

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра психології

На правах рукопису

ЧЕКАНІНА ОКСАНА ВОЛОДИМИРІВНА

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ
ОСВІТИ ДО УМОВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Спеціальність: 053 «Психологія»
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма Психологія
(назва)

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра

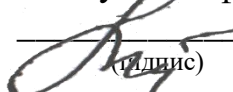
Науковий керівник:
**АГАРКОВ Олег
Анатолійович,**
доктор політичних наук,
професор

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол засідання кафедри

№ 8 від 27.12.22

Завідувач кафедри

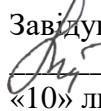
 Людмила ПРИСНЯКОВА
(підпис) (Ім'я, ПРІЗВИЩЕ)

Дніпро, 2023

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра психології
Освітній ступінь магістр
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології
 **Людмила ПРИСНЯКОВА**
«10» лютого 2023 року

**ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ
ЧЕКАНІНОЇ ОКСАНИ ВОЛОДИМИРІВНИ**

1. Тема роботи: «Соціально-психологічна адаптація здобувачів вищої освіти до умов закладу вищої освіти»
2. Науковий керівник роботи: доктор політичних наук, професор кафедри Агарков Олег Анатолійович. Затверджені наказом вищого навчального закладу від «29» жовтня 2022 року № 4
3. Строк подання роботи на кафедру: 14.02.2023р.
4. Мета кваліфікаційної роботи: виявити структурно-функціональні характеристики адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти.
5. Завдання кваліфікаційної роботи
 - провести аналіз поняття «адаптація»;
 - виявити особливості адаптації здобувачів вищої освіти у процесі навчальної діяльності;
 - визначити фактори, що зумовлюють специфіку адаптації у закладах вищої освіти;
 - описати методики та організувати дослідження;
 - описати результати дослідження;
 - сформулювати заходи щодо підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти;
 - розробити заняття із елементами тренінгу для підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

№ з\п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1.	Вступ	Жовтень 2022 р.	виконано
2.	I Розділ	Листопад 2022 р.	виконано
3.	II Розділ	Грудень 2022 р.	виконано
4.	III Розділ	Січень 2023 р.	виконано
5.	Робота в цілому	Лютий 2023р.	виконано

Науковий керівник _____ Олег АГАРКОВ

Здобувач вищої освіти _____ Оксана ЧЕКАНІНА

Дата видачі завдання 29.09.2022 р.

АНОТАЦІЯ

Чеканіна О.В. Соціально-психологічна адаптація здобувачів вищої освіти до умов закладу вищої освіти / Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 Психологія (освітньо-професійна програма «Психологія»). ВВПЗ ДГУ, Дніпро, 2023.

Зміст анотації

Війна на території України передбачає особливі контексти задіяння психологічних механізмів адаптації. Психологічно адаптуватися вимушений кожен громадянин України, не виключенням є і здобувачі вищої освіти, які мають до того ж проходити адаптацію до закладів вищої освіти. Особистісний та професійний розвиток у закладі вищої освіти –це основа на формування як професійних навичок, а й особистісних якостей, необхідні успішної професійної діяльності. Особливе значення в даному контексті має початковий етап навчання – перехід із соціальної категорії здобувача вищої освіти до майбутнього професіонала, етап якісної перебудови особистісних характеристик.

Знання факторів адаптації здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти, та заходи впливу на перебіг даного процесу необхідні для прогнозування ходу адаптації та формування процедур попереджувальної профілактики та корекції відхилень. Тобто вивчення цього процесу дає можливість керувати адаптацією здобувача вищої освіти до умов закладів вищої освіти, сприяти швидкому та ефективному їх входженню в нове соціальне середовище на стадії початку навчання; впливати на засвоєння професійних знань, формування навичок та умінь; допомагати у дидактичних труднощах.

Категорія адаптації до закладів вищої освіти описана в роботах наступних дослідників Н.В. Нижегородцева , А.А. Реана, А.А. Смирнова, К.У. Чимбеленге, С. Шмідт, М. Сміт) [45; 50; 57; 62; 93; 95].

Адаптація здобувачів вищої освіти розглядається як безперервний процес і результат пристосування індивіда до мінливих соціальних умов (А.Л. Мацкевич) [38], або як процес розвитку, що відбувається внаслідок подолання кризових періодів у ході професіоналізації особистості (Ю.П. Поварьонков) [48]; як пристосування до нових умов навчальної діяльності (В.Г. Асєєв, М.С. Яницький) [4; 65]. При цьому адаптація не зводиться до пристосування до нових умов у закладах вищої освіти – вона передбачає розвиток особистості здобувача вищої освіти [13; 18; 95].

