

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Центр післядипломної освіти, заочного та дистанційного навчання

Кафедра теоретичної психології

**ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ
СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗВО**

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня «бакалавр»

Ольги ЛИСЬ

4 курсу заочної форми навчання

спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Психологія»

Науковий керівник

кандидат психологічних наук

Ольга БОРИСЮК

Рецензент

кандидат психологічних наук, доцент

Олександр КУЦІЙ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«04» квітня 2022 р., протокол № 9

завідувач кафедри теоретичної психології

доктор психологічних наук, професор

_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів

2022

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	6
1.1. Поняття психологічної адаптації у сучасній психології.....	6
1.2. Особливості психологічної адаптації студентів-першокурсників у закладах вищої освіти	10
1.3. Чинники успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти	16
Висновки до першого розділу.	23
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	25
2.1. Характеристика методів дослідження адаптації студентів-першокурсників до навчання.....	25
2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	27
Висновки до другого розділу.....	41
ВИСНОВКИ	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	45
ДОДАТКИ	50

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти має значення у теперішньому суспільстві. Адже перехід від шкільної парти до лав вузу є складним етапом особистісного становлення молоді. Цей етап супроводжують суттєві зміни, такі як зміна соціального статусу та переформатування міжособистісних контактів. Все відбувається досить індивідуально, подекуди навіть з деяким напруженням ВНС, що детермінує зниження інтелектуальної роботоздатності здобувача вищої освіти, деколи навіть занижену успішність під час навчання на першому курсі. Саме тому пріоритетним напрямком дослідження закономірностей феномену адаптації здобувачів вищої освіти першокурсників до освітнього процесу у ЗВО.

Досить часто феномен психологічної адаптації сприяє втраті уже раніше сформованих установок та інших взаємодій здобувача-першокурсника. І як наслідок – фрустрація та напруженість, знижується динаміка здобувачів під час навчання, втрачається цікавість до соціальної та громадської роботи, поведінка погіршується, існує висока імовірність невдач під час першої сесії, а також втрачається віра у власні можливості, деякі розчарування у власному виборі та планах на життя. Це тягне за собою перевантаження психіки, що знижує можливості адаптації та провокує порушення психічного та ментального здоров'я. Перший рік навчання є важливим ще й тому, що у здобувача відбувається безліч когнітивних та особистісно-емоційних змін, зокрема, часто кількість тих змін значно більша тієї, що випадає на цілий період навчання у закладі вищої освіти.

Питання адаптації в науковій літературі вивчалось з різних сторін. Так, зміст поняття розкривали Ю Александрівський, Ф. Березін, В. Казначів; прояви особливостей у деяких видах діяльності дорсліджували В. Мерлін, В. Рождественський, Я. Стреляу; чинники та детермінанти процесу в різних умовах вивчав М. Раттер та інші.

В зарубіжній літературі процеси адаптації розкривали вчені К. Бардин, Л. Божович, Л. Виготський, М. Каган, О. Леонтьєв, Н. Максимова, Ж. Піаже, М. Ржецький, С. Рубінштейн, Г. Сельє, О. Скрипченко тощо. Дослідження Ю. Кулюткіна та Д. Богоявленської представляють кореляцію адаптивності від активності безпосередньо самої людини під час навчання.

Адаптивність студентів та учнів до змінених форм навчання представлені в роботах українських вчених І. Бойко, Ю. Бохонкової, В. Брудного, Н. Завацької, Т. Каткової, В. Лісовського, Н. Побірченка та інших. Проблема адаптаційних процесів здобувачів вищої освіти першого курсу до освітнього процесу в закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання вивчали В. Лефтеров, М. Білоус, Н. Сергієнко О. Шибрук тощо.

Попри те, не вироблено однієї лінії щодо сутності поняття «адаптації». Деякі вчені бачать його як пристосування особистості до середовища, інші вчені описують його як взаємодію людей чи особи з середовищем, як процес формування головних показників її особистісної та соціальної властивостей відповідно умовам освітнього середовища закладу вищої освіти. Саме тому ця тема і досі на часі, вона актуальна та вимагає подальшого вивчення, особливо через призму закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання.

Об'єкт дослідження: адаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти.

Предмет дослідження: психологічні чинники адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти.

Мета: провести теоретико-експериментальне дослідження особливостей адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти.

Завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття адаптації, визначити особистісні аспекти дезадаптації першокурсників, її причини та проблеми.

2. Дослідити вплив особистісних характеристик на адаптацію першокурсників до навчання у ЗВО..

3. Розробити психокорекційну програму для подолання дезадаптації першокурсників.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що особистісні характеристики впливають на процес адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у закладах вищої освіти.

Методи дослідження:

теоретичні: теоретичний аналіз, синтез, абстрагування, класифікація та систематизація;

емпіричні: тест впевненості в собі (В. Ромек); опитувальник PEN (Ганс і Сіблла Айзенк); методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ); методика визначення рівня тривожності Тейлора; тест на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки».

Теоретичне значення роботи полягає в систематизації теоретичного матеріалу щодо процесу та чинників адаптації, поглибленні наукових знань про особистісні чинники, їх місце і роль у пристосуванні студентів-першокурсників до умов навчального середовища у закладах вищої освіти.

Практичне значення дослідження полягає у використанні результатів дослідження з метою оптимізації процесу адаптації студентів першого курсу до нових умов навчання, подоланні дезадаптації; отримані в результаті дослідження дані та сформульовані висновки можуть бути застосовані у практичній освітній діяльності для покращення та вдосконалення роботи науково-педагогічного колективу закладу вищої освіти.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (53 найменувань), 1 додатку.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

1.1. Поняття психологічної адаптації у сучасній психології

Адаптація у науковій літературі розглядається як певний процес вступу в гармонію з навколишнім середовищем, з одного боку у здібностях розрізняти суб'єктивні образи, а з іншого з власними унікальними психологічними особливостями, а також уміння ефективно впливати на зовнішнє середовище [2].

Людина може пристосовуватись до свого внутрішнього світу та досягати певної гармонії з самою собою, в тому випадку, коли вона є адаптованою до умов зовнішнього середовища. І навпаки, людина здатна задовольняти вимоги зовнішнього середовища лише при умові, що вона також є адаптованою до свого внутрішнього світу та є в гармонії з самою собою. То можна сказати, що адаптація ніколи не досягається один раз і назавжди [22].

