професійної діяльності компетентностей, здатність

до опанування комплексу професійних, соціальних і міжособистісних взаємин відбувається упродовж усього життя особистості. Якщо у людини процес її адаптації проходить успішно, можемо говорити про уміння переборювати труднощі, які трапляються на її шляху; справлятися з усіма поставленими цілями і завданнями. Отож, налаштованість особистості вважається вирішальним фактором успішного розвитку студентів-першокурсників.

Сучасний етап розвитку національної освіти визначається її реформуванням, що зумовлює впровадження нових моделей навчання, перманентних змін навчальних планів, удосконалення форм організації навчальних занять, запровадження дистанційної освіти, інноваційних педагогічних технологій стандартів освіти. У зв'язку з цим навчання у закладі вищої освіти стає важчим і за змістом, і за формою.

Потрібно зазначити, що сьгоднішні студенти-першокурсники вже мають досвід онлайн-навчання в школі. Вони добре вміють користуватися програмним забезпеченням, бачать його позитивні і негативні сторони, в цілому відносяться до нього з розумінням.

Інтерактивні форми навчання передбачають активну співпрацю учасників процесу навчання, де значну увагу приділено взаємодії здобувачів між собою, що забезпечує активізацію освітнього процесу, зростання рівня мотивації до навчання суб'єктів навчальної діяльності, зменшення їх втомленості.

Основними характеристиками інтерактиву є:

- забезпечення доброзичливої атмосфери, взаємопідтримки як способу співпраці та кооперації;
- організація освітнього процесу на засадах заохочення здобувачів до навчання, усвідомлення й рефлексії результатів освітньої діяльності;
- використання дослідницьких проєктів, ділових ігор, різних джерел інформації;
- організація індивідуальної, парної, групової роботи на всіх видах занять.

Задачі, які розв'язуються одночасно при використанні таких форм

навчання є:

- набуття навичок та умінь комунікації;
- забезпечення емоційного контакту між слухачами;
- формування навичок роботи у команді;
- зняття нервового навантаження слухачів, зосередження уваги на основному матеріалі, вміння переключатися з однієї форм навчання на іншу.

Навчання у закладі вищої освіти для особистості студента-першокурсника є важливим періодом життя й професійного зростання, передумовою становлення висококваліфікованого спеціаліста з вищою освітою. Переважна більшість студентів-першокурсників стикаються з чималою кількістю проблем, з яких найбільш важливою є саме проблема адаптації.

Адаптацією студента є складний динамічний процес, який зумовлений певними як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками, у ході якого у студентів відбувається зміна соціального стану, формуються необхідні для подальшого професійного та особистісного становлення і зростання уміння та навички, виробляється певна система поглядів і цінностей, формуються суб'єктивність, відбувається становлення конкретних особистісних рис, створюються індивідуальні своєрідні механізми поведінки і захисту особистості студентів в суспільстві.

Успішна адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу залежить в першу чергу від психічних індивідуальних особливостей особистості здобувачів освіти, рівня розвитку особистісної регуляції життєдіяльності. Якщо система операційних механізмів є чітко сформованою вона впливає на успішну адаптацію. Адаптація студентів-першокурсників є разом з тим індивідуальним процесом, і у кожного з них вона відбувається по-різному. В одних адаптація в освітньому середовищі проходить швидше, в інших – повільніше.

1.3. Проблеми і чинники адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти

Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти може мати різні кінцеві варіанти і не завжди бути успішною. Вступ до закладу вищої освіти змушує у недалекому минулому ще школяра стикнутися з низкою проблем, які пов'язані з недостатньою підготовленістю студентської молоді до нових особливостей освітнього простору. Це пояснюється як зміною соціального академічного середовища, так і недостатньою сформованістю здатності здобувачів вищої освіти до саморегуляції власної діяльності й поведінки.

Така ситуація спричиняє появу соціально-психологічної дезадаптації особистості, що призводить до втрати позитивних настанов, які сформувалися раніше. В якості наслідків такої ситуації можуть спостерігатися емоційна напруга, розлади поведінки, зниження активності, невпевненість у власних силах, депресивність почуттів тощо.

Чимало науковців працюють над проблемою виявлення труднощів, які виникають у студентів-першокурсників під час адаптації до студентського життя, що підтверджується їх чисельними науковими працями, дослідженнями даної проблеми. Зокрема, учена Ю. Бохонкова до труднощів адаптації відносить: «переживання, пов'язані з перехідним періодом: від шкільного до дорослого життя; невизначеність мотивації вибору професії; неготовність до самостійного життя, налагодження побуту (особливо для нерезидентів); психологічна неготовність до відповідальності за себе, свої вчинки, прийняття рішень; невміння регулювати час, відведений на навчання і відпочинок; відсутність навичок самоконтролю, саморегуляції поведінки та діяльності; несформованість мотивації навчання в обраній професії» [2].

«Розв'язання проблеми адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі потребує й вивчення та врахування чинників, які вплинули на вибір професії. Серед таких яскраво виражені інтереси, схильності,

прагнення бути корисним суспільству, обов'язок соціального служіння, соціальний престиж професії, авторитет навчального закладу, набуття знань для розв'язання особистих проблем, рекомендація інших людей тощо. Хибність мотивів вибору гальмує процес професійного зростання та адаптації студентів у середовищі вищого навчального закладу. Розмитість уявлення про перспективи життєвого шляху, несформованість цінності майбутньої професійної діяльності може бути причиною розгубленості, напруженості, емоційної нестабільності студентів, що потребує професійної саморегуляції» [22, с. 85].

Дослідники у своїх наукових доробках зазначають, що «причиною однієї з найголовніших проблем адаптації є те, що адаптивна ситуація, тобто момент взаємодії організму та середовища, до якого необхідно адаптуватися, бере свій початок ще у середній школі та пов'язана з необхідністю обрання фаху. Усвідомлення школярами потреби подальшого навчання з метою отримання професійних знань, умінь та навичок спонукає їх до створення свого власного «ідеалізованого» образу як студента, так і майбутнього фахівця. В процесі побудови такої моделі відбувається співставлення своїх власних, вже відпрацьованих вмінь та навичок, з ідеалізованими» [14, с. 40].

Учених також цікавить питання дослідження рівнів адаптації студентів, їх особливостей. Зокрема, вони виділяють такі рівні: фізіологічний, психологічний, дидактичний, соціальний [14, с. 41].

«Фізіологічні труднощі пов'язані, в першу чергу, з необхідністю обробки великого, в порівнянні з періодом навчання у школі, обсягу інформації за короткі терміни, а також із потребою пристосування до нового ритму життєдіяльності (новий розклад навчання у ВНЗ, збільшення часу на самостійну роботу, обов'язки, пов'язані із новим соціальним статусом, професійні захоплення, гуртки, секції)» [14, с. 41].

«Психологічні перешкоди, що потребують вироблення ефективної стратегії поведінки, обумовлені переживаннями, пов'язаними з періодом переходу від шкільного до дорослого життя, недостатньою психологічною підготовленістю до самостійного життя, невмінням здійснювати психологічну

саморегуляцію поведінки та діяльності. Все це підсилюється відсутністю звичного повсякденного контролю з боку педагогів та батьків, особистісною тривожністю, обумовленою зміною соціальної ролі (набуттям статусу студента), новим середовищем, невідповідністю сподівань, очікувань та уявлень реальним умовам навчання у ВНЗ» [14, с. 42].

«Дидактичний аспект труднощів викликаний невідповідністю між дидактичними системами вищої та середньої школи. Студенти відчують проблеми внаслідок відсутності навичок самостійної роботи в стінах вищої школи; невміння організації оптимального режиму навчання і відпочинку; недостатньо розвинених навичок самоорганізації та самоконтролю; низького рівня навчальної активності тощо» [14, с. 42].

Серед проблем адаптації студентів-першокурсників науковці також виділяють: «хибні, неадекватні очікування; невизначеність життєвих планів і цілей; невизначеність власної стратегії навчання; зовнішня мотивація навчання («для батьків», «щоб отримати диплом»); необізнаність із поведінковими нормами та стандартами студентського середовища» [9, с. 66].

Причинами, що заважають студентам-першокурсникам швидко адаптуватися до освітнього процесу в ЗВО, можна назвати також: недостатній інтерес до обраної професії, невизначеність мотивації її вибору; тривожність, яка пов'язана з процесом переходу від шкільного до дорослого студентського життя; перевантаження навчального навантаження з окремих предметів; неготовність до освоєння нової системи освіти; неготовність самостійно налагоджувати побут; невміння розподіляти час як на навчання, так і відпочинок; негативний вплив соціальних медіа; невміння відповідати за свої вчинки; неготовність до самоконтролю і саморегуляції своєї діяльності.

Ознаками труднощів адаптації може бути сильна фрустрація, коли виникають сильні переживання, незадоволення потреби. Загострення рольових конфліктів «студент – викладач», «студент – студент». Ціннісно-сміслова невизначеність, неструктурованість особистості. Інфантильність, безвідповідальність або вдаються до пияцтва розпусти, вживання наркотиків.

Усі зазначені науковцями вище труднощі говорять про їх значку кількість і різноманітність за своїм походженням. Бачимо, що їх виникнення у процесі адаптації студентів-першокурсників до умов освітнього закладу зумовлені чинниками як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру. Зокрема, вони викликані слабкою підготовкою у навчанні, високим рівнем тривожності у зв'язку із військовими діями на території нашої країни, недосконалою організацією дистанційного навчання, негативним впливом соціальних мереж, які можуть стати майданчиком для кібербулінгу; віддаленістю від родини, матеріальними труднощами, прогалинами у сімейному вихованні, складністю проживання без батьків у гуртожитку чи на квартирі тощо.