Адаптацію до закладів вищої освіти слід розглядати, як багаторівневий, динамічний процес, що має свою структуру, послідовність та особливості перебігу, пов'язані з певною перебудовою особистості здобувачів вищої освіти у рамках включення їх у нові соціальні ролі, професійну діяльність та дидактичні умови. Саме тому проблема адаптації здобувачів вищої освіти до системи закладів вищої освіти через навчання є на етапі трансформації вищої школи однією з найцікавіших і значущих проблем. Від успішності цього процесу залежить наскільки швидким та ефективним буде входження здобувачів вищої освіти у нове соціальне, навчальне середовище, а отже, від цього залежить професійний та особистісний розвиток здобувача вищої освіти, що, у свою чергу, визначає і майбутній розвиток української держави.

Для того, щоб вчасно визначити можливу групу ризику здобувачів вищої освіти, необхідний діагностичний інструментарій, що дозволяє за мінімальними витратами часу провести замір показників, що характеризують параметри адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти. До цих показників можливо віднести соціальну, дидактичну та професійну адаптацію.

У сучасній психологічній науці немає інструментарію, що дозволяє одночасно діагностувати ці показники в сукупності. Існують різні методики, спрямовані на діагностику різних аспектів цих показників, але їх потрібно застосовувати у комплексі, тобто використовувати сукупність методик, а це дуже великі часові витрати, як для здобувачів вищої освіти – заповнення, так

для психологів – обробка цих результатів. Тому одним із важливих напрямків роботи є розробка та проведення процедури психометричної перевірки діагностичного інструментарію для визначення рівня адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти (ЗВО) за трьома показниками: соціальним, дидактичним та професійним.

Для абітурієнтів перехід на Болонську систему навчання, систему задачі зовнішнього незалежного оцінювання (ЗНО) є основою можливості вступу до закладів вищої освіти. У довоєнні, та доковідні часи готові до навчання у закладах вищої освіти абітурієнти з невеликих міст вступали до університетів обласних центрів, частина – до центральних закладів вищої освіти України; а старшокласники обласних центрів становились абітурієнтами найбільших закладів вищої освіти України. Таким чином, спостерігався значний розвиток соціальної мобільності здобувачів вищої освіти, особливо в теперішніх умовах.

Відсутній інструментарій для оперативної діагностики та моніторингу рівня адаптованості здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти, що відображає методологічну значущість дослідження. Також необхідно розробити комплексну програму психологічного супроводу здобувачів вищої освіти на початковому етапі навчання у вищому навчальному закладу, з урахуванням впливу навчального чинника міграції, що є складовою практичної актуальності даної роботи.

Виявлення характеристик адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти з урахуванням соціальної мобільності та подальшого психологічного супроводу досліджуваного процесу сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу та заснований на тому, що впровадження програми психологічного супроводу, розробленої на основі емпіричних даних, призводить до підвищенню рівня адаптованості у дидактичній, соціальній та професійній сфері, що є якісним показником. У той же час, у розрахунку ефективності реалізації та впровадження проекту в основному використовуються кількісні характеристики, зокрема результати даного

дослідження, сприяють зниженню кількості відрахованих здобувачів вищої освіти та підвищенню успішності [57].

Недостатня теоретична та практична розробленість питань, пов'язаних із впливом фактору соціальної мобільності на специфіку адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти визначили тему магістерської роботи.

Наукова новизна: розроблена програма тренінгу адаптації здобувачів вищої освіти.

Список публікацій здобувача:

1. Чеканіна О.В. АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ УКРАЇНСЬКИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ОНЛАЙН НАВЧАННЯ В УМОВАХ РОСІЙСЬКОЇ АГРЕСІЇ. Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матер. III Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 30 листоп. 2022 р.). Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2022. 146 с.

2. Чеканіна О.В. АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО АКАДЕМІЧНОГО СЕРЕДОВИЩА В УНІВЕРСИТЕТІ. Соціально-психологічні та правові аспекти протидії насиллю в освітніх закладах: матер. III Всеукр. форуму (Дніпро, 10 лют. 2022 р.). Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет». 191 с.

ABSTRACT

Chekanina O.V. Socio-psychological adaptation of students of higher education to the conditions of a higher education institution / Qualification work for obtaining an educational degree "master" in the specialty 053 Psychology (educational and professional program "Psychology". VNPZ DSU, Dnipro, 2023.

Abstract content

The war on the territory of Ukraine provides special contexts for the use of psychological mechanisms of adaptation. Every citizen of Ukraine is forced to adapt psychologically, and higher education students are no exception, who also have to undergo adaptation to higher education institutions. Personal and professional development in a higher education institution is the basis for the formation of both professional skills and personal qualities necessary for successful professional activity. Of particular importance in this context is the initial stage of education - the transition from the social category of a higher education seeker to a future professional, the stage of qualitative restructuring of personal characteristics.