К. Юнг описував у своїй типологічній моделі два абсолютно різних типи адаптації – це екстраверсія та інтроверсія. Тому він зв'язував виникнення неврозу із порушенням адаптації. Аналітична психологія та біологія пов'язані між собою одним центральним поняттям – адаптація. Тому в свою чергу в понятті адаптація є пасивні та активні ключові компоненти, які важливо відрізнити від пристосованості, яка є в основному пасивним аутопластичним феноменом [15].

На думку науковців класичного психоаналізу, новонароджена дитина задовольняє свої бажання та потреби опираючись лише на принцип насолоди не зважаючи на зовнішню реальність. Адаптація в такому випадку може розглядатись як функція яка розвивається ззовні та як результат фрустрації, який переживається цією дитиною. Але також існує інша думка, що немовля

народжується вже адаптованим до зовнішнього середовища, і відповідно процес адаптації є ускладненим з постійним набуттям досвіду [27].

Одним із аспектів психічної адаптації є соціально-психологічна. Вона забезпечує формування міжособистісних адекватних стосунків, організацію мікросоціальної взаємодії, враховує деякі аспекти зовнішнього оточення та досягання важливих соціальних цілей [3].

Психофізіологічним є поняття адаптації, оскільки адаптаційні процеси відносяться до фізіологічної та психічної сфери та є невід'ємними і взаємозалежними під час пристосування індивіда до зовнішніх умов які динамічно змінюються у процесі його розвитку.

Психофізіологічна адаптація характеризується як певний процес, який спровокований зміною психофізіологічного самопочуття особистості під дією дезадаптаційних факторів. Для коректної та ефективної роботи функціональних підсистем на всіх рівнях в нових умовах, важливо координувати роботу та взаємодіяти одночасно загальному «психофізіологічному стану» [2].

Як вважав С. Шапкін, психофізіологічна природа процесу адаптації втілюється у таких провідних компонентах:

- активізація;
- пізнання;
- емоційність;
- мотиваційно-вольові процеси [22].

Психосоціальний процес адаптації вивчається науковцями на трьох структурних рівнях:

- внутрішньо-особистісна адаптація - бажання збалансувати внутрішні позиції та їх оцінку зі сторони інших індивідів та досягнути гармонії;
- адаптація у мікросередовищі – дослідження даного процесу дає можливість з'ясувати основи конфлікту особистості із малою соціальною групою;

- адаптація у макросередовищі – дослідження даного рівня виявляє процес адаптації індивіда в різних аспектах суспільства.

Толерантну та продуктивну адаптації виділяють у загальній системі адаптації. Толерантна адаптація – сформованість орієнтирів, здатність задовільнити свої естетичні почуття, прагнення зберегти здоров'я та фізичну активність (показниками нормальної адаптивності в повсякденному житті є дружні та поважні стосунки) [2].

Продуктивна адаптація є фактором соціальної адаптації, тому психосоціальні, біофізіологічні аспекти розвитку завжди мобілізуються всередині особистості [4].

Психічне явище, яке пов'язане із зміною психіки до нових вимог зовнішнього середовища називається психологічною адаптацією. Його основним механізмом є процес руйнування старих динамічних стереотипів та формування нових. Проблеми в процесі даного виду адаптації можуть зменшити ефективність психічної діяльності та призвести до психічних розладів. На думку Н. Побірченка, це явище є процесом адаптації індивіда до змін навколишніх умов життя шляхом психічних, фізіологічних та соціальних реакцій, які спрямовані на утворення передумов для звичного функціонування в незвичних умовах [25]. Тому, можемо сказати, що адаптація – це проблематичний процес взаємодії, який має багато чинників, та який має взаємодію між вимогами середовища, рівнем розвитку особистості та здібностями і відповідно є результатом всього цього процесу.

Науковець Н. Ничкало вважає, що психологічна адаптація – це сукупність властивостей, пов'язаних із стійкістю особистості до умов середовища та ступенем її адаптації [33]. Психологічна адаптація є двостороннім явищем і відповідно об'єктом дослідження є не особистість чи середовище, а взаємодія між ними. Даний процес протікає безперервно, хоча здебільшого пов'язаний із кардинальними змінами соціального середовища та особистого життя.

Психологічна адаптація – це глобальний показник стану людини, \\\ можливість виконувати певні біологічно-соціальні функції: повноцінно розуміти зовнішнє середовище, комунікувати з іншими індивідами, забезпечувати взаємо- та самообслуговування в родині та робочому колективі, змінювати свою поведінку в залежності від нових рольових очікувань. Необхідною умовою трансформаційного процесу особистості у зрілого та активного члена суспільства є психологічна адаптація. Але при цьому відбувається процес адаптації мікро та макросередовища до індивідуальних потреб, характеру та інтересів особистості. Індивід та соціум є як суб'єктом так і об'єктом адаптаційного процесу. Емпатія, рефлексія, зворотній зв'язок та інші механізми забезпечують психологічну адаптацію особистості.

Психологічні адаптації можна класифікувати за типами на основах: ступеня, спрямованості, якості адаптації та локалізації процесу адаптації. За цими критеріями психологічна адаптація вважається позитивним та негативним явищем. Адаптивність індивіда проявляється в самосвідомості, відповідальності, емоційних станах, впевненості, самоповазі, задоволеності, врівноваженості тощо [32].

Тому, з одного боку, психологічна адаптація – це процес вступу у взаємодію із зовнішнім світом, що є його власними неповторними психологічними особливостями, а з іншого, вона проявляється як здатність впливати на суб'єктивні та зовнішні образи та навколишнє середовище ефективно. Тому ми можемо розуміти, що психологічна адаптація є аспектом психічної адаптації, яка відповідає за формування відповідних міжособистісних стосунків, організацію суспільної взаємодії та враховує усі аспекти зовнішнього середовища для досягнення важливих соціальних цілей.

1.2. Особливості психологічної адаптації студентів-першокурсників у закладах вищої освіти

Особливо важливим етапом життя людини є період, який пов'язаний із освоєнням професійної діяльності, таким є навчальний процес у закладі вищої освіти. Вступ до професійної діяльності вимагає від студентів не лише наполегливого освоєння засобами професійної діяльності, а й загального самоусвідомлення та перебудови свідомості. Незалежно від специфіки навчального середовища, здобувач вищої освіти має доступ до більшої кількості інформації про сферу діяльності, яку йому необхідно сприйняти та відтворити.