Разом з тим, як зазначають науковці, також «мають реалізуватися й інші її аспекти: сформуватися вміння здійснювати саморегуляцію поведінки і своєї діяльності, відчувати стан психологічного комфорту (психологічна адаптація), якісно змінити режими сну, харчування, фізичних і нервових навантажень (біологічна адаптація). Крім того, вступ до ЗВО вимагає від студента пристосування до нової системи навчання, до таких форм».

Труднощі адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладі вищої освіти спричинені певними особливостями, а саме:

- освітній процес передбачає наявність багатьох нових дисциплін, вимагає пристосовуватися до вимог викладачів та їх стилю викладання, обумовлює необхідність раціонального розподілення часу та навантаження;

- навчання у закладі вищої освіти вимагає самостійного рішення багатьох завдань й високого рівня відповідальності здобувачів, зумовлює зміну способів навчальної діяльності;

- студенти-першокурсники відчувають негативні переживання внаслідок втрати колективу, шкільних друзів, звичного оточення; їм потрібно докласти чимало зусиль для побудови нових взаємовідносин з одногрупниками та викладачами;

- у студентів-першокурсників недостатньо сформовані навички саморегуляції поведінки, самоконтролю та самоорганізації, вміння працювати з

першоджерелами, конспектувати;

– студенти-першокурсники не повністю розуміють потенційні небезпеки, які пов'язані з невдалим вибором соціальних мереж та їх впливом на психологічний стан;

– студенту-першокурснику важко налагоджувати свій побут, харчування, доцільно розпоряджатись грошима тощо.

Учені О. Гречановська, О. Мегем, Л. Потапук у своєму дослідженні зазначають, що «постійне перебування в соціальних мережах стає причиною проблем з психологічним самопочуттям та самооцінкою. Порівняння себе з іншими, страх пропустити важливі речі, стрес, викликаний поширенням та коментуванням – все це негативно впливає на самопочуття молодих людей. Багато хто відчуває потребу бути постійно підключеним до інтернету та оціненим іншими, що спричиняє залежність від соціальних мереж» [8].

Важливо також зазначити, що навчання у закладі вищої освіти забезпечує і набуття студентом певних знань для оволодіння професією, й набуття навичок правильної організації освітнього процесу, самостійної роботи, саморозвитку та самовдосконалення. Правильно організована самостійна робота студентів є запорукою ефективної успішності у навчанні.

Науковці зауважують, що подоланню труднощів періоду адаптації сприяють такі особистісні риси здобувачів освіти, як: організованість, комунікативність, самостійність, доброзичливість, відповідальність, наполегливість, цілеспрямованість, самоствердження, доброчесність тощо.

Варто також виокремити фактори, які сприяють успішній адаптації студентів-першокурсників. Серед них основними можна назвати: розвиненість соціально значущих якостей; свідомий вибір майбутньої професії; задоволення особистим статусом; високу вмотивованість до навчання; здатність до саморегуляції діяльності й поведінки.

Підкреслюючи значущість особистісних якостей здобувачів в контексті успішної їх адаптації до освітнього середовища, необхідно наголосити і на ролі самого ЗВО, який повинен докласти максимальних зусиль для адаптації

студентів-першокурсників:

- потрібно надати допомогу студентам, пояснити специфіку проведення самостійної роботи;
- допомогти освоїти сучасні освітні технології;
- налагодити ефективну комунікативну взаємодію у системі викладач – студент;
- ознайомити з культурою академічної доброчесності;
- пояснити шкідливість Інтернет-залежності на психологічне самопочуття;
- навчити студента самостійно працювати, самовдосконалюватися тощо.

Допомога здобувачу освіти повинна здійснюватися на основі тісної взаємодії всіх підрозділів освітньої організації. Особливу роль відіграє і кураторство. Взагалі на допомогу першокурсникам слід спрямувати зусилля всіх викладачів, щоб їх перші роки навчання стали приємною подією на шляху становлення майбутнього професіонала.

Тому визначення психологічних й педагогічних умов активізації адаптаційних процесів здобувачів освіти, що навчаються на першому курсі, до нових вимог освітнього процесу є актуальним педагогічним завданням. Водночас науковцями засвідчено, що на перших курсах організація навчальної діяльності недостатньо забезпечує адаптацію здобувачів до освітнього процесу у закладах вищої освіти, що відбувається внаслідок неузгодженості взаємодії кураторів студентських груп й викладачів, а також недостатньої уваги адміністрації освітньої організації до цієї проблеми.

Водночас факторами, що допомагають швидко адаптуватися першокурсникам, називають:

- індивідуальний підхід до кожного здобувача;
- відвідування предметних гуртків, консультацій, спортивних секцій;
- доброзичливе ставлення викладачів;
- використання інтерактивних форм навчальної діяльності;
- активне залучення до різних виховних заходів, спортивно-розважальних

заходів, екскурсій, що уможлиблює активізацію комунікаційних зв'язків як з викладачами, так і з одногрупниками.

До основних критеріїв, які сприяють адаптації студентів-першокурсників, слід віднести такі:

- здатність особистості студента до успішної інтеграції;
- знаходження себе в системі соціальних та професійних відносин,
- загальний рівень психічного здоров'я,
- вміння розкривати власний потенціал, суб'єктність.

З огляду на зазначене вище бачимо, що несвоєчасна (неуспішна) адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу закладу вищої освіти призводить до порушення усіх їхніх психічних функцій, емоційних бар'єрів у спілкуванні, незадоволення процесом навчання, погіршення навчально-професійної діяльності, погіршення психосоціального стану, соціальної дезадаптації тощо.

Адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти може мати різні кінцеві варіанти і не завжди бути успішною. Вступ до закладу вищої освіти змушує студентів-першокурсників стикнутися з низкою проблем, які пов'язані з недостатньою підготовленістю студентської молоді до нових особливостей освітнього простору. Це пояснюється як зміною соціального академічного середовища, так і недостатньою сформованістю здатності здобувачів вищої освіти до саморегуляції власної діяльності й поведінки.

До причин, що заважають студентам-першокурсникам швидко адаптуватися до освітнього процесу в ЗВО, відносять: недостатній інтерес до обраної професії, невизначеність мотивації її вибору, тривожність переходу від шкільного до дорослого студентського життя, перевантаження навчального навантаження з окремих предметів, неготовність самостійно налагоджувати побут, невміння розподіляти час як на навчання, так і відпочинок, негативний вплив соціальних медіа, невміння відповідати за свої вчинки, неготовність до самоконтролю і саморегуляції своєї діяльності.

Їх виникнення зумовлені чинниками як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру. Усі труднощі викликані слабкою підготовкою у навчанні, високим рівнем тривожності у зв'язку із військовими діями на території нашої країни, недосконалою організацією дистанційного навчання, негативним впливом соціальних мереж, які можуть стати майданчиком для кібербулінгу; віддаленістю від родини, матеріальними труднощами, прогалинами у сімейному вихованні, складністю проживання без батьків у гуртожитку чи на квартирі тощо. Провідним фактором успішної адаптації студентів-першокурсників є їх спроможність долати на своєму шляху певні перешкоди та труднощі як в навчальній, так і соціальній діяльності.

Успішна адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах освіти дає подальший поштовх для подальшого розвитку та успішного становлення майбутнього фахівця. Тому в освітньому процесі важливо створювати умови для ефективної адаптації студентів-першокурсників уже на перших заняттях.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

2.1. Аналіз результатів емпіричного дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти

З метою дослідження сучасного стану адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти було проведено пілотажне дослідження за допомогою методу анкетування на тему «Організація освітнього процесу в умовах війни». У дослідження взяли участь 41 студент 1 курсу навчання. Анкета заповнювалася у електронному вигляді та складалась із 20 запитань. Зразок анкети розміщено у додатку А.

Особливість анкетування полягала у тому, що перші десять запитань були призначені для внутрішньо переміщених осіб, та стосувалися інформації переважно про особливості процесу адаптації до нового середовища. Решта запитань (починаючи з одинадцятого) були спільними і включали у себе питання з одною правильною відповіддю та двома відкритими запитаннями.

Перше запитання анкети «Чи є ви внутрішньо переміщеною особою?» мало на меті ідентифікувати внутрішньо переміщених осіб у студентській групі (рис. 2.1).

1. Чи є ви внутрішньо переміщеною особою?

9 відповідей

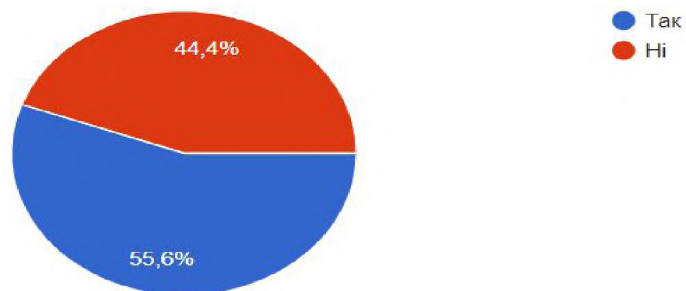


Рис. 2.1. Розподіл відповідей респондентів щодо статусу внутрішньо переміщеної особи (%)

Наступне запитання анкети стосувалося проблеми відчуття безпеки зазначеної категорії студентів (рис. 2.2).

Оскільки війна руйнує всю безпеку, яка була сформована, то страждають не тільки матеріальні аспекти (інфраструктура, кар'єра, будинок, фінансова стабільність), а внутрішній світ (самореалізація, самоідентифікація, звички, психіка, тощо).

2. Чи відчуваєте ви себе у безпеці?