Knowledge of the factors of adaptation of students of higher education in institutions of higher education, and measures of influence on the course of this process are necessary for forecasting the course of adaptation and forming procedures for preventive prevention and correction of deviations. That is, the study of this process makes it possible to manage the adaptation of the student of higher education to the conditions of institutions of higher education, to promote their quick and effective entry into a new social environment at the stage of starting education; influence the assimilation of professional knowledge, formation of skills and abilities; to help with didactic difficulties.

The category of adaptation to institutions of higher education is described in the works of the following researchers N.V. Nizhegorodtseva, A.A. Reana, A.A. Smirnova, K.U. Chimbelenge, S. Schmidt, M. Smith) [45; 50; 57; 62; 93; 95].

Adaptation of students of higher education is considered as a continuous process and result of adaptation of an individual to changing social conditions (A.L. Matskevich) [38], or as a development process that occurs as a result of overcoming crisis periods in the course of professionalization of an individual (Y.P. Povaryonkov) [48]; as adaptation to new conditions of educational activity (V.G. Aseev, M.S. Yanitsky) [4; 65]. At the same time, adaptation is not limited to adaptation to new conditions in institutions of higher education - it involves the development of the personality of a student of higher education [13; 18; 95].

Adaptation to institutions of higher education should be considered as a multi-level, dynamic process that has its own structure, sequence, and features of the course, associated with a certain restructuring of the personality of students of higher education within the framework of their inclusion in new social roles, professional activities, and didactic conditions. That is why the problem of adaptation of students of higher education to the system of higher education institutions through training is one of the most interesting and significant problems at the stage of transformation of higher education. The success of this process depends on how quickly and effectively the students of higher education enter the new social and educational environment, and therefore, the professional and personal development of the student of higher education depends on this, which, in turn, determines the future development of the Ukrainian state.

In order to timely identify a possible risk group of higher education students, a diagnostic toolkit is needed, which allows to measure indicators characterizing the adaptation parameters of higher education students to higher education institutions with minimal time expenditure. These indicators can include social, didactic and professional adaptation.

In modern psychological science, there is no toolkit that allows simultaneous diagnosis of these indicators as a whole. There are various methods aimed at diagnosing various aspects of these indicators, but they must be applied in a complex manner, that is, use a set of methods, and this is a very large time expenditure, both for those seeking higher education - filling in, and for

psychologists - processing these results. Therefore, one of the important areas of work is the development and implementation of a procedure for psychometric testing of diagnostic tools to determine the level of adaptation of higher education applicants to higher education institutions (HEIs) according to three indicators: social, didactic and professional.

For applicants, the transition to the Bologna system of education, the system of passing the external independent assessment (EXA) is the basis of the possibility of admission to higher education institutions. In the pre-war and pre-war times, applicants from small towns who were ready to study in higher education institutions entered the universities of regional centers, some - to the central institutions of higher education of Ukraine; and high school students from regional centers became applicants to the largest institutions of higher education in Ukraine. Thus, a significant development of social mobility of higher education seekers was observed, especially in the current conditions.

There is no toolkit for operational diagnosis and monitoring of the level of adaptability of higher education applicants to higher education institutions, which reflects the methodological significance of the study. It is also necessary to develop a comprehensive program of psychological support for students of higher education at the initial stage of study educational institution, taking into account the influence of the educational factor of migration, which is a component of the practical relevance of this work.

Identifying the characteristics of the adaptation of higher education seekers to higher education institutions, taking into account social mobility and further psychological support of the researched process, contributes to increasing the effectiveness of the educational process and is based on the fact that the implementation of the psychological support program, developed on the basis of empirical data, leads to an increase in the level of adaptation in the didactic, social and professional sphere, which is a qualitative indicator. At the same time, quantitative characteristics are mainly used in the calculation of the effectiveness of the implementation and implementation of the project, in particular the results of

this study, contribute to reducing the number of excluded higher education graduates and increasing the success rate [57].

Insufficient theoretical and practical development of issues related to the influence of the social mobility factor on the specifics of adaptation of higher education seekers to higher education institutions determined the topic of the master's thesis.

Scientific novelty: a training program for the adaptation of higher education applicants has been developed.

List of publications of the acquirer:

1. Чеканіна О.В. АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ УКРАЇНСЬКИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ОНЛАЙН НАВЧАННЯ В УМОВАХ РОСІЙСЬКОЇ АГРЕСІЇ. Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матер. III Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 30 листоп. 2022 р.). Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2022. 146 с.

2. Чеканіна О.В. АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО АКАДЕМІЧНОГО СЕРЕДОВИЩА В УНІВЕРСИТЕТІ. Соціально-психологічні та правові аспекти протидії насиллю в освітніх закладах: матер. III Всеукр. форуму (Дніпро, 10 лют. 2022 р.). Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет». 191 с.