Під час навчання у вищих навчальних закладах молодь зіштовхується з певними проблемами, які є пов'язані зі стартом дорослого самостійного життя. Неодмінне вирішення усіх цих проблем вимагає внутрішньої самоорганізації, тайм менеджменту, мотивує процес роботи для з'ясування та аналізу цінності життя та подальших планів на майбутнє життя. Як зазначає науковець І. Бех, ця зміна настільки складна для погано підготовлених, що може потягнути за собою як наслідок формування різноманітних психологічних захистів та до зміни професійних уявлень [5].

Вияви факторів розвитку особистості студента повинні підтримувати підвищення результативності процесу формування особистості на етапі здобування освіти, дозволяючи з першого дня навчання у закладі вищої освіти інтегруватися в різноманітні спільноти, при цьому гарантуючи подальший успіх та професійний ріст. Початковий етап профпідготовки здобувачів вищої освіти – це процес адаптації студентів до умов навчальних закладів, формами спілкування та дозвілля, оволодіння новими формами діяльності.

Науковцем К. Сантросяном було виділено три етапи адаптації студента:

- психофізіологічні реакції (вдома від випускних екзаменів через ЗНО, наявність емоційного напруження)
- стрес (перша екзаменаційна сесія у закладі вищої освіти, яка супроводжується емоційним напруженням та погіршенням загального стану здобувача вищої освіти)
- на даному етапі психологічна напруга зменшується, оскільки вона супроводжується вже подальшим начанням та здачую всіх наступних екзаменів [40].

Дослідники Л. Вяткін, Л. Космогорова, Т. Леонтєва, Ж. Філіпова узагальнили у своїх наукових працях практичний досвід багатьох викладачів з проблеми адаптації до нових умов навчального процесу. Зокрема вони виділяють навчально-професійних, педагогічний та соціально-психологічні фактори адаптації здобувачів вищої освіти до навчання у закладах вищої освіти.

Науковці встановили, що вкінці навчального дня здобувачі вищої освіти відчують втому. Була також наведена динаміка процесів адаптації впродовж тижня, і було встановлено, що всередині цього періоду присутньою є гіперкомпенсація. Тому це може повторюватись під час навчального року. Також було виявлено, що знижується розумова працездатність від занять практичного типу, аніж від лекційного [42; 46].

Адаптація є невід'ємною частиною механізму соціалізації, що являє собою серію пристосувань індивіда до різних життєвих ситуацій, під час отримання та накопичення соціального досвіду та засвоєння соціальних норм та цінностей. Головною умовою і механізмом життєдіяльності індивіда Н. Лукашевич вважає адаптацію та назвав ознаки її багатогранності:

- сприяти розвитку особистості та покращенню навколишнього середовища;
- адаптація є обов'язковою умовою та засобом покращення взаємодії індивіда з соціальним та природним середовищем;

- адаптація є необхідною, коли особистість оволодіває будь-якою діяльністю;
- формування соціальної сутності особистості шляхом пристосування [29].

Тому можемо сказати, що адаптація – це складне явище соціальних умов, яке характеризується єдністю різних рівнів диалектичних протилежностей у пристосуванні до поведінки індивіда: психологічного, біологічного та соціального, причому останній відіграє домінуючу та вирішальну роль.

Особливим та важливим етапом розвитку особистості, який спровокований специфічними умовами життя є період студентських років. У зв'язку з невідповідністю власних очікувань здобувачів вищої освіти та реально існуючих умов, виникає ряд проблем, які пов'язані з адаптацією до нового життєвого середовища. Окрім цього, існують суперечливі питання між інтелектуально-творчим та особистісним потенціалом здобувачів вищої освіти та можливістю реалізації навчальними закладами в конкретних умовах навчання. Дані можливості можуть обмежуватись у зв'язку з проблемами організації фінансового, організаційного чи психологічного характеру.

Усі першокурсники проходять процес адаптації до нових умов здобування освіти, але терміни адаптації залежать лише від особистості здобувача вищої освіти. Не всі фактори, що впливають на особистість здобувача вищої освіти позитивно впливають на успішність процесу адаптації.

Науковець В. Стрельцова визначила декілька стандартів адаптації студентів:

- стандарт соціально-психологічної адаптації відображає емоційний стан здобувача вищої освіти, міжособистісні стосунки та морально-психологічну атмосферу в навчальній групі;
- стандарт соціальної адаптації підкреслює адаптивність здобувачів вищої освіти до закладу вищої освіти як соціального інституту, дає їм

розуміння їхньої ролі у соціальній діяльності та ставлення до суспільного життя;

- стандарт професійної адаптації відображає мотивацію здобувачів вищої освіти до вибору спеціальностей, ступеню підготовки до виконання своїх професійних завдань та ступеню реалізації їх навичок та знань [42].

У науковій літературі розглядаються декілька форм адаптації здобувачів вищої освіти:

- психосоціальні процеси внутрішнього об'єднання здобувачів вищої освіти та об'єднання навчальної групи з оточенням загалом. В даному випадку основною функцією адаптації є сприйняття особистісних цінностей та норм нового середовища, типів соціальної взаємодії, формальних та неформальних відносин і форми навчальної діяльності;

- формальне пізнання та інформаційна адаптація до нового середовища, закладу вищої освіти, розуміння мети навчання в даному закладі та своїх обов'язків в ньому;

- педагогічний процес підготовки до нових методів та форм начально-виховної роботи у закладах вищої освіти, які першочергово віддзеркалюють інтелектуальні здібності першокурсників [43].

Як ми вже раніше зазначали, не усі здобувачі вищої освіти однаково проходять адаптаційний період. Тому, за рівнем активності індивіда, процес адаптації можна поділити на активний та пасивний [1].

Для успішної соціалізації важливим компонентом є активна адаптація. Тому здобувачі вищої освіти будують свою діяльність і відносини з іншими індивідами на основі норм та цінностей нового суспільного середовища в яке вони вступають. Крім того, у них можуть виникнути нові цілі, які повністю самореалізуються в новому суспільному середовищі [52].

І навпаки, пасивна адаптація заснована на принципі «Я такий, як усі» і притаманна першокурснику. В даному випадку він приймає норми та цінності цього принципу, а не намагається щось змінити, навіть якщо це під

силу. Тому проявом пасивної адаптації є прості цілі та прості види діяльності [52].