9 відповідей

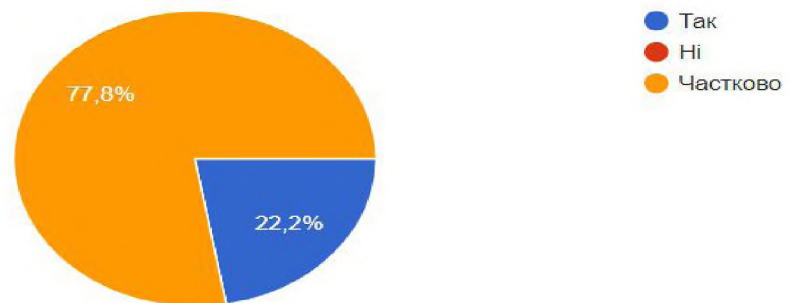


Рис. 2.2. Розподіл відповідей респондентів щодо відчуття безпеки внутрішньо переміщеної особи (%)

Результати опитування засвідчили, що лише 22,2% респондентів почувають себе у безпеці. В той же час, понад 77 % студентів мають труднощі у відчутті власного безпечного середовища.

Цікаво було дізнатися, наскільки успішно та легко відбувається процес адаптації внутрішньо переміщені особи до нового середовища (рис. 2.3).

3. Оцініть ваш процес адаптації у новому середовищі від 1 (легко) до 3 (важко).

9 відповідей

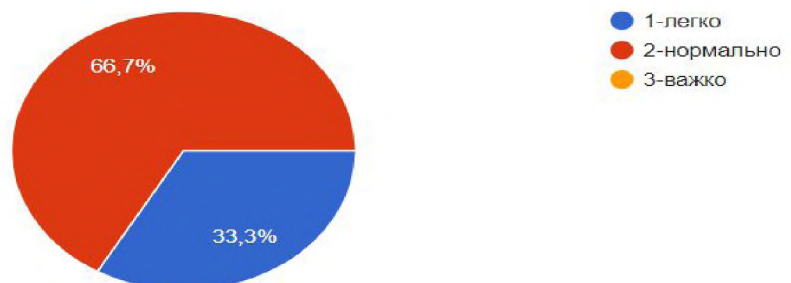


Рис. 2.3. Розподіл відповідей респондентів щодо процесу адаптації до

нового середовища (%)

На запитання анкети «Оцініть ваш процес адаптації у новому середовищі», значна кількість (66,7%) респондентів відповіли «нормально», а у 33,3% цей процес відбувався «легко». Отже, лише 1/3 респондентів зазначає, про відсутність будь яких труднощів у процесі адаптації до нових умов.

Далі з'ясувати, чи відчувають внутрішньо переміщені особи будь які утиски через власне соціальне становище (рис. 2.4).

4. Чи є у вас відчуття утиску через ваш стан?

9 відповідей

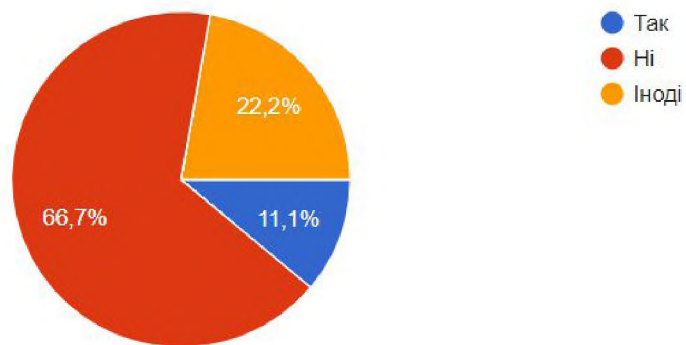


Рис. 2. 4. Розподіл відповідей респондентів щодо відчуття утисків (%)

Так, на запитання «Чи є у вас відчуття утиску через ваш стан?» 66,7% опитаних вказали, що не відчувають утиску, 22,2% – іноді, і лише 11,1% зазнають утиску через свій стан. Отже, майже 1/3 студентів відчувають певні утиски через власне соціальне становище.

На наступне запитання анкети «Чи зіткнулись ви з труднощами під час вступу» 56,6% опитаних вказали, що не зіткнулись, 33,3% – частково і лише 11,1% зіткнулись (рис. 2.5). Отже, майже половина студентів першокурсників відчували певні труднощі та перепони в процесі вступної кампанії.

5. Чи зіткнулись ви з труднощами при вступі?

9 відповідей

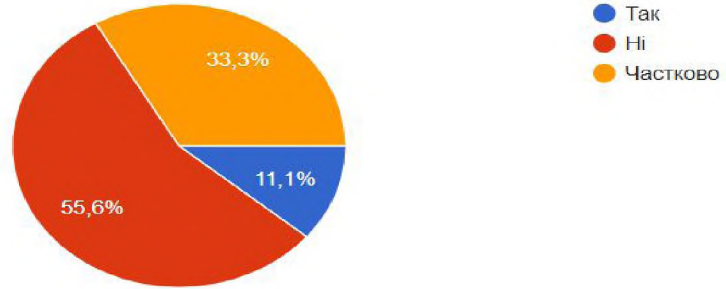


Рис. 2.5. Розподіл відповідей респондентів щодо труднощів при вступі, %

На запитання «Чи відчули ви доброзичливе ставлення місцевого населення до себе?» 44,4% опитаних вказали, що частіше так, ніж ні, 44,4% – так, і 11,1% – не відчули (рис. 2.6).

6. Чи відчули ви доброзичливе ставлення місцевого населення до себе?

9 відповідей



Рис. 2.6. Розподіл відповідей респондентів щодо доброзичливого ставлення місцевого населення (%)

Далі респондентам потрібно було з'ясувати, чи виникали у студентів, що мають статус внутрішньо переміщеної особи, конфлікти з місцевим населенням (рис. 2.7).

7. Чи виникали у вас конфліктні ситуації з місцевим населенням?

9 відповідей

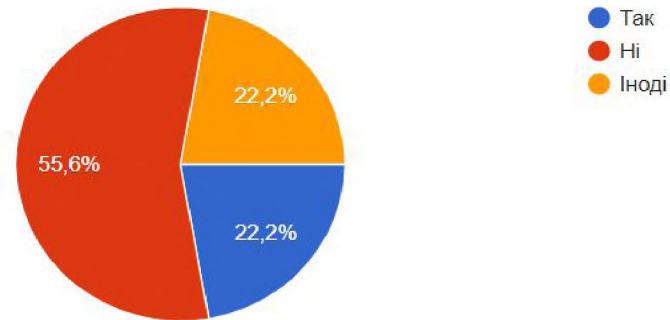


Рис. 2.7. Розподіл відповідей респондентів щодо конфліктних ситуацій з місцевим населення (%)

Результати анкетування засвідчили, що майже у половини респондентів (44,4%) виникали певні конфліктні ситуації з місцевим населенням.

У наступному запитанні анкети «Чи відчуваєте ви потребу у моральній підтримці?» 33,3% опитаних вказали, що не відчувають, 33,3% частіше так, ніж ні, 22,2% – частіше ні, ніж так, і 11,1% – так (рис. 2.8).

8. Чи відчуваєте ви потребу у моральній підтримці?

9 відповідей

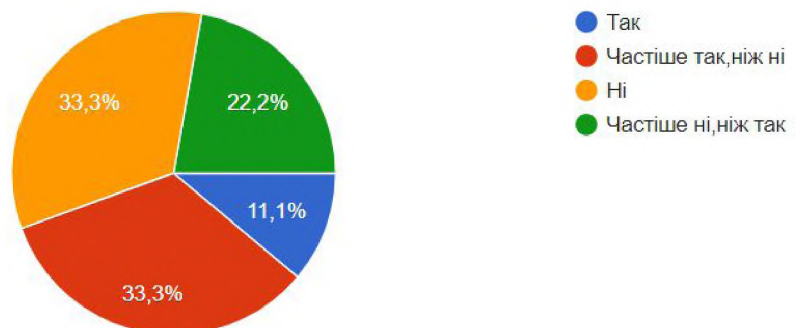


Рис. 2.8. Розподіл відповідей респондентів щодо відчуття потреби у моральній підтримці (%)

Ці результати свідчать про те, що більшість респондентів не відчуває потреби у моральній підтримці, але є певна частка студентів, які цю потребу мають. Важливо забезпечити можливості для надання моральної підтримки цим

студентам, наприклад, через консультування або психологічну підтримку. Також важливо працювати над створенням сприятливого середовища, де студенти можуть взаємодіяти та підтримувати один одного.

Цікаво було дізнатися, чи відчувають внутрішньо переміщені особи порушення власних прав у закладах освіти (рис. 2.9).

9. Чи відчуваєте ви порушення ваших прав у ЗВО?

9 відповідей

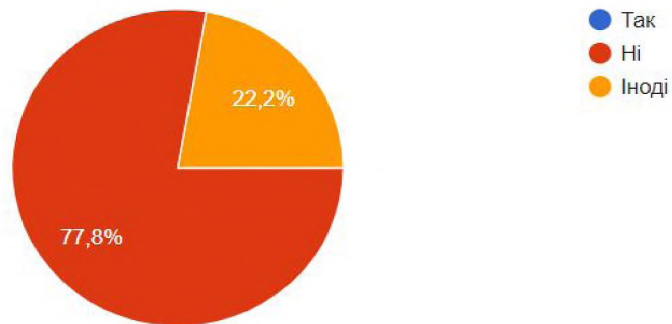


Рис. 2.9. Розподіл відповідей респондентів щодо порушення власних прав у закладах вищої освіти (%)

Так, у запитанні «Чи відчуваєте ви порушення ваших прав з ЗВО?» 77,8% опитаних вказали, що не відчувають, а 22,2% – іноді. Бачимо, що із значним зростанням кількості дітей війни і загалом ВПО, важливо знати свої права та розуміти, коли їх порушують. Загалом, підсумовуючи результати опитування, можна зробити висновок, що такі ситуації трапляються вкрай рідко.