ЗМІСТ

ВСТУП	12
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
1.1 Теоретичний аналіз поняття «адаптація»	17
1.2 Особливості адаптації здобувачів вищої освіти у процесі навчальної діяльності	22
1.3 Фактори, що зумовлюють специфіку адаптації у ЗВО	32
Висновки до розділу 1	44
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
2.1.Методика та організація дослідження	46
2.2. Результати дослідження та їх обговорення	59
Висновки до розділу 2	68
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
3.1 Заходи щодо підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти	73
3.2 Розробка занять із елементами тренінгу для підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти	75
Висновки до розділу 3	90
ВИСНОВОК	93
СПИСОК ПОСИЛАНЬ	102
ДОДАТКИ	112

ВСТУП

Актуальність дослідження. Війна на території України передбачає особливі контексти задіяння психологічних механізмів адаптації. Психологічно адаптуватися вимушений кожен громадянин України, не виключенням є і здобувачі вищої освіти, які мають до того ж проходити адаптацію до закладів вищої освіти. Особистісний та професійний розвиток у закладі вищої освіти – це основа на формування як професійних навичок, а й особистісних якостей, необхідні успішної професійної діяльності. Особливе значення в даному контексті має початковий етап навчання – перехід із соціальної категорії здобувача вищої освіти до майбутнього професіонала, етап якісної перебудови особистісних характеристик.

Знання факторів адаптації здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти, та заходи впливу на перебіг даного процесу необхідні для прогнозування ходу адаптації та формування процедур попереджувальної профілактики та корекції відхилень. Тобто вивчення цього процесу дає можливість керувати адаптацією здобувача вищої освіти до умов закладів вищої освіти, сприяти швидкому та ефективному їх входженню в нове соціальне середовище на стадії початку навчання; впливати на засвоєння професійних знань, формування навичок та умінь; допомагати у дидактичних труднощах.

Категорія адаптації до закладів вищої освіти описана в роботах наступних дослідників Н.В. Нижегородцева, А.А. Реана, А.А. Смирнова, К.У. Чимбеленге, С. Шмідт, М. Сміт) [45; 50; 57; 62; 93; 95].

Адаптація здобувачів вищої освіти розглядається як безперервний процес і результат пристосування індивіда до мінливих соціальних умов (А.Л. Мацкевич) [38], або як процес розвитку, що відбувається внаслідок подолання кризових періодів у ході професіоналізації особистості (Ю.П. Поварьонков) [48]; як пристосування до нових умов навчальної діяльності (В.Г. Асєєв, М.С. Яницький) [4; 65]. При цьому адаптація не зводиться до

пристосування до нових умов у закладах вищої освіти – вона передбачає розвиток особистості здобувача вищої освіти [13; 18; 95].

Адаптацію до закладів вищої освіти слід розглядати, як багаторівневий, динамічний процес, що має свою структуру, послідовність та особливості перебігу, пов'язані з певною перебудовою особистості здобувачів вищої освіти у рамках включення їх у нові соціальні ролі, професійну діяльність та дидактичні умови. Саме тому проблема адаптації здобувачів вищої освіти до системи закладів вищої освіти через навчання є на етапі трансформації вищої школи однією з найцікавіших і значущих проблем. Від успішності цього процесу залежить наскільки швидким та ефективним буде входження здобувачів вищої освіти у нове соціальне, навчальне середовище, а отже, від цього залежить професійний та особистісний розвиток здобувача вищої освіти, що, у свою чергу, визначає і майбутній розвиток української держави.

Для того, щоб вчасно визначити можливу групу ризику здобувачів вищої освіти, необхідний діагностичний інструментарій, що дозволяє за мінімальними витратами часу провести замір показників, що характеризують параметри адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти. До цих показників можливо віднести соціальну, дидактичну та професійну адаптацію.

У сучасній психологічній науці немає інструментарію, що дозволяє одночасно діагностувати ці показники в сукупності. Існують різні методики, спрямовані на діагностику різних аспектів цих показників, але їх потрібно застосовувати у комплексі, тобто використовувати сукупність методик, а це дуже великі часові витрати, як для здобувачів вищої освіти – заповнення, так для психологів – обробка цих результатів. Тому одним із важливих напрямків роботи є розробка та проведення процедури психометричної перевірки діагностичного інструментарію для визначення рівня адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти (ЗВО) за трьома показниками: соціальним, дидактичним та професійним.