Дослідниця В. Семиченко запропонувала ідею системного вивчення процесу адаптації. Вона базується на думці, що ефективність адаптаційних процесів індивіда залежить від схильності особистості до інтеграції. Тому, ми можемо сказати, що загальний процес адаптації – це складне явище з певною структурою, яке містить в собі багато самостійних процесів. Кожна з них обслуговує конкретні системи, що виникають в індивідів з відповідними зв'язками, та всукупності мають конкретний структурний компонент [42]. І тому на думку дослідниці, конкретний компонент адаптації є певною системою, яка містить в собі:

- особливі індивідуальні властивості, які можуть відповідати або не відповідати вимогам;
- зовнішні умови та об'єктивні явища;
- стосінки індивіда з певним явищем [43].

З ціллю успішної адаптації здобувача вищої освіти до навчального процесу, повинен бути створений спрямований вплив на особистість із врахуванням усіх важливих факторів, які вподальшому будуть корегуватись підчас адаптаційного процесу. Тому наслідком саме такого підходу буде збільшення соціальної активності, самореалізація різноманітних запитів, ініціативність та більша самостійність [42].

Поза навчальна діяльність здобувачів вищої освіти є основою для створення покращеного середовища для швидшої позитивної адаптації. Тому вона має найкращу та найбільшу адаптаційну здатність. Поза навчальна діяльність повинна організовуватись та здійснюватись у стінах навчального закладу, та повинна бути спрямованою на створення нових умов одержання інформації, налагодження міжособистісних зв'язків, корекцію та формування цінності іншої особистості, розвитку відчуття єднання групи та ін. [42].

Соціальна адаптація має в основі прийняття індивідом групових правил та норм життя. Рівнями соціальної адаптації здобувача вищої освіти є

усвідомлення себе членом навчальної групи, адекватне налагодження міжособистісних взаємовідносин з іншими членами групи, задоволеність своїм становищем у групі, формування та розвиток комунікативних здібностей.

Здобувачі вищої освіти повинні адаптовуватись до нового суспільного середовища та нових умов діяльності та життя. Під час даного пристосування їх потрібно впоратись із різноманітними об'єктивними та суб'єктивними проблемами, які виникають в ході цього процесу. Різкі зміни в їхньому середовищі, побутові умови, зміна кола спілкування сильно впливають на процес адаптивності індивіда, і як наслідок може потягнути за собою негативне самопочуття та знищення раніше сформованих стереотипів [4].

Дослідниця Л. Кондрашова визначила основні три етапи адаптації здобувачів вищої освіти відповідно до часових орієнтирів:

- первинний етап – від початку навчання і орієнтовно до завершення першого семестру – психічна реакція організму індивіда на нові умови навчання та життя;
- вторинний етап – триває до середини другого семестру – перебудова пристосувальних механізмів та психічних процесів;
- завершальний етап – триває до кінця першого курсу – виникнення міцної адаптації.

Але варто зауважити, що у третини здобувачів вищої освіти не відбувається повний процес адаптації до умов навчального закладу [23].

Нажаль, увесь адаптаційний процес не проходить автоматично. Тому, навіть при завершенні навчання у закладі вищої освіти, можна зустріти людей, які так і залишились на первинному або вторинному етапі адаптації.

1.3. Чинники успішної адаптації студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти

Розглядаючи психологічну адаптацію першокурсників, можна вказувати на поняття «чинники адаптації», що стосується проблеми детермінації адаптаційного процесу. Під чинниками адаптації розуміють умови, які впливають на значення показників адаптації [37]. Деякі автори уточнюють, що під чинником адаптації розуміють комплекс умов, які визначають вид, характер та результати адаптації.

Проблема визначення її механізмів, чинників та критеріїв, за допомогою яких процес адаптації може бути прискорений і соціально корисно спрямований є найбільш актуальним із теоретичних і практичних завдань адаптації. Як зазначає М. Скубій, у випадку, коли адаптація розглядається як процес, мова повинна йти про її чинники, сукупність умов або обставин, які визначатимуть результат. Про критерії або показники говорять якщо ж аналізується результат цього процесу [9].

Серед чинників адаптації виділяють об'єктивні і суб'єктивні. Об'єктивні чинники визначають зовнішні соціальні умови формування особистості, тобто умови життєдіяльності й засоби, під впливом яких формуються ті чи інші риси особистості. Вони поділяються на загальні та специфічні. Так, загальні об'єктивні чинники діють на рівні суспільства в цілому, на макрорівні, що визначає характер і загальні напрями соціалізуючих впливів на людину. Специфічні чинники діють на рівні окремих соціальних структур суспільства [15]. До них необхідно віднести професійне середовище, в якому відбувається професійна діяльність людини, формується її суспільно значимий характер.

Дія суб'єктивних чинників пов'язана з тим, що в процесі адаптації людина не лише пристосовується, але і займає активну, творчу позицію, зумовлену виробленою системою ціннісних орієнтацій, настанов.

Як зазначає А. Філіпов, на процес адаптації впливають:

– чинники середовища, до яких здійснюється адаптація (робоче місце, технологічний процес, зміст виробничих завдань, підвищення кваліфікації);

– індивідуально-особистісні чинники, безпосередньо пов'язані з особливостями самого адаптанта (переадаптаційний рівень знань, умінь і навичок, характер мотивації, яка визначає ставлення до професійної діяльності, індивідуально-психологічні властивості особистості);

соціально-психологічні чинники (соціально-психологічний клімат колективу, наявність групових норм, стиль міжособистісної взаємодії у групі) [21].

Поряд з об'єктивними чинниками, що визначають загальний напрям адаптації, і чинниками, специфічними для конкретного середовища (матеріально-технічна база, наявність житла, побутові умови), є такі, дія яких проявляється крізь функціонування адаптувального середовища і наявність чи відсутність яких залежить від нього. Такі чинники є об'єктивними відносно особистості, але суб'єктивними стосовно середовища адаптації [31].