Досить часто, особи які постраждали від війни, можуть відчувати упереджене ставлення до себе через те, що їхні життя було дуже складним і вони мали досвід, який більшість людей не має. Це може призвести до того, що оточуючі можуть не розуміти їхнього досвіду та емоцій і не бути готовими до того, щоб допомогти їм. Крім того, у осіб, які постраждали від війни, можуть бути проблеми з поведінкою та адаптацією до нового середовища, що може призвести до упередження та відчуття неприйняття соціумом. Тому цікаво було дізнатися, чи відчувають студенти зазначеної категорії упереджене ставлення до себе (рис. 2.10).

10. Чи відчуваєте ви упереджене ставлення до себе?

9 відповідей



Рис. 2.10. Розподіл відповідей респондентів щодо упередженого ставлення до себе (%)

Так, на запитання «Чи відчуваєте ви упереджене ставлення до себе?» 55,6% опитаних вказали – ні, а 44,4% – частіше ні, ніж так. Таким чином, можна зробити висновок, що майже половина опитаних студентів, що мають статус внутрішньо переміщена особа, відчуває певне упереджене ставлення з боку соціуму.

Наступний блок запитань анкети мав на меті з'ясувати рівень комфортності освітнього середовища для студентів першокурсників. В опитування брали участь студенти-першокурсники, незалежно від навченості у них статусу внутрішньо переміщеної особи.

Одинадцяте питання мало виявити, чи відчувають студенти певні труднощі та перепони у навчальному процесі через систематичні та тривалі відключення електроенергії. Так, на запитання анкети «Чи виникають у вас труднощі у навчанні через відключення світла?», 46,3% опитаних вказали, що виникають, 34,1% – іноді і лише 19,5% – ні (рис. 2.11).

11. Чи виникають у вас труднощі у навчанні через відключення світла?

41 відповідь

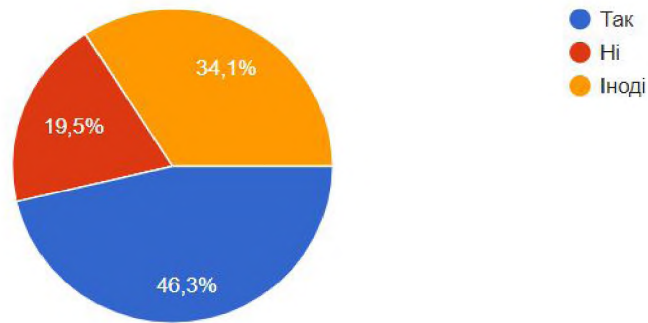


Рис. 2.11. Розподіл відповідей респондентів щодо труднощів у навчанні через відключення електроенергії (%)

Тривалі блекнути негативно впливають не лише на розвиток економіки країни, а і на якість освітнього процесу у закладах вищої освіти. В цілому, систематичне та тривале відключення енергоносіїв призводить до:

1. Обмеження доступу до матеріалів (важко користуватися електронними підручниками, зошитами та іншими матеріалами, які є в електронному форматі).

2. Втрата часу (якщо відключення електрики триватиме довше, то студенти можуть втратити час, який вони могли б використати на навчання).

3. Втрата зв'язку (втрачається зв'язок з викладачем та одногрупниками, що може перешкодити їх навчанню).

4. Зниження концентрації (без електрики студенти можуть відчувати втому та зниження концентрації, що може призвести до погіршення результатів навчання).

5. Стрес (відключення електрики може створити стрес для студентів-першокурсників, особливо якщо вони мають невідкладні завдання або тести, які потребують електричної енергії).

Зазначені причини неодмінно впливають на якість навчання студентів під час війни, додаючи ще один основний фактор – зміна морального стану через війну. У результаті можна зробити висновок, що процес навчання студентів-

першокурсників у сучасних реаліях набагато складніше.

Цікаво було дізнатися, чи налагодили контакт студенти-першокурсники з професорсько-викладацьким складом закладу вищої освіти. Так, на запитання анкети «Чи знайшли ви спільну мову з викладачами?», лише 51,2% опитаних вказали, що так, 46,3% – частково і лише 2,4% – ні (рис. 2.12).

12. Чи знайшли ви спільну мову з викладачами?

41 відповідь

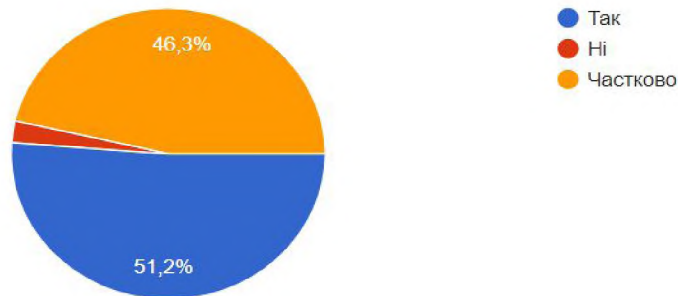


Рис. 2.12. Розподіл відповідей респондентів щодо спільної мови з викладачами (%)

Отримані результати свідчать про те, що більшість студентів має позитивний досвід спілкування з викладачами. Однак, є частка студентів, які не знайшли спільної мови з викладачами, що може бути пов'язано з різними факторами, такими як стиль викладання, недостатня доступність викладача або різні погляди на певні питання. Важливо звернути увагу на цей аспект та забезпечити можливості для побудови ефективної комунікації між студентами та викладачами.

Наступне запитання пропонувало респондентам оцінити якість організації освітнього середовища як такого, що сприяє їх ефективній адаптації до навчального процесу (рис. 2.13). Так, 95,1% опитаних вказали, що навчання проходить нормально, 2,4% – легко і лише 2,4% – вказали, що важко.

13. Оцініть навчання в університеті від 1 до 5 (1-дуже легко,5-дуже важко)

41 відповідь

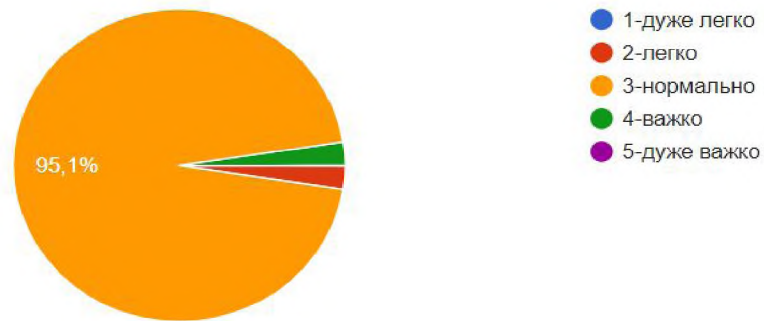


Рис. 2.13. Розподіл відповідей респондентів щодо оцінювання навчання в університеті (%)

Варто зазначити, що навчання, яке проходить легко, дозволяє студентам краще засвоювати матеріал, бути більш зацікавленими в процесі навчання та досягати кращих результатів. Крім того, легке навчання сприяє підвищенню мотивації студентів, що допомагає їм досягати своїх цілей та розвиватися як професіонали. Тому важливо забезпечити сприятливу атмосферу для навчання, де студенти можуть вільно спілкуватися з викладачами та отримувати необхідну підтримку.

Якщо навчання проходить важко, то студентам може бути складно засвоювати матеріал, вони можуть втрачати зацікавленість в процесі навчання та отримувати погані результати. Це може призвести до падіння мотивації студентів, їхнього незадоволення навчанням та невдач. Також це може вплинути на їхнє самопочуття та психологічний стан. Тому важливо забезпечити ефективне та легке навчання, щоб студенти могли розвиватися та досягати своїх цілей.

Цікаво було дізнатися ставлення студентів-першокурсників до дистанційного навчання. Так, на запитання анкети «Ви надаєте перевагу дистанційному чи очному навчанню?», 53,7% опитаних вказали, що надають перевагу і очному і дистанційному навчанню, 26,8% очному навчанню, і 19,5% – дистанційному (рис 2.14).

14. Ви надаєте перевагу дистанційному чи очному навчанню?

41 відповідь

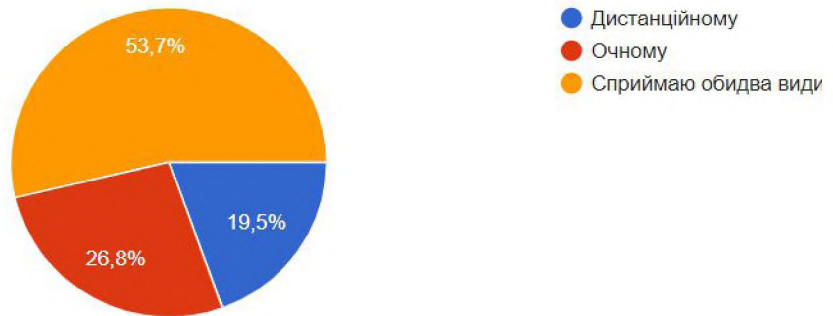


Рис. 2.14. Розподіл відповідей респондентів щодо переваг дистанційного чи очного навчання (%)

Отже, більше ніж половина опитаних студентів сприймають обидва види навчання. Проте варто зазначити, що, кожен вид навчання має у собі як переваги так і недоліки.

Переваги дистанційного навчання:

- гнучкість: студенти можуть навчатися з будь-якого місця та у зручний для них час;
- економія часу та грошей: студентам не потрібно витратити час та гроші на дорогу до університету;
- доступність: дистанційне навчання дозволяє студентам з різних країн та регіонів навчатися в одному класі;
- індивідуалізація: студенти можуть вивчати матеріал у своєму темпі та зосереджуватися на своїх слабких місцях

Недоліки дистанційного навчання:

- відсутність безпосереднього контакту з викладачем та іншими студентами. Високий ризик втратити мотивацію та волю до навчання без постійної підтримки;
- вимоги до самодисципліни та самоорганізації вищі, ніж у традиційному навчанні;
- обмежені можливості для практичного навчання та взаємодії з іншими

студентами;

- необхідність доступу до комп'ютера та Інтернету для навчання;

Переваги дистанційного навчання:

– гнучкість: студенти можуть навчатися з будь-якого місця та у зручний для них час;

– економія часу та грошей: студентам не потрібно витратити час та гроші на дорогу до університету;

– доступність: дистанційне навчання дозволяє студентам з різних країн та регіонів навчатися в одному класі;

– індивідуалізація: студенти можуть вивчати матеріал у своєму темпі та зосереджуватися на своїх слабких місцях.