Для абітурієнтів перехід на Болонську систему навчання, систему задачі зовнішнього незалежного оцінювання (ЗНО) є основою можливості вступу до закладів вищої освіти. У довоєнні, та доковідні часи готові до навчання у закладах вищої освіти абітурієнти з невеликих міст вступали до університетів обласних центрів, частина – до центральних закладів вищої освіти України; а старшокласники обласних центрів становились абітурієнтами найбільших закладів вищої освіти України. Таким чином, спостерігався значний розвиток соціальної мобільності здобувачів вищої освіти, особливо в теперішніх умовах.

Відсутній інструментарій для оперативної діагностики та моніторингу рівня адаптованості здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти, що відображає методологічну значущість дослідження. Також необхідно розробити комплексну програму психологічного супроводу здобувачів вищої освіти на початковому етапі навчання у вищому навчальному закладу, з урахуванням впливу навчальної чинника міграції, що є складовою практичної актуальності даної роботи.

Виявлення характеристик адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти з урахуванням соціальної мобільності та подальшого психологічного супроводу досліджуваного процесу сприяє підвищенню ефективності освітнього процесу та заснований на тому, що впровадження програми психологічного супроводу, розробленої на основі емпіричних даних, призводить до підвищенню рівня адаптованості у дидактичній, соціальній та професійній сфері, що є якісним показником. У той же час, у розрахунку ефективності реалізації та впровадження проекту в основному використовуються кількісні характеристики, зокрема результати даного дослідження, сприяють зниженню кількості відрахованих здобувачів вищої освіти та підвищенню успішності [57].

Недостатня теоретична та практична розробленість питань, пов'язаних із впливом фактору соціальної мобільності на специфіку адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти визначили тему магістерської роботи.

Об'єкт дослідження: адаптація здобувачів вищої освіти в умовах закладів вищої освіти.

Предмет дослідження: характеристики адаптація здобувачів вищої освіти в умовах закладів вищої освіти.

Мета нашого дослідження: виявити структурно-функціональні характеристики адаптації здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти.

Мета визначила постановку наступних **завдань**:

1. провести аналіз поняття «адаптація»,
2. виявити особливості адаптації здобувачів вищої освіти у процесі навчальної діяльності,
3. визначити фактори, що зумовлюють специфіку адаптації у закладах вищої освіти,
4. описати методики та організувати дослідження,
5. описати результати дослідження,
6. сформулювати заходи щодо підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти,
7. розробити заняття із елементами тренінгу для підвищення рівня адаптованості здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти.

Методи дослідження: тестування, анкетування. У магістерській роботі використовувалися наступні психодіагностичні методики: опитувальник «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс, Р. Даймонд; адаптація А.К. Осницького), методика «Мотивація навчання у закладі вищої освіт» (Т.І. Ільїна), методика оцінки копінгповодження (R. Lazarus , S. Folkman; адаптація Т.Л. Крюкової), опитувальник «Адаптація здобувачів вищої освіти до ЗВО» (М.С. Юркіна), опитувальник «Спрямованість особистості» (В. Смекала, М. Кучера), опитувальник «Оцінка стану адаптованості особистості», «Опитувач термінальних цінностей» (І.Г. Сенін), опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» (Е.Ф. Бажин, А.М. Еткінд).

Наукова новизна: розроблена програма тренінгу адаптації здобувачів вищої освіти.

Практична значимість роботи полягає в тому, матеріали магістерської можуть бути використані у практиці роботи психологів закладів вищої освіти, у діагностичній, консультативній роботі, під час читання лекцій відповідних курсів, для складання програм адаптації здобувачів вищої освіти у закладах вищої освіти.

Апробація результатів роботи та публікації. Основні положення і результати магістерського дослідження відображено у наукових публікаціях:

1. «Адаптація здобувачів вищої освіти до академічного середовища в університеті».
2. «Адаптація здобувачів вищої освіти українських закладів вищої освіти до онлайн навчання в умовах російської агресії».

Структура магістерської роботи. Робота має наступну структуру: вступ, три розділи, висновки, перелік посилань та додатків. Дослідження ілюстровано за допомогою таблиць.

ВИСНОВКИ

1. Психічну адаптація як "процес встановлення оптимальної відповідності особистості та навколишнього середовища в ході здійснення властивої людині діяльності, яка дозволяє індивідууму задовольняти актуальні потреби та реалізовувати пов'язані з ними значущі цілі (при збереженні психічного та фізичного здоров'я), забезпечуючи в той же час відповідність психічних діяльності людини, її поведінки вимогам середовища" На етапі теоретичного аналізу літератури можна дійти висновку, що автори по-різному розглядають процес адаптації: в основі одних концепцій лежать фізіологічні характеристики, інших – психологічні, соціальні особливості.