У процесі адаптації діють соціально-психологічні, соціально-економічні, соціально-демографічні, соціально-психологічні, психофізіологічні та інші чинники, суб'єктивні й об'єктивні, соціальні й особистісні, природні, чинники діяльності, технологічні, внутрішні (що лежать усередині системи «індивід – середовище – професія») і зовнішні (що знаходяться за межами цієї системи), основні (домінуючі) і другорядні; специфічні; чинники колективу; чинники розвитку тощо. Ступінь інтенсивності та тривалості, взаємозв'язані між собою, діють як єдине ціле, як система взаємообумовлених обставин, в якій існує субординація й координація цих чинників, по-різному впливають на успішність адаптації та її результат [42].

В. Семиченко виділяє наступні чинники, що поглиблюють труднощі адаптаційного періоду на індивідуальному рівні, а саме:

– відсутність умінь і навичок самореалізації, несформованість умінь здійснювати психічну самореалізацію поведінки й діяльності;

– нездатність усвідомлювати вимоги до рівня інтеграції діяльності, адже нова система міжособистісних стосунків з оточуючими не може бути засвоєна відразу;

– особистісна схильність фіксуватися на негативних сторонах повсякденного життя: помисливість, зосередженість на своїх моральних, інтелектуальних, вольових недоліках, які посилюються у світлі нових соціальних вимог;

– розлука з родиною, людьми звичайного кола. Гострота переживань поглиблюється побутовими труднощами, незадовільним матеріальним становищем;

– болісні сумніви у правильності вибору професії внаслідок відсутності необхідних стимулів праці, розбіжності між раніше сформованою ідеальною моделлю діяльності та її реальним характером, недостатня психологічна підготовленість до навчальної діяльності у ЗВО тощо;

– незадовільні стосунки з колегами, відсутність позапрофесійного спілкування, зниження можливостей у встановленні неформальних зв'язків, що посилює переживання, пов'язані з навчальними невдачами;

– відсутність спрямованості на конструктивне подолання труднощів [43].

За О. Кокуном, на успішність адаптації впливають дві групи чинників: суб'єктивні чинники та чинники середовища. До першої групи належить вік, стать, фізіологічні й психологічні характеристики людини. До другої – умови праці, режим і характер діяльності, особливості соціального середовища [22].

І. Медведєв додає до цих груп комплекс природних адаптогенних чинників. За його словами, соціальні чинники зумовлені типом діяльності, яка була виконана, та соціальних завдань, що стоять перед особою. А стан процесів і внутрішні умови виконання діяльності є третьою групою чинників, що забезпечують адаптацію [20].

Аналіз наукової літератури дає змогу умовно виокремити чотири підходи до аналізу чинників адаптації:

- 1) аналіз одного конкретного чинника;
- 2) аналіз декількох чинників (без подальшого об'єднання їх у групи);
- 3) аналіз груп чинників;
- 4) системний підхід до аналізу чинників [17].

Представники першого підходу акцентують свою увагу на виділенні якогось окремого чинника, що впливає на процес адаптації, наприклад, сугестивності (С. Дохолян) або утворення (А. Кирильцева).

Аналіз аналогічних досліджень (С. Марковкіна) показав, що виділення конкретного чинника не дає і не може дати повної картини умов, що безпосередньо впливають на адаптаційний процес.

Однак і просте перерахування безлічі чинників, наприклад, таких як енергетичний потенціал, характер та інтенсивність мотивації досягнення, механізми інтеграції поведінки, досягнення соціально значущих цілей, наявність підтримки в та інші, не дозволяє розкрити природу явища. Тому, як правило, після певного переліку чинників слід вказати на те, що це приблизний набір, який згодом може бути доповнений. До того ж представники другого напрямку не аналізують взаємозв'язки між виділеними чинниками. А ця інформація могла б дати додаткові відомості про проблеми детермінації процесу адаптації.

Оскільки неможливе виділення одного конкретного чинника або переліку чинників, низка дослідників робить спробу об'єднати всі наявні чинники в групи. Існує декілька класифікацій груп чинників адаптації: зовнішні та внутрішні; суб'єктивні та об'єктивні; провідні й тимчасові; індивідуальні та групові; глобальні (соціально-економічний і політичний устрій суспільства) і регіональні (природно-кліматичні, ступінь розвитку соціально-побутової інфраструктури, ступінь напруженості балансу трудових ресурсів); особистісні, виробничі та ті, що знаходяться за межами виробництва.

Ґрунтуючись на емпіричному вивченні адаптації особистості в колективі, Ш. Георгієва пропонує наступні набори внутрішніх і зовнішніх

чинників: до внутрішніх належать соціально-демографічні характеристики учасників дослідження (стать, вік, сімейний стан, наявність дітей тощо), ціннісні орієнтації особистості, її психологічні властивості; до зовнішніх – комплекс параметрів, пов'язаний з видом діяльності групи, – це специфічні характеристики діяльності і пов'язані з ними особливості соціальної організації колективу [12].

Змістовний аналіз виділених чинників показав, що традиційний підхід до адаптації визначив їх значимість в адаптаційному процесі. Вивчення переважно зовнішніх чинників зумовлено традиційним розумінням адаптації як пристосування до впливів ззовні, як результату дії сторонніх сил, а не власних потенцій людини [12].

Водночас, не можливо ігнорувати важливість внутрішніх чинників, оскільки одні й ті самі зовнішні впливи по-різному переломлюються через внутрішній світ особистості. Аналіз групи внутрішніх чинників, як правило, вівся з точки зору виділених особливостей, властивих конкретному суб'єкту, і спроб типологізації індивідуальних відмінностей. [12].

Близьку до класифікації І. Георгієвої пропонує І. Вершиніна, яка виділяє наступні групи чинників:

- особистісні (демографічні характеристики, стаж, тривалість проживання в місті, життєвий досвід, психологічні характеристики, соціально-професійна спрямованість;
- виробничі (умови праці, організація праці, комплекс побутових умов, заробітна плата, можливості зростання, ступінь зрілості виробничого мікроклімату);
- чинники, що лежать за межами виробництва (система профорієнтації і профвідбору, система підготовки і розподілу кадрів, стан трудових ресурсів, рівень розвитку соціально-побутової інфраструктури регіону).

По суті, І. Вершиніна веде мову про ті ж внутрішні й зовнішні чинники адаптації. Різниця полягає в тому, що в її працях внутрішні чинники постають як особистісні, а зовнішні – як виробничі й невиробничі [12].