Недоліки дистанційного навчання:

– відсутність безпосереднього контакту з викладачем та іншими студентами;

– високий ризик втратити мотивацію та волю до навчання без постійної підтримки;

– вимоги до самодисципліни та самоорганізації вищі, ніж у традиційному навчанні;

– обмежені можливості для практичного навчання та взаємодії з іншими студентами;

- необхідність доступу до комп'ютера та Інтернету для навчання.

Важливо також, щоб у студентів були улюблені дисципліни, оскільки це допомагає зберегти мотивацію до навчання та покращити результати. Якщо студенти не мають улюблених дисциплін, то вони можуть втратити інтерес до навчання та не зосередитися на своїх цілях. Це може призвести до погіршення успішності та зниження мотивації до навчання взагалі. Тому важливо допомогти студентам знайти свої улюблені дисципліни та надати їм можливість розвиватися у цих напрямках (рис. 2.15 та 2.16).

15. Чи з'явилися у вас улюблені дисципліни?

41 відповідь

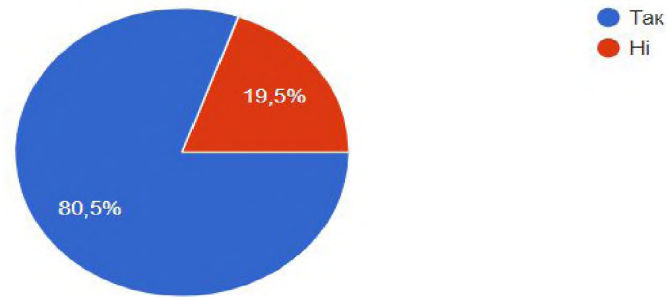


Рис. 2.15. Розподіл відповідей респондентів щодо улюблених дисциплін у закладах вищої освіти (%)

Так, на запитання анкети «Чи з'явилися у вас улюблені дисципліни?», 80,5 % опитаних вказали, що з'явилися, і лише 19,5% – ні.

16. Якщо так, то які?

29 відповідей

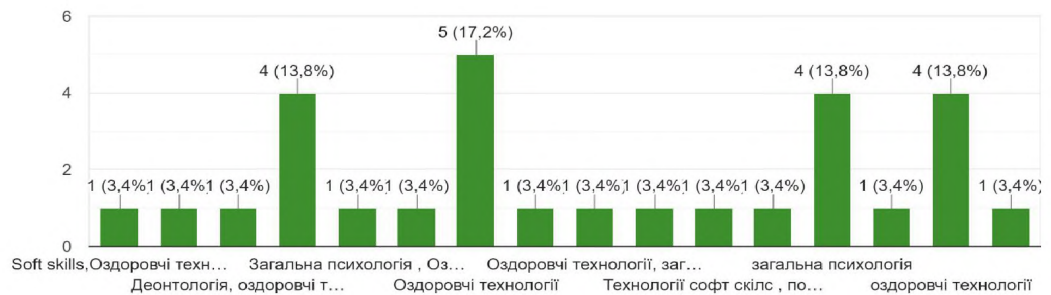


Рис. 2. 16. Розподіл відповідей респондентів щодо улюблених дисциплін у закладах вищої освіти (%)

З цих результатів можна зробити висновок, що студенти більше за все цінують дисципліни, пов'язані з психологією та здоров'ям. Також слід звернути увагу на те, що дисципліни, які допомагають розвивати соціальні та міжособистісні навички, не є такими популярними серед студентів. Бачимо – більшість студентів вважає, що ці навички можна набути в процесі життя або не вважає їх настільки важливими для свого майбутнього кар'єрного успіху. Однак, важливо звернути увагу на ці аспекти та розробляти програми, які

допоможуть студентам розвивати соціальні та міжособистісні навички.

Цікаво було дізнатися чи відчувають студенти-першокурсники певну складність щодо опанування та засвоєння освітньо-професійної програми у закладах вищої освіти (рис. 2.17).

17. Чи відчуваєте ви складність у навчальній програмі?

41 відповідь

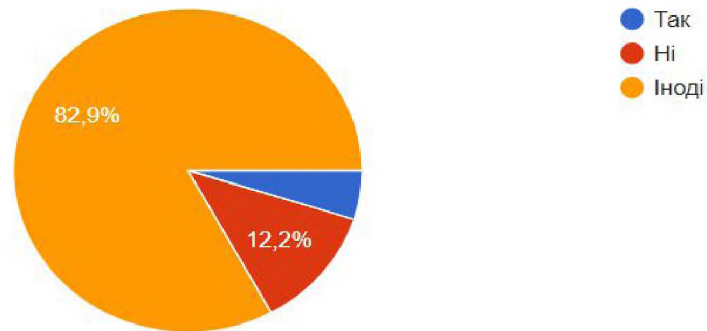


Рис. 2.17. Розподіл відповідей респондентів щодо складності освітньо-професійної програми (%)

Так, на запитання анкети «Чи відчуваєте ви складність у освітньо-професійній програмі?», 82,9% опитаних вказали, що іноді відчувають, 12,2% – не відчувають, лише 4,9% – відчувають. Таким чином, значна частина студентів відчувають певні труднощі, які необхідно долати спільно з закладом вищої освіти.

Далі потрібно було з'ясувати зручність використання студентами-першокурсниками платформи Moodle у процесі дистанційного навчання (рис. 2.18).



18. На вашу думку, програма Moodle є зручною для дистанційного навчання?

41 відповідь

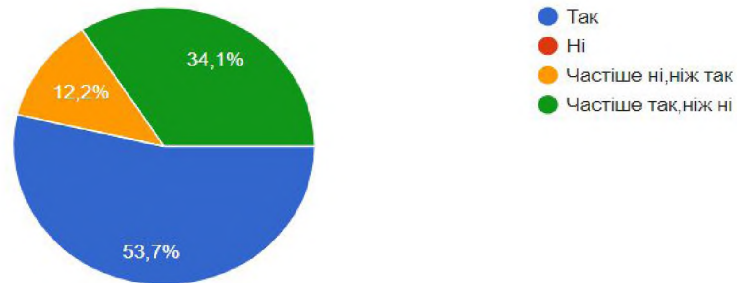


Рис. 2.18. Розподіл відповідей респондентів щодо зручності платформи Moodle для дистанційного навчання (%)

Так, 53,7% опитаних вказали, що так, 34,1% – частіше так, ніж ні, і 12,2% частіше ні, ніж так. Підсумовуючи результати, можна сказати, що в більшості випадків студенти вважають платформу Moodle зручною для дистанційного навчання.

Респондентам також потрібно було оцінити якість викладання дисциплін у закладах освіти (рис. 2.19).

19. Оцініть якість викладання дисциплін від 1 до 5 (1-дуже важко, 5-дуже легко)

41 відповідь

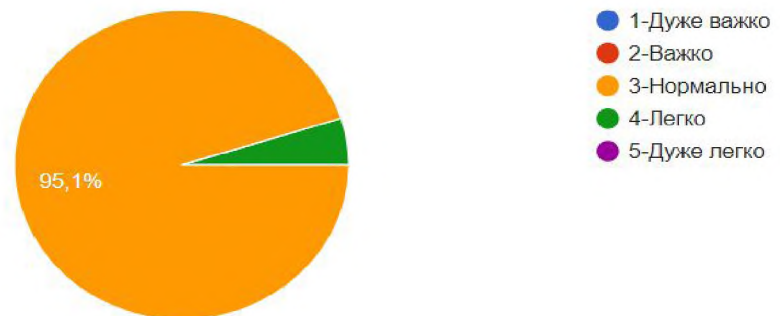


Рис. 2.19. Розподіл відповідей респондентів щодо якості викладання дисциплін (%)

Так, на запитання «Оцініть якість викладання дисциплін від 1 до 5» 95,1% опитаних вказали «3 – нормально», а 4,9% респондентів – «4-легко».

Таким чином, результатом легкого викладання матеріалу в університеті може бути покращення розуміння та засвоєння студентами навчального матеріалу, збільшення їхньої мотивації до навчання та підвищення успішності. Також це може сприяти розвитку критичного мислення та самостійності студентів.

Цікаво було дізнатися, чи задоволені студенти-першокурсники рівнем знань, що отримують в процесі навчання (рис. 2.20).

20. Чи задоволені ви рівнем знань, які отримуєте?

41 відповідь

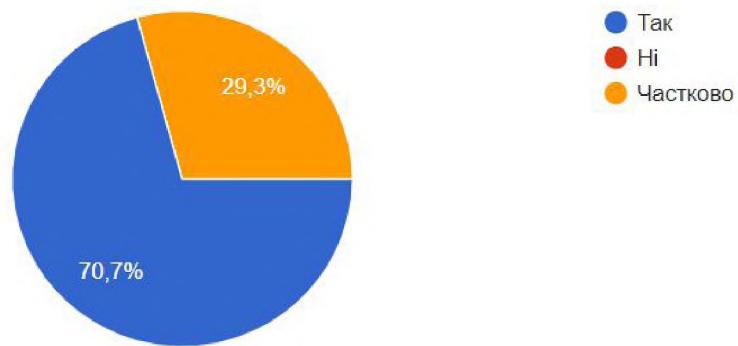


Рис. 2.20. Розподіл відповідей респондентів щодо задоволення рівнем отриманих знань (%)

Так, на запитання анкети «Чи задоволені ви рівнем знань, які отримуєте?» 70,7% опитаних вказали, що задоволені, 29,3% – частково.