2. Адаптація особистості здобувача вищої освіти до навчання – це складний, тривалий, а часом гострий та болісний процес через невідповідність способів навчання у школі та закладі вищої освіти. Адаптація до закладів вищої освіти – процес, по-перше, безперервний, тому що не припиняється ні на один день, а по-друге, коливальний, оскільки навіть протягом одного дня відбувається переключення в різні сфери: діяльність, спілкування, самосвідомість. Процес адаптації здобувачів вищої освіти до навчання у закладі вищої освіти завершується, як правило, до кінця 3 курсу.

Процес адаптації здобувачів вищої освіти до закладу вищої освіти включає:

- соціально-психологічну адаптацію. Вона містить такі складові: потреба в самоствердженні в новому, що складається навчальному колективі, засвоєння норм і традицій, що склалися у вузі та відповідають характеру обраної професії;

- психологічну адаптацію. У цьому аспекті відбувається перебудова мислення та мови здобувача вищої освіти відповідно до умов професійного навчання, різке зростання ролі функцій сприйняття, уваги, пам'яті, збільшення психоемоційної напруги;

- діяльнiсну адаптацiю. Ця складова включає пристосування здобувачiв вищої освiти до нового ритму життя, методiв i форм роботи, психофiзiологiчних навантажень, протирiччя для частини здобувачiв вищої освiти мiж необхіднiстю та особистими iнтересами, пов'язане з низькою соцiальною установкою на оволодiння професiєю.

Видiлено такi показники адаптацiї здобувачiв вищої освiти до процесу навчання у закладiв вищої освiти:

- група об'єктивних критерiїв: високi показники навчальної дiяльностi (поточна та сесiйна успiшнiсть); стабiльний функцiональний стан органiзму здобувачiв вищої освiти (вiдсутнiсть рiзких зрушень у станi психофiзiологiчних функцiй); вiдсутнiсть яскраво виражених ознак втоми пiд час навчання;

- група суб'єктивних критерiїв: задоволенiсть процесом навчання; задоволенiсть колективом i сформованими у ньому вiдносинами (психологiчним клiматом); прояв здобувача вищої освiти активностi у навчальнiй та громадськiй дiяльностi.

3. Мотивацiю до навчальної дiяльностi можна подiлити на двi групи мотивiв — безпосереднi та опосередкованi. Пiдстава для диференцiювання - взаємопов'язанiсть з професiйною дiяльнiстю, що освоюється. Перша група складається з мотивiв, безпосередньо включених у сам процес дiяльностi та вiдповiдних їi соцiально заданим цiлям та цiнностям. До них належать пiзнавальнi мотиви, i навiть мотиви, пов'язанi з недостатнiм розвитком особистостi, розширенням їi можливостей самореалiзацiї, самовдосконалення тощо. Друга група мотивiв пов'язана з цiлями та цiнностями, якi не включенi у конкретну дiяльнiсть, але можуть за допомогою їi хоча б частково задовольнятися. Сюди можна зарахувати як соцiальнi i стимульнi мотиви, а й мотиви досягнення. Освітню мiграцiю можна роздiлити на три етапи:

Пiдготовча стадiя. На даному етапi вiдбувається формування iнформацiйного пакету про можливостi освiтньої мiграцiї (наприклад, аналiз загальних (демографiчних, економiчних, полiтичних) характеристик регiону

та особливостей міграційних процесів у ньому; проблем (потреб) вищих навчальних закладів у аналізованому регіоні); попереднє знайомство з навчальними програмами; пошук матеріальних коштів на навчання та проживання у регіоні, де відбувається освітній процес тощо.

Власне адаптація. Освоєння здобувачем вищої освіти нових способів життєдіяльності, яке спрямоване на прийняття ним устрою життя вузу, облаштування нового місця проживання та новому місті, розвиток почуття самозахисності, поваги, довіри до себе та оточуючих. Внаслідок цього етапу підвищується рівень організованості. На цьому етапі взаємодія йде, переважно, з педагогами, але вже зароджуються процеси згуртування навчальної групи, формування активу групи. Характеризується внутрішньою спрямованістю здобувача вищої освіти на процес, під час якого йде активний розвиток його «Я – концепції», відбувається актуалізація самосвідомості. Здобувач вищої освіти отримує певну соціальну роль гуртожитку, з'являється чітке переконання у привабливості чи непривабливості міста, де навчається. У навчальній діяльності першокурсник навчається приймати відповідальність, намічати цілі. У разі позиція педагога «попереду здобувача вищої освіти» змінюється на позицію «разом із здобувачем вищої освіти».

Самоорганізована адаптація. Здобувач вищої освіти усвідомлено приймає та організує свою навчальну діяльність. На цьому етапі здобувач вищої освіти постає як суб'єкт своєї освіти. Він повністю звикає до проживання в нових умовах, вміє розподіляти свій порядок дня, у нього добре розвинені відносини з міськими однокурсниками.