Іншою, менш поширеною класифікацією чинників адаптації є розподіл на провідні й тимчасові. Провідні діють протягом усього процесу адаптації, а тимчасові справляють частковий вплив на цей процес. Таке суворе і безумовне розмежування дії чинників у часі не відповідає дійсності, оскільки є просто чинники, які набувають певну значимість у зв'язку з актуалізацією потреб. Інакше кажучи, чинники є важливими не самі по собі, а лише в момент актуалізації відповідної потреби. [18].

Четвертий підхід пов'язаний із виділенням чинників-комплексів. Так, П. Кузнецов виділяє сім таких комплексних чинників, що впливають на успішність адаптації: економічний (матеріальний), самозбереження, регулятивний, відтворювальний, комунікативний, когнітивний і самореалізації. Кожен комплексний чинник містить низку часткових чинників [10].

Економічний (матеріальний) – об'єднує чинники, пов'язані з отриманням засобів для існування (заробітна плата, приробіток, нетрудові доходи, виплати, матеріальні стимули, доступ до дефіциту).

Самозбереження – передбачає чинники, пов'язані з реалізацією безпеки існування: фізичної та економічної (загроза життю і здоров'ю, можливість втрати джерела існування, притягнення до кримінальної відповідальності).

Відтворювальний – містить чинники, що відображають реалізацію сексуальних потреб людини, включаючи сексуальні стосунки, створення сім'ї, продовження роду (сексуальний партнер, шлюбний партнер, діти).

Комунікативний – включає чинники, пов'язані з реалізацією потреб людини у спілкуванні (глибина спілкування, коло спілкування, положення в групі).

Когнітивний – містить чинники, що відображають реалізацію пізнавальних потреб (освіта, кваліфікація, інтелект, світогляд).

Самореалізація – найбільш складний комплексний чинник, який може містити будь-який з перерахованих вище чинників за умови, що реалізація потреби, яку вони відображають, набуває для людини особистісної цінності.

Комплексний чинник самореалізації визначається через поняття «творення», «досягнення», «майстерність», «влада», «авторитет», «престиж» [10].

Отже, виділені комплексні чинники відповідають основним потребам людини. Перші чотири характеризують потреби, які по мірі задоволення втрачають свою актуальність – це нижчі потреби. Три інших чинники характеризують вищі потреби. Задоволення цих потреб викликає відчуття радості протягом усього часу, коли ця потреба задовольнялася.

Запропонована П. Кузнецовим класифікація чинників найбільш повно репрезентує систему чинників, які здійснюють комплексний вплив на успішність адаптації, і має ряд переваг порівняно з іншими підходами. Головна перевага цієї класифікації полягає у спробі реалізації системно-комплексного підходу до вивчення такого складного і неоднозначного явища, як психологічна адаптація. Перевагу цього підходу вбачаємо також у тому, що виокремлені чинники розглядаються не самі по собі, а в контексті потреб людини.

Висновки до першого розділу.

Психологічна адаптація в науковій літературі розглядається через процес взаємодії середовища з особистістю, у процесі якого психіка активно пристосовується до умов соціального та фізичного середовища. Сама адаптація безпосередньо пов'язана з адаптивною ситуацією, яка формується через впровадження змін у середовищі соціуму чи перетікання з одного середовища в наступне, інше для людини, в той час коли звичні установки та стереотипи сприймання та поведінкові настанови, ціннісні орієнтації людини стають менш ефективними.

Феномен адаптації здобувачів вищої освіти до умов у закладах вищої освіти ґрунтується на процесі взаємодії соціального середовища освітнього закладу безпосередньо з людиною. Він спрямований на імплементацію здобувача вищої освіти в новий для нього тип діяльності. Також відіграє значну роль пристосування його до інших умов середовища закладу вищої освіти.

Сам процес адаптації вимагає серйозного психологічного супроводження та формування відповідних позитивних умов освітнього простору. Також передбачає реалізацію різноманітних векторів соціальної та виховної роботи зі здобувачами. Тому можемо виокремити наступні особливості адаптації здобувачів вищої освіти першого курсу:

- Соціальне оточення та можливість досягнення значимої соціальної мети;
- Формування відповідних позитивних міжособистісних стосунків;
- Взаємодія з оточуючим світом;
- Шанси пояснювати події сучасності та минулого, а також самого себе через призму подій, що відбуваються;
- Уміння та навички;
- Стресостійкість;
- Пристосування до інших умов роботи;
- Тенденції та способи емоційних та поведінкових реакцій;

- Власні когнітивні стилі обробки інформації;
- Особистісні властивості особистості.

Адаптаційними чинниками вважають комплекс умов, які задають швидкість, етапи, тип та результати адаптації. В науковій літературі є декілька класифікацій адаптативних чинників, зокрема, внутрішні та зовнішні, об'єктивні та суб'єктивні, тимчасові та провідні, групові та індивідуальні, регіональні та глобальні, виробничі поза меж виробництва та особистісні чинники.

Ми опиратимемось у нашій роботі на дослідженнях П. Кузнєцова, що репрезентує систему чинників через рід суттєвих переваг у порівнянні з іншими. Вона виокремлює чинники матеріальний чи економічний, самореалізаційний, когнітивний, комунікативний, відтворювальний, регулятивний, самозбереження. Саме така градація дає змогу розглядати чинники адаптації через контекст особистісних потреб.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

2.1. Характеристика методів дослідження адаптації студентів-першокурсників до навчання

Відповідно до мети та завдань дослідження нами було обрано такі психодіагностичні методики: тест впевненості в собі (В. Ромек); опитувальник PEN (Ганс і Сібїлла Айзенк); методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ); методика визначення рівня тривожності Тейлора; тест на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки».

Тест впевненості в собі (В. Ромек) ми використовуємо для визначення рівня впевненості в собі як соціально-психологічної характеристики людини. Більшість із існуючих тестів впевненості спирається на суперечливе «поведінкове» розуміння впевненості як певної сукупності соціальних навичок. Одночасно передбачається існування самостійної якості впевненості як передумови цих навичок. Тест дає оцінки за трьома шкалами: шкалою загальної впевненості – невпевненості в собі, шкалою соціальної сміливості – боязкості, шкалою ініціативи у соціальних контактах – пасивності. [39].

Опитувальник PEN (Ганс і Сібїлла Айзенк) вимірює такі психічні властивості, як нейропсихічна лабільність, екстраверсія і психотизм. За його допомогою можна дослідити наявність таких рис особистості, як емоційно-вольова стабільність і віднесення темпераментів до класичних типів: холерик, сангвінік, флегматик, меланхолік. Опитувальник показує зв'язок між цими чотирма типами темпераментів і результатами факторно-аналітичного опису особистості [41].

Методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка дає змогу виявити емоційні перешкоди на шляху встановлення емоційних контактів. [50].

Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ), розроблений А. Маклаковим і С. Чермяніним, призначений для оцінки адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних та деяких психофізіологічних характеристик, що відображають узагальнені особливості нервово-психічного та соціального розвитку. В основу методики покладено уявлення про адаптацію, як безперервний процес активного пристосування людини до постійно мінливих умов соціального середовища і професійної діяльності. Ефективність адаптації значною мірою залежить від того, наскільки реально людина сприймає себе і свої соціальні зв'язки, співставляє свої потреби з наявними можливостями і усвідомлює мотиви своєї поведінки. Спотворене або недостатньо розвинене уявлення про себе веде до порушення адаптації, що може супроводжуватися підвищеною конфліктністю, порушенням взаємин, зниженням працездатності та погіршенням стану здоров'я [30].

Методика визначення рівня тривожності Тейлора призначена для виявлення рівня тривожності особистості [26].

Тест «Експрес-діагностика рівня самооцінки» визначає адекватність самооцінки та в подальшому дозволяє людині правильно співвідносити свої можливості й цілі, вибудовувати відносини з оточуючими, конструктивно поводитися в разі виникнення конфліктів [38].

2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Для емпіричного дослідження адаптації студентів-першокурсників до навчання у ЗВО були задіяні 43 студенти першого курсу Львівського державного університету внутрішніх справ. Після його проведення були отримані наступні результати.

За тестом впевненості в собі (В. Ромек): за шкалою впевненості в собі було виявлено, що 16 % студентів мають високий рівень впевненості в собі, 60 % – середній рівень та 24 % – низький рівень (рис. 2.2.1.); за шкалою соціальна сміливість: високий рівень – 19 %, середній рівень – 67 %, низький рівень – 14 % (рис. 2.2.2).

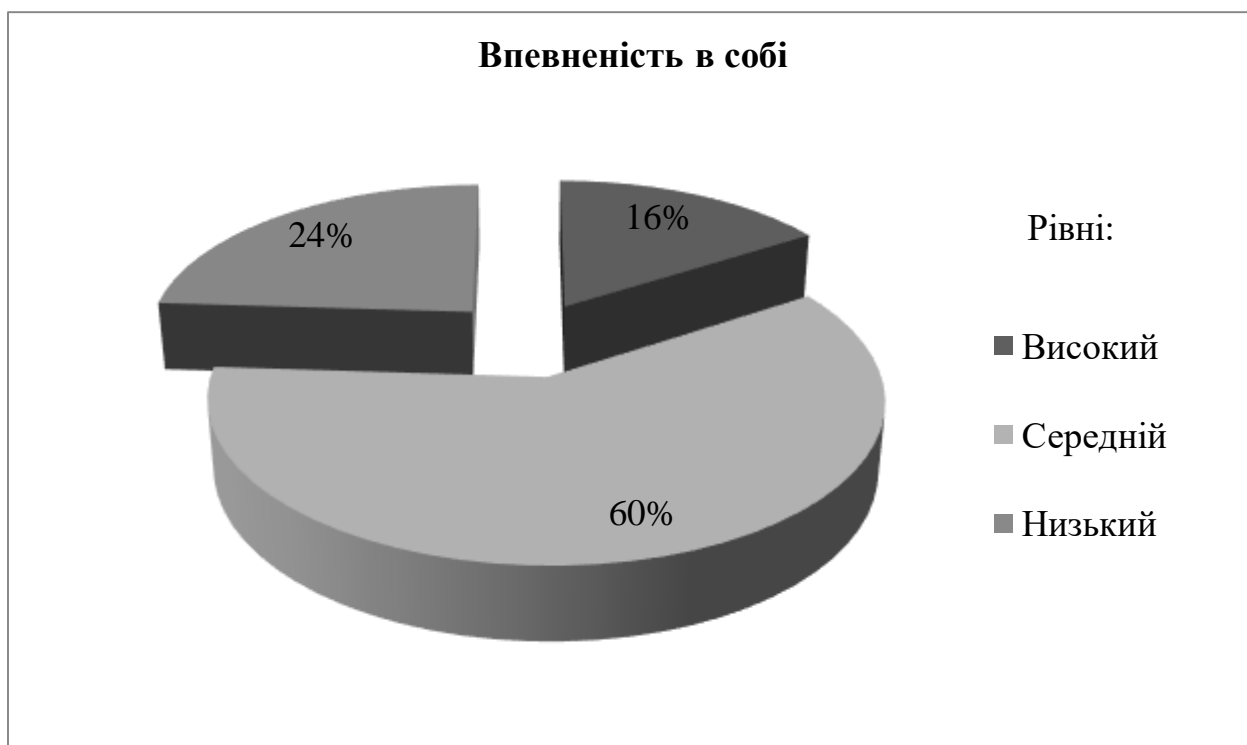


Рисунок 2.2.1. – Розподіл студентів за рівнями впевненості в собі (тест впевненості в собі В. Ромека)