Як бачимо, більшість студентів-першокурсників отримує достатньо високий рівень знань, що може мати позитивний вплив на їхню мотивацію, результати навчання, самооцінку та конкурентоспроможність. Однак, потрібно враховувати, що частково задоволені студенти можуть потребувати додаткової підтримки та допомоги з боку викладачів та установи, щоб досягти більшого задоволення від навчання.

Отже, результати емпіричного дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах освіти свідчать про те, що лише 1/3 студентів-першокурсників, що мають статус внутрішньо

переміщеної особи, зазначають про відсутність будь яких труднощів у процесі адаптації до навчального процесу. Майже 83 % студентів час від часу відчують певні труднощі у навчанні, що підтверджує наявність гострої потреби у зміні закладами вищої освіти підходів до організації ефективного освітнього середовища.

2.2. Методичні рекомендації щодо успішної адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти

Проблема впливу війни на якість освіти є об'єктом багатьох сучасних наукових досліджень. Навчання онлайн, тривалі відключення електроенергії, міграція за кордон та мовний бар'єр, відсутність системного навчання призводить до зменшення мотивації студентів-першокурсників до процесу навчання. Це призводить до довгострокових наслідків для їхнього майбутнього, що включає недостатню кваліфікацію та недостатній рівень освіти для здобуття відповідної кар'єри.

Емпіричне дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти дозволило виокремити чинники їх успішної адаптації.

1. Відчуття власної безпеки.

Доки людина не відчувається безпечно, вона не може належним чином дбати про потреби вищого порядку – соціальні та духовні (рис. 2.21).

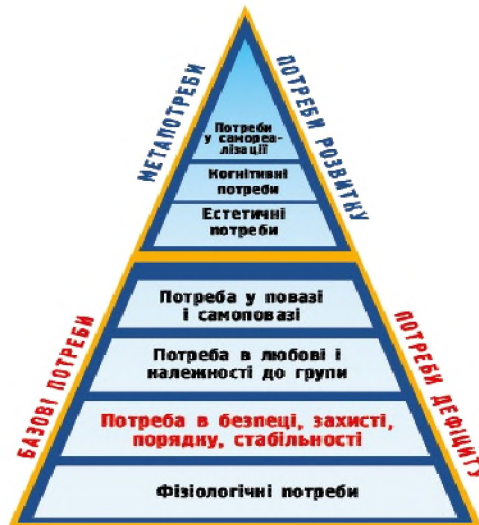


Рис. 2.21. Види потреб особистості за пірамідою А. Маслоу

Безпека у просторі. Зараз важливо зробити все можливе, щоб те місце, де ви знаходитесь, було максимально вашим. Цей куточок у бомбосховищі чи це ліжко – належать лише вам. Ви можете домовлятися, хто де сидить під час обіду, де лежать ваші речі тощо. Тут можна будувати стабільність власноруч.

Речі. Спробуйте надати цінність тим речам, які вдалося взяти з дому – мої капці, моя кофта, мій ноутбук – вони зі мною, мої рідні. Для когось буде дуже важливо придбати чашку, з якої питиму тільки він. І хтось буде дуже радіти щовечора, мажучись своїм кремом. Ви можете збудити безпеку через речі.

Люди. Зараз точно не час продовжувати стосунки з токсичними людьми. Приділяйте більше уваги тим людям, із якими вам добре. Важливо формувати відносини, в яких ви почуватиметеся «як удома». Навіть якщо лунає сирена та літають ракети. У цьому світі є хтось, хто тобі радий, з ким тепло та затишно. Тримай фокус на безпечних відносинах, що підтримують

Інформаційна безпека. Одне з найголовніших правил: намагайтеся фокусуватися на позитивних новинах. Не треба проглядати тисячі відео обстрілу наших міст. Звертайте увагу на те, які позитивні результати у наших військових, скільки допомоги Україні надають інші країни, як мужньо і єдино тримається весь наш народ.

Ритуали. По можливості повертати у своє життя звичні ритуали – розпорядок дня, прогулянка, їди, спорт тощо.

2. Адаптація до нового середовища.

Для того аби ВПО почували себе комфортно слід не надто концентрувати свою увагу на цьому статуті, ставитися до цього необхідно тактовно, без надмірних запитань чи дбайливості.

Лише при поєднанні усіх цих факторів процес адаптації для таких студентів пройде набагато легше.

3. Відсутність труднощів при вступі у заклади вищої освіти.

Ось декілька можливих причин, чому студенти-першокурсники стикаються з труднощами при вступі в університет:

– психологічні труднощі: студенти можуть мати психологічні проблеми, такі як тривожність, депресія або посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Це може впливати на їх здатність до навчання, концентрації та пам'яті;

– недостатнє навчання: у багатьох країнах, де війна або конфлікт тривалий час, освіта може бути обмеженою або недостатньою. Це може призвести до того, що майбутні студенти мають недостатні знання та навички, необхідні для вступу в університет.

– економічні труднощі: війна або конфлікт може призвести до економічної нестабільності, що може ускладнити доступ до вищої освіти. студенти можуть стикатися з фінансовими труднощами, які перешкоджають їх вступу в університет.

– культурні різниці: студенти, які переїжджають до іншої країни для навчання, можуть стикатися з культурними різницями, які можуть бути складними для адаптації. Це може впливати на їх соціальну і академічну інтеграцію в університет.

Отже, студенти-першокурсники можуть зіткнутися з численними труднощами при вступі в університет, і важливо надати їм підтримку та ресурси для допомоги їм у цьому процесі.

4. Доброзичливе ставлення нового соціального середовища.

Кожен з нас намагається допомогти внутрішньо-переміщеним особам та надати їм якнайбільше допомоги. Як ми можемо це зробити?

Забезпечити безпеку та захист дітей від насильства та експлуатації.

Забезпечити доступ до освіти та медичної допомоги.

Забезпечити доступ до розважальних та культурних заходів, що допоможе їм адаптуватись до нового середовища та знайти нових друзів.

Забезпечити психологічну підтримку та консультування для дітей, які пережили війну та конфлікти.

Забезпечити доступ до робочих місць та можливостей для саморозвитку.

Включати дітей в програми та проекти, які сприяють їхньому соціальному та економічному розвитку.

Сприяти інтеграції дітей в місцеве середовище та сприяти розумінню місцевим населенням проблем, з якими стикаються діти війни та внутрішньо-переміщених осіб.

Сприяти розвитку місцевих ініціатив та проектів, які сприяють адаптації дітей війни та внутрішньо-переміщених осіб.

У внутрішньо переселених осіб можуть виникати конфліктні ситуації з місцевим населенням з різних причин. Одна з найбільш очевидних причин – це стереотипи та переконання, які мають люди про біженців або внутрішньо-переміщених осіб. Це може бути пов'язано з недостатньою інформацією про ситуацію, з якою стикаються ці особи, або з негативними стереотипами, які поширюються у суспільстві.

Також можливо, що місцеве населення відчуває певний ступінь неприязні або заздрості до біженців або внутрішньо-переміщених осіб через їхню потенційну конкуренцію за ресурси та можливості. Нарешті, конфліктні ситуації можуть виникати через недостатню підтримку та ресурси для внутрішньо-переміщених осіб, що може викликати напругу та недовіру з боку місцевого населення.

Надання моральної підтримки може включати такі дії, як:

– слухати людину та давати їй можливість висловити свої емоції та

почуття;

- розповідати людині, що війна – це складна ситуація, але що є люди, які працюють над тим, щоб зробити все можливе, щоб захистити населення;

- допомагати людині знайти способи розслаблення та відволікання, такі як читання книг, гра в ігри, малювання та інші;

- нагадувати людині, що вона не сама і що є багато інших дітей, які переживають подібні емоції;

- забезпечувати людину безпекою та стабільністю в її повсякденному житті.

Моральна підтримка внутрішньо-переміщених осіб може допомогти їм пережити цей складний період у їх житті та зберегти їх психологічне здоров'я.

5. Дотримання прав внутрішньо-переміщених осіб у закладах вищої освіти.

Як можуть порушувати права ВПО в університеті: дискримінація на основі статусу біженця може порушувати їхні права на освіту; булінг або інші форми насильства можуть порушувати право особи на безпеку та захист; недоступність освіти або недостатня підтримка може порушувати право людини на освіту; недостатня підтримка від університету може порушувати право людини на розвиток та самореалізацію; відсутність консультування або психологічної підтримки може порушувати право людини на здоров'я та благополуччя; порушення приватності особи, наприклад, шляхом розголошення її статусу біженця або інших особистих даних, може порушувати її право на приватність та гідність.

Як ставитись до внутрішньо-переміщених осіб, щоб вони не відчували упереджене ставлення до себе?

- важливо показати студентам, які постраждали від війни, що ви розумієте їхні емоції та труднощі, з якими вони зіткнулися, висловлювати своє співчуття та підтримку, дозволити їм висловити свої почуття;

- забезпечити безпеку та захист осіб від будь-яких форм насильства або дискримінації; дозволити їм почуватися захищеними та безпечними;

– допомогти особам адаптуватися до нового середовища та розуміти нові культурні норми та звичаї, дати змогу брати участь у різних видах діяльності.

6. Налагодження контакту внутрішньо-переміщених осіб з професорсько-викладацьким складом навчального закладу.

Знайти спільну мову з викладачами в університеті важливо з кількох причин:

Ефективне навчання: Якщо студенти та викладачі розуміють один одного, то це допомагає підвищити ефективність навчання. Викладачі можуть краще пояснити матеріал, а студенти можуть легше засвоїти його.