4. На основі аналізу літератури визначена мета дослідження: виявити структурно-функціональні характеристики адаптації до закладу вищої освіти здобувачів вищої освіти Дніпровського гуманітарного університету. Як діагностичний інструментарій були використані такі психодіагностичні методики:

1. Методика «Соціально-психологічна адаптованість особистості (СПА)». Опитувальник СПА був розроблений К. Роджерсом і Р. Даймондом

для виявлення ступеня адаптованості-дезадаптованості в системі міжособистісних відносин. У адаптації А.К. Осницького Соціально-психологічна адаптація залежить від уміння особистості орієнтуватися в соціальних ситуаціях, правильно визначати особистісні особливості та емоційні стани інших людей, обирати адекватні способи поведінки та реалізовувати ці способи у процесі взаємодії.

2. Методика «Адаптація здобувачів вищої освіти до ЗВО» (АЗВО)

Методика розроблена М.С. Юркіна в ході виконання даного дослідження. Направлена на діагностику загального рівня адаптованості здобувачів вищої освіти до закладів вищої освіти. Включає три шкали: Соціальна адаптація, Дидактична адаптація, Професійна адаптація.

3. «Опитувальник термінальних цінностей (ОТЦ)». Методика призначена для діагностики основних (термінальних) прагнень та життєвих орієнтацій особи. У цілому нині опитувальник дозволяє визначити, яка термінальна цінність переважає в індивіда, яка життєва сфера найбільш значуща йому, у якій життєвої сфері переважна термінальна цінність реалізується максимально.

4. Опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК). Автори-розробники цього інструментарію Є.Ф. Бажин, А.М. Еткінд. Методика створена на основі відомої шкали локусу контролю Дж. Роттера, але, порівняно з останньою, більш багатовимірною. Методика призначена для вивчення типу локалізації суб'єктивного контролю особистості, характеру суб'єктивного прийняття відповідальності особистості за події, що відбуваються в різних сферах (досягнень, невдач, спілкування, сімейних відносин, здоров'я).

5. Методика оцінки копінг-поведінки WCQ (копінг-тест). Методика призначена визначення копінг-механізмів, способів подолання труднощів у різних галузях психічної діяльності. Методика має 8 шкал: Конфронтативний копінг, Дистанціювання, Самоконтроль, Пошук соціальної підтримки,

Прийняття відповідальності, Втеча, Планування вирішення проблеми, Позитивна переоцінка.

6. Методика «Мотивація навчання у закладі вищої освіти (МНЗ)» Автор-розробник методики Т.І. Ільїна. Спрямована на вивчення мотиваційно-потребової сфери у контексті навчання у закладі вищої освіти.

Методика має три шкали: Набуття знань, Оволодіння професією, Здобуття диплома.

7. Опитувальник «Спрямованість особистості» (СО). Методика розроблена чеськими психологами В. Смекалом та М. Кучером. У основі методики лежить дещо змінена орієнтовна анкета Б. Басса. Шкали методики: Спрямованість на себе, Спрямованість на взаємодію, Спрямованість на завдання.

8. Оцінка стану адаптованості особистості (ОСАДА). Методика призначена для експрес-оцінки соціальної адаптованості особистості. Достоїнством опитувальника є швидкість отримання даних, а також можливість для респондента «без зайвих слів поскаржитися на життя», вказати на ті проблеми, з якими він «не справляється», які таять загрозу «поведінкового зриву». Методика оцінює рівень задоволеності за п'ятьма шкалами: собою; ситуацією; становищем у сфері спілкування; здоров'ям, способом життя; діяльністю.

9. Об'єктивні дані вивчалися через аналіз документації: особистих карток, сесійної успішності, даних атестату

10. Суб'єктивні дані вивчалися за допомогою анкети. Дана анкета дозволяє виявити рівень задоволеності умовами проживання, мотивацію при виборі закладу вищої освіти, спеціальності, які труднощі зазнає першокурсник і чому на його погляд, а також відображає якихось навичок, на особисту думку здобувача вищої освіти, йому не вистачає для успішного навчання.

5. Розглядаючи вплив типу мотивації навчання на динаміку адаптації до закладів вищої освіти, було виявлено таку закономірність: позитивна

динаміка дидактичного, соціального та професійного компонента спостерігається у групі місцевих здобувачів вищої освіти з переважним типом мотивації на оволодіння професією.

У групі здобувачів вищої освіти з домінуючим типом мотивації на здобуття знань виявлено підвищення рівня дидактичного та професійного компонентів, та зниження соціального компонента адаптації до закладів вищої освіти протягом досліджуваного періоду. Інверсійна динаміка компонентів досліджуваного процесу спостерігається групі здобувачів вищої освіти із переважним типом мотивації отримання диплому.