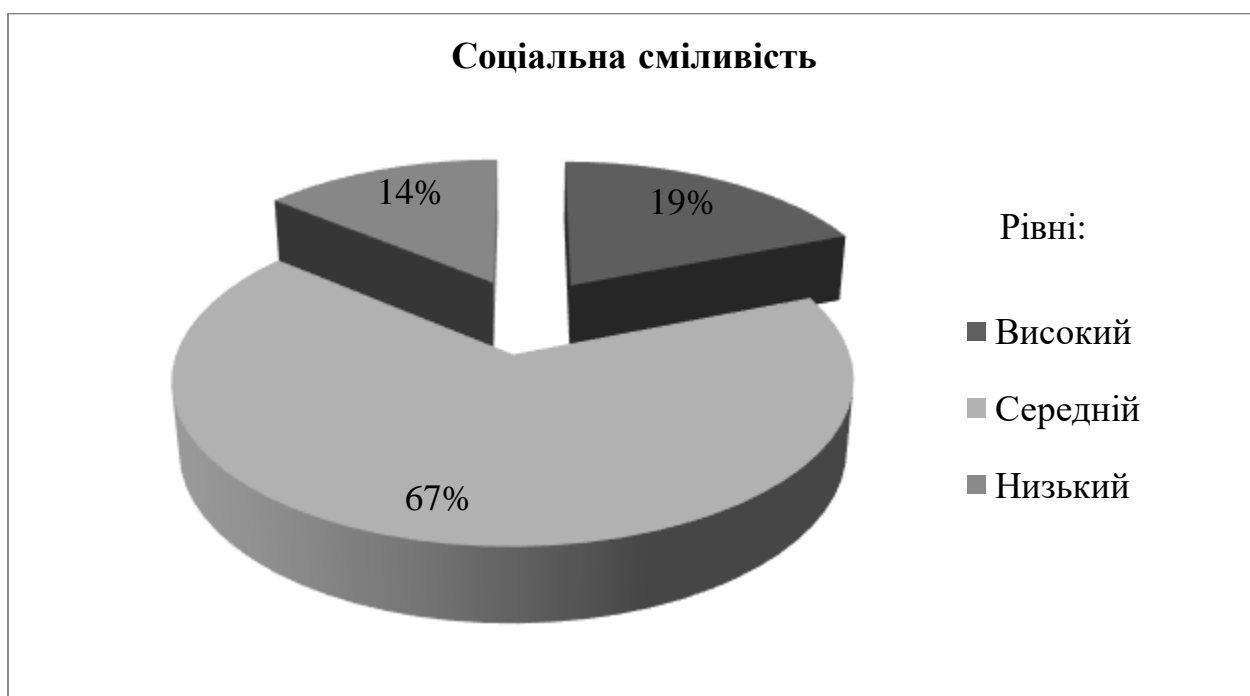


Рисунок 2.2.2. – Розподіл студентів за рівнями соціальної сміливості (тест впевненості в собі В. Ромека)

За шкалою ініціатива у соціальних контактах: високий рівень продемонстрували 24 % опитаних, середній рівень – 58 %, низький рівень – 18 % студентів (рис. 2.2.3).

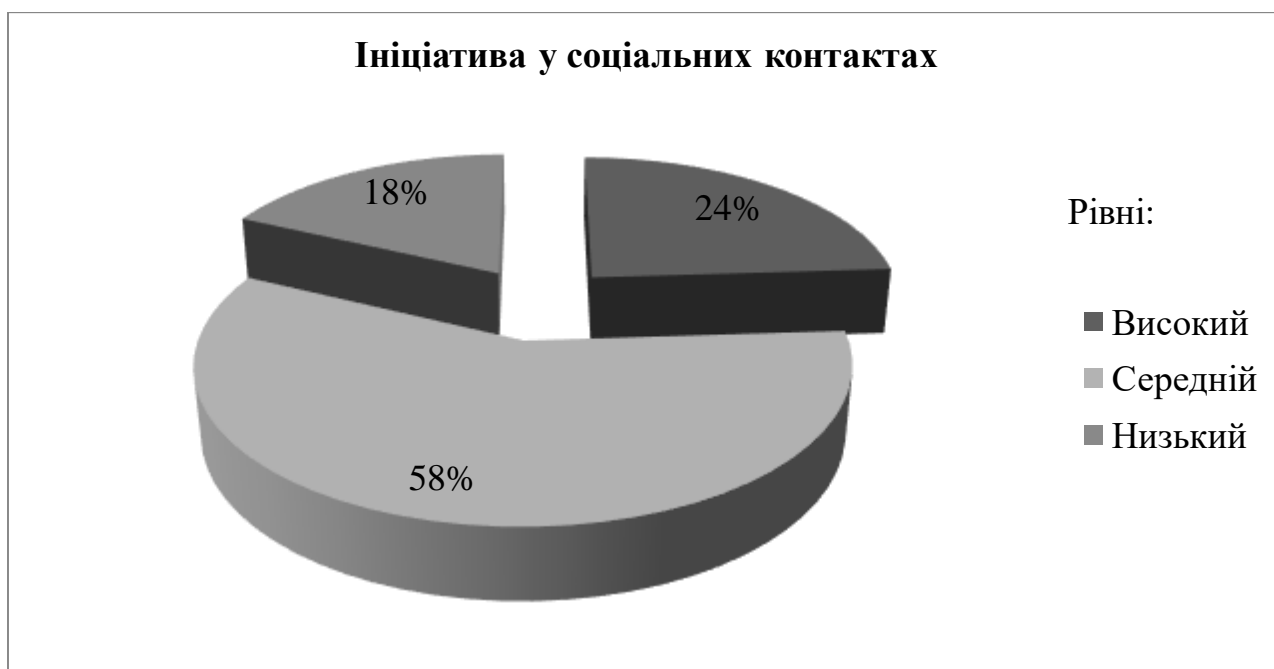


Рисунок 2.2.3. Розподіл студентів за рівнями ініціатива у соціальних контактах (тест впевненості в собі В. Ромека)

За опитувальником опитувальник PEN (Ганс і Айзенк) у респондентів були наступні показники: за шкалою психотизму: високий рівень – 24 %, середній рівень – 48 %, низький рівень – 28 % (рис. 2.2.4.);



Рисунок 2.2.4. Розподіл студентів за рівнями психотизму (опитувальник PEN (Ганс і Айзенк))

За шкалою нейротизму: високий рівень виявили 14 %, середній рівень – 35 %, низький рівень – 51 % опитаних (рис. 2.2.5.);



Рисунок 2.2.5. Розподіл студентів за рівнями нейротизму (опитувальник PEN (Ганс і Айзенк))

за шкалою інтроверсія – екстраверсія: екстраверти – 33 %, інтроверти – 67 % (рис. 2.2.6).



Рисунок 2.2.6. Розподіл студентів за шкалою інтраверсія – екстраверсія (опитувальник PEN (Ганс і Айзенк))

Методики визначення труднощів у встановленні контактів (В. Бойко) показала у респондентів такі результати за шкалами:

шкала «Невміння керувати емоціями, дозувати їх»: високий рівень – 9 %, середній рівень – 72 %, низький рівень – 19 % (рис. 2.2.7.);



Рисунок 2.2.7. Розподіл студентів за рівнями невміння керувати емоціями (методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка)

шкала неадекватне емоційне вираження: високий рівень – 9 %, середній рівень – 72 %, низький рівень – 19 % (див. рис. 2.2.8.);



Рисунок 2.2.8. Розподіл студентів за рівнями