Сприяння розвитку: Спілкування з викладачами може допомогти студентам розвиватися як особистості та професіонали. Викладачі можуть допомогти їм зрозуміти, які навички та знання потрібні для майбутньої кар'єри.

Покращення взаємин: Спілкування з викладачами може покращити взаємини між студентами та викладачами. Це може допомогти створити більш дружню та сприятливу атмосферу в університеті.

Допомога у вирішенні проблем: Студенти можуть звернутися до викладачів за допомогою у вирішенні проблем, які виникають під час навчання. Викладачі можуть допомогти студентам знайти рішення та підтримати їх у важких ситуаціях.

Якщо не знайти спільну мову з викладачами, це може призвести до погіршення якості навчання та розвитку студентів. Студенти можуть мати труднощі засвоєння матеріалу, а викладачі можуть не зрозуміти їхні потреби та очікування. Це може призвести до падіння мотивації студентів, конфліктів та невдач у навчанні. Тому важливо знайти спільну мову з викладачами та прагнути до побудови позитивних взаємин для досягнення успіху.

Існує кілька способів полегшити навчання студентам:

Використовуйте різноманітні методи навчання, щоб зробити матеріал більш доступним та зрозумілим. Наприклад, використовуйте відео-уроки, інтерактивні завдання, групову роботу, дискусії та інші методи. Забезпечте студентам достатню кількість часу на вивчення матеріалу. Не накладайте

занадто великих обсягів домашнього завдання та іспитів. Дайте студентам можливість задавати питання та отримувати допомогу. Надайте їм доступ до додаткових матеріалів та ресурсів, які можуть допомогти їм зрозуміти складний матеріал. Посилайте студентів на додаткову підтримку, якщо вони потребують додаткової допомоги або підтримки. Створюйте сприятливу атмосферу для навчання. Забезпечуйте комфортні умови для навчання та створюйте позитивну атмосферу в класі. Хваліть студентів за їхні досягнення та підтримуйте їх у випадку невдач. Це допоможе зберегти їхню мотивацію та позитивний настрій.

Як допомогти студенту знайти улюблену дисципліну?

1. Провести опитування серед студентів, де вони зможуть вказати свої улюблені предмети та напрямки навчання.

2. Запропонувати студентам відвідувати різні лекції та семінари, щоб вони могли познайомитися з різними дисциплінами та зрозуміти, які з них їм найбільше подобаються.

3. Підтримувати студентів у їхньому пошуку, допомагаючи їм знайти літературу, відео-уроки та інші матеріали, які можуть зацікавити їх.

4. Запропонувати студентам можливості для саморозвитку та практики у вибраній дисципліні, наприклад, стажування в компанії або участь у проектах.

5. Стимулювати студентів до участі у конкурсах та олімпіадах з різних дисциплін, щоб вони могли проявити свої здібності та зацікавленість у певному напрямку.

Щоб полегшити навчання, потрібно спілкуватися зі студентами та запитувати їх, як вони себе почувають щодо навчання. Це допоможе вам зрозуміти, які проблеми виникають у студентів та як їх можна вирішити. Варто розробити гнучкий план навчання, який дозволить студентам виконувати завдання у своєму темпі та з дотриманням встановлених термінів. Надати студентам доступ до ресурсів та матеріалів, які допоможуть їм зрозуміти навчальний матеріал. Забезпечити можливість спілкування між студентами та викладачами, щоб вони могли обговорювати питання та допомагати один одному. Скоротити кількість завдань та матеріалів, щоб студентам було легше

зосередитися на найважливішому. Надати їм підтримку та позитивні повідомлення, щоб допомогти зберегти мотивацію та ентузіазм для навчання.

7. Використання платформ дистанційного навчання.

Платформа Moodle є зручною для дистанційного навчання з кількох причин: дозволяє створювати та редагувати онлайн-курси, завдання, матеріали; має інтерактивні функції (форуми, чати, відео-уроки), що дозволяють студентам спілкуватися між собою та викладачами; має можливість встановлювати терміни та дедлайни для завдань, що дозволяє студентам виконувати у своєму темпі, з дотриманням встановлених термінів; має систему оцінювання, що дозволяє викладачам легко оцінювати роботу студентів та виставляти їм оцінки; має можливість стежити за прогресом студентів та аналізувати їхні досягнення; має вбудовані засоби для забезпечення безпеки та конфіденційності даних студентів; є безкоштовною та відкритою програмою, що дозволяє викладачам та студентам з легкістю користуватися нею.

8. Доступність викладання навчального матеріалу.

Як викладати навчальний матеріал для студентів у полегшеному форматі?

1. Використовувати просту мову: уникати складних термінів та фраз, які можуть бути незрозумілими для студентів.
2. Використовувати приклади: наводити приклади з реального життя, щоб допомогти студентам краще зрозуміти матеріал.
3. Використовувати інтерактивні методи: залучати студентів до процесу навчання, проводити дискусії та групові завдання.
4. Пояснювати важливість матеріалу: дати зрозуміти, чому вони повинні знати цей матеріал та як він пов'язаний з їхньою майбутньою професією.
5. Підтримувати позитивне середовище: створити атмосферу, в якій студенти відчувають себе комфортно, можуть задавати питання без страху бути осудженими.
6. Надавати регулярний фідбек: підтримувати студентів у їхньому навчанні, давати їм знати, що вони роблять правильно та що можуть покращити.

9. Високий рівень викладання у закладах вищої освіти.

Задоволені студенти, які отримують високий рівень знань, можуть мати

наступні наслідки: збільшення мотивації до навчання: студенти, які задоволені своїм рівнем знань, будуть більш зацікавлені в навчанні та бажатимуть досягти ще більших успіхів; покращення результатів навчання: студенти, які задоволені своїм рівнем знань, будуть більш уважними та активними під час навчання, що може призвести до покращення їхніх результатів; збільшення самооцінки: студенти, які отримують високий рівень знань, будуть більш впевненими у своїх здібностях та матимуть позитивний вплив на свою самооцінку; збільшення конкурентоспроможності: студенти, які мають високий рівень знань, будуть більш конкурентоспроможними на ринку праці та матимуть більші шанси на успішну кар'єру.

Отже, серед чинників успішної адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу найбільш ефективними є: відчуття власної безпеки; успішна адаптація до нового середовища; відсутність труднощів при вступі у заклади вищої освіти; доброзичливе ставлення нового соціального середовища до внутрішньо-переміщених осіб; беззаперечне дотримання прав внутрішньо-переміщених осіб у закладах освіти; налагодження контакту внутрішньо-переміщених осіб з професорсько-викладацьким складом; активне використання платформ дистанційного навчання; доступність та високий рівень викладання навчального матеріалу.

ВИСНОВКИ

У результаті виконання кваліфікаційної роботи приходимо до певних висновків

Проаналізовано, що студентська молодь є особливою категорією, яка самостійно формує свої життєві погляди; включається в усі види соціальної активності; виробляє групову самосвідомість, специфічну субкультуру, спосіб життя; створює власну картину світу; розвиває соціально-психологічні компетентності. Формування низки соціально-психологічних особливостей (пошук самоідентифікації, розвиток соціальних контактах, формування стресостійкості, самостійності, відповідальності, активності, толерантності, креативності, академічної доброчесності, інтелектуального розвитку та ін.), які розвиваються у цьому віці, дають можливість для переосмислення своїх вчинків та вчинків інших людей.

Адаптацією студента є складний динамічний процес, який зумовлений певними як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками, у ході якого у студентів відбувається зміна соціального стану, формуються необхідні для подальшого професійного та особистісного становлення і зростання уміння та навички, виробляється певна система поглядів і цінностей, формуються суб'єктність, відбувається становлення конкретних особистісних рис, створюються індивідуальні своєрідні механізми поведінки і захисту особистості студентів в суспільстві.

Успішна адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу залежить в першу чергу від психічних індивідуальних особливостей особистості здобувачів освіти, рівня розвитку особистісної регуляції життєдіяльності. Якщо система операційних механізмів є чітко сформованою вона впливає на успішну адаптацію. Адаптація студентів-першокурсників є разом з тим індивідуальним процесом, і у кожного з них вона відбувається по-різному. В одних адаптація в освітньому середовищі проходить швидше, в інших – повільніше. Тому адаптація студентів-першокурсників до освітнього

процесу у закладах вищої освіти може мати різні кінцеві варіанти і не завжди бути успішною. Вступ до закладу вищої освіти змушує студентів-першокурсників стикнутися з низкою проблем, які пов'язані з недостатньою підготовленістю студентської молоді до нових особливостей освітнього простору. Це пояснюється як зміною соціального академічного середовища, так і недостатньою сформованістю здатності здобувачів вищої освіти до саморегуляції власної діяльності й поведінки.

До причин, що заважають студентам-першокурсникам швидко адаптуватися до освітнього процесу в ЗВО, відносять: недостатній інтерес до обраної професії, невизначеність мотивації її вибору, тривожність переходу від шкільного до дорослого студентського життя, перевантаження навчального навантаження з окремих предметів, неготовність до освоєння нової системи освіти, неготовність самостійно налагоджувати побут, невміння розподіляти час як на навчання, так і відпочинок, негативний вплив соціальних медіа, невміння відповідати за свої вчинки, неготовність до самоконтролю і саморегуляції своєї діяльності.

Їх виникнення зумовлені чинниками як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру. Усі труднощі викликані слабкою підготовкою у навчанні, високим рівнем тривожності у зв'язку із військовими діями на території нашої країни, недосконалою організацією дистанційного навчання, негативним впливом соціальних мереж, які можуть стати майданчиком для кібербулінгу; віддаленістю від родини, матеріальними труднощами, прогалинами у сімейному вихованні, складністю проживання без батьків у гуртожитку чи на квартирі тощо. Провідним фактором успішної адаптації студентів-першокурсників є їх спроможність долати на своєму шляху певні перешкоди та труднощі як в навчальній, так і соціальній діяльності.