Досліджуючи вплив домінуючого типу спрямованості особистості динаміку компонентів адаптації до закладів вищої освіти місцевих здобувачів вищої освіти, можливо дійти такого висновку: оптимальним для позитивної динаміки всіх трьох компонентів досліджуваного процесу є переважаючий тип спрямованості особистості він. Домінування спрямованості особистості взаємодія веде до підвищення рівня соціальної адаптованості та зниження рівня дидактичного та професійного компонента. Протилежна динаміка спостерігається групи здобувачів вищої освіти з переважним типом спрямованості особистості завдання. Досліджуючи вплив домінуючого типу мотивації навчання на динаміку адаптації до ЗВО, було виявлено таку закономірність: позитивна динаміка дидактичного, соціального та професійного компонента спостерігається у групі міжрегіональних навчальних мігрантів, як і серед регіональних навчальних мігрантів, з переважним типом мотивації отримання знань. У групі здобувачів вищої освіти з домінуючим типом мотивації на оволодіння професією виявлено прогресивні зміни рівня дидактичної та професійної адаптованості та регресія соціальної адаптації. Інверсійна динаміка компонентів досліджуваного процесу протягом досліджуваного періоду спостерігається в групі здобувачів вищої освіти із переважним типом мотивації отримання диплома.

6. Розроблено рекомендації щодо адаптації здобувачів вищої освіти до ЗВО залежно від спеціальності навчання. На підвищення рівня дидактичної адаптованості:

- проведення самостійних занять здобувачем вищої освіти;
- підготовка домашнього завдання у групах успішний – неуспішний здобувач вищої освіти;
- самостійне планування здобувача вищої освіти семінарського заняття.

На підвищення рівня професійної адаптованості:

- домашні завдання на тему «застосування теоретичних знань на практиці»;
- проведення міні-вправ на самопізнання.

Дані рекомендації спрямовані на оптимізацію процесу адаптації здобувачів вищої освіти до ЗВО та сприяють більш плавному входженню першокурсників до нового соціального, дидактичного, професійного середовища. Важливо наголосити на значущості розробленої програми не тільки для здобувачів вищої освіти, а й для навчального закладу, оскільки вона сприяє зниженню кількості неуспішних та відрахованих навчальних мігрантів першого курсу. Тренінг у програмі має бути спрямований на розвиток навичок, необхідних для успішної дидактичної адаптації, соціальний та професійний аспекти адаптації у цій програмі в процесі тренінгу не торкаються. Також перевагою нашої програми є використання друкованих варіантів інформаційних буклетів, а також карти центру міста.

7. Програма занять з елементами тренінгу включає такі основні теми, які у вигляді логічно пов'язаних етапів.

Перший етап присвячений самопрезентації. Його мета – навчити першокурсників уявляти себе іншим з кращого боку, розвинути впевненість у ситуаціях спілкування з незнайомою людиною.

Другий етап включає знайомство з основами тайм-менеджменту. Його мета – навчити першокурсників планувати свій час так, щоби був час і на

навчання, і на знайомство з новим містом, і на вирішення побутових проблем.

Третій етап присвячений розвитку уважності, спостережливості. Його мета – тренування основних властивостей уваги.

Четвертий етап включає знайомство з методами швидкого заучування великого обсягу інформації, а також вправами, що сприяють розвитку пам'яті.

П'ятий етап спрямовано розвиток навичок успішного поведінки у конфлікті. Проводиться теоретичне та практичне ознайомлення з основними стратегіями вирішення конфліктів та способами впоратися зі стресом.

Шостий етап присвячений розвитку творчого мислення. На даному етапі розглядаються прийоми та вправи, що сприяють формуванню гнучкості, оригінальності та побіжності мислення.

Сьомий етап включає розвиток комунікативних навичок, а зокрема вивчення невербальних засобів спілкування і опрацювання даних знань на практиці, за допомогою вправ.

Восьмий етап спрямовано активізацію процесу самопізнання. Учасники ознайомлюються з основами аутогенного тренування.

Тривалість: заняття з елементами тренінгу складається з восьми занять тривалістю по 2 академічні години. Заняття проводяться щотижня. Загальний час аудиторної роботи складає 16 годин.

Розроблені та апробовані заняття з елементами тренінгу є ефективним засобом підвищення рівня соціальної, дидактичної та професійної адаптованості здобувачів вищої освіти першого курсу. У ході цього заходу відбувається розвиток якостей та вмінь, що сприяють більш ефективному перебігу цього процесу. Розроблені заняття з елементами тренінгу можуть бути впроваджені у навчальний процес у ЗВО з метою запобіжної профілактики та корекції відхилень, оскільки сприяють більш ефективному перебігу процесу адаптації та зниження тимчасових та особистісних ресурсів здобувачів вищої освіти.