Успішна адаптація студентів-першокурсників до освітнього процесу в майбутньому впливає на подальший розвиток кожного студента як фахівця. Тому в освітньому процесі важливо створювати умови для ефективної адаптації студентів-першокурсників уже на перших заняттях.

Результати емпіричного дослідження проблеми адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти свідчать про те, що лише 1/3 студентів-першокурсників, що мають статус внутрішньо переміщеної особи, зазначають про відсутність будь яких труднощів у процесі адаптації до навчального процесу. Майже 83 % студентів час від часу відчують певні труднощі в процесі навчання, що підтверджує наявність гострої потреби у зміні закладами вищої освіти підходів до організації ефективного освітнього середовища.

Серед чинників успішної адаптації студентів-першокурсників до освітнього процесу у закладах вищої освіти найбільш ефективними є: відчуття власної безпеки; успішна адаптація до нового середовища; відсутність труднощів при вступі у заклади вищої освіти; доброзичливе ставлення нового соціального середовища до внутрішньо-переміщених осіб; беззаперечне дотримання прав внутрішньо-переміщених осіб у закладах вищої освіти; налагодження контакту внутрішньо-переміщених осіб з професорсько-викладацьким складом; активне використання платформ дистанційного навчання; доступність та високий рівень викладання навчального матеріалу у закладах вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алмашій А.О. Студенство як соціальний феномен : концептуальний вимір. *Регіональні студії*. № 20. 2020. С. 80–84.
2. Бохонкова Ю.О. Соціально-психологічна адаптація першокурсників до умов вищих навчальних закладів : монографія. Східноукр. нац. ун-т ім. В. Даля. Луганськ, 2011. 199 с.
3. Буяльська Т.Б., Прищак М.Д. Теоретичні аспекти адаптації студентів 1-го курсу до навчання у ВНЗ. *«Гуманізм і освіта»* : матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції, 10–12 червня 2008 р. : електронне наукове видання матеріалів конференції. URL: <http://conf.vntu.edu.ua/humed/2008/txt/Buyalska.php> (дата звернення 28.11.2023).
4. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огородійчук та ін. 2-ге вид. К. : Каравела, 2008. 400 с.
5. Вітвицька С.С. Основи педагогіки вищої школи : підручник. [3-тє вид., випр. й доповн.]. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. С. 121.
6. Вошколуп Г.Ю. Психологічні умови адаптації студентів до навчання у закордонних ЗВО. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки*. 2023. № 1 (25). С. 140–147.
7. Глівінська О., Мирончук Н. Особливості адаптації студентів перших курсів до навчання у ВНЗ. *Професійна підготовка фахівців у системі неперервної освіти : збірник наукових праць* / за заг. ред. д.п.н., проф. С.С. Вітвицької, к.п.н., доц. Н.М. Мирончук. Житомир, 2015. С. 209–215.
8. Гречановська О.В., Мегем О.М., Потапюк Л.М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія Психологія*. Том 34 (73) № 4, 2023. С. 60–66.
9. Дідух М.М. Проблеми та основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти. *Юридична психологія*. № 2 (25). 2019. С. 61–69.
10. Дмитрук Л. Проблема адаптації українських та іноземних студентів-

першокурсників до навчального процесу. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. Умань: УДПУ, 2019. Вип. 2. С. 32–38.

11. Єременко М. Студентська молодь: особистість і соціум. *Соціальна психологія особистості* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Т. 2. К., 2012. С. 207–216.

12. Жданюк Л.О. Соціально-психологічні особливості студентського віку. *Вісник післядипломної освіти. Серія : Соціальні та поведінкові науки*. 2017. Вип. 4-5. С. 28–40.

13. Іванченко О.З., Мельникова О.З., Мікаелян Г.Р. Особливості адаптації студентів першого курсу в умовах змішаної форми навчання в період карантинних обмежень. *Медична освіта*. 2021. 2020. № 41. С. 25–31.

14. Іщук Н., Лесовий В. Проблеми адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Проблеми методики фізико-математичної і технологічної освіти*, 4 (I), 2023. С. 39–43.

15. Йопа Т.В., Остапов А.В. Адаптація студентів-першокурсників до умов навчання у закладах вищої освіти *Вісник ЛНУ імені Шевченка*. № 2 (340), Ч. II, 2021. С. 16–27.

16. Коваленко М.В. Дослідження типів дезадаптивного реагування у студентів вищих навчальних медичних закладів. *Архів психіатрії*. 2015. Т. 21, № 1. С. 36–39.

17. Ковальчук О.С., Потапюк Л.М. Забезпечення академічної чесності у вищих навчальних закладах : міжнародний досвід. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки*. 2017. № 1 (13). Дніпро. С. 21–26.

18. Козубовська І.В., Шикітка Г.М. До питання про взаємозв'язок адаптації і соціалізації особистості. *Соціологія та соціальна робота в умовах національних та регіональних викликів* : матеріали доповідей міжнародної науково-практичної конференції. Ужгород : Говерла, 2019. С. 40–41.

19. Левківська Г.П., Сорочинська В.Є., Штифурак В.С. Адаптація першокурсників в умовах вищого закладу освіти : навч. посібник. К. : Либідь, 2001. 128 с.

20. Ляпіна Л.А., Мінц М.О., Кульгава А.В. Студентська молодь : до проблеми характеристики соціального портрета. *Соціальні технології : актуальні проблеми теорії та практики*, 2021, Вип. 89. С. 30–37.

21. Мельничук М.Г. Психосоціальна адаптація як необхідна умова пристосування до нових умов існування. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*, 53, 2016. С. 126–134.

22. Мирончук Н.М. Особливості адаптації студентів вищих навчальних закладів до змінених умов життєдіяльності. *Нові технології навчання: наук.-метод. зб.* / Ін-т інновац. технол. і змісту освіти МОН України. К., 2013. Вип. 79. С. 82–85.

23. Очеретнюк А.О., Лисенко Д.А., Паламарчук О.В., Закалата Т.Р., Керничний В.В. Проблема адаптації студентів-медиків першого курсу до навчального процесу. *Вісник національного медичного університету імені М.І. Пирогова*. Вінниця : ВНМУ, 2018. Т. 2. С. 543–547.

24. Плугатар О. Молодь як соціальна група: визначення, соціально-демографічні характеристики і перспективні напрямки дослідження. *Сучасні проблеми науки та освіти*. 2015. № 2. С. 11–17.

25. Потапюк Л.М. Здоровий спосіб життя студента як чинник його успішної адаптації до навчання. *Педагогічний пошук : науково-методичний вісник*. Луцьк. 2009. Вип. 1 (61). С. 65–67.

26. Потапюк Л.М. Психологічна безпека в умовах інклюзивного освітнього середовища : Соціальна та освітня інклюзія : історія, сучасність та перспективи розвитку : колективна монографія у 2 частинах. Частина 1. Інституційні та особистісні аспекти впровадження в Україні / за ред. С.П. Миронової, Л.Б. Платаш. Чернівці : «Технодрук», 2021. С. 59–92.

27. Потапюк Л.М., Цвяк І.Д., Троцюк Т.В. Щодо проблеми адаптації студентів-першокурсників. *Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті*

європейського вибору України : матеріали VI Міжнародної конференції (16 листопада 2023 року). Київ : Київський національний університет будівництва ф архітектури, 2023. С. 154–157.

28. Соціологія : словник термінів і понять / за ред. Є. Біленького, М. Козловця. Київ, 2006. 346 с.

29. Спіріна Т.П., Зарюгіна Ю.Є. Особливості адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота* / гол. ред. І.В. Козубовська. Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2014. Вип. 32. С. 182–184.

30. Стрельцова В.Ю. Соціальна адаптація студентів інституту культури і мистецтв до умов відкритого культурно-освітнього середовища : автореф. дис. на здобуття наук, ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.05 «Соціальна педагогіка». Луганськ, 2009. 22 с.

31. Цвях І.Д. Проблеми адаптації студентів до навчання у закладах вищої освіти. *Управління ресурсним забезпеченням господарської діяльності підприємств реального сектору економіки* : матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, 23 листопада 2023 р. Полтава : ПДАУ, 2023. С. 236–238.

32. Шевченко С.В. Тренінг підвищення особистісного адаптаційного потенціалу студентів та рівня їх розумової працездатності. *Практична психологія та соціальна робота*. 2012. № 11. С. 17–30.

33. Шевченко С.В. Тренінг підвищення особистісного адаптаційного потенціалу студентів та рівня їх розумової працездатності : закінчення. *Практична психологія та соціальна робота*. 2012. № 12. С. 26–29.

34. Яворовська Л.М., Камишнікова Р.Ф., Поліванова О.Є., Яновська С.Г., Куделко С.М. Психологічні особливості студентського віку; Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна. 2013. 88 с.

35. Die Umsetzung der Ziele des Bologna-Prozesses 2009-2012. Nationaler Bericht von Kultusministerkonferenz und Bundesministerium für Bildung und

Forschung unter Mitwirkung von HRK, DAAD, Akkreditierungsrat, fzs, DSW und sozialpartnern. URL:

[//http://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2012/2012_00_00-Bologna-Bericht-2009-2012.pdf](http://www.kmk.org/fileadmin/veroeffentlichungen_beschluesse/2012/2012_00_00-Bologna-Bericht-2009-2012.pdf) (дата звернення 25.11.2023).

36. Zwingmann C.A.A., Gunn A.D.G. Uprooting and health : psychosocial problems of students from abroad. Geneva, 1983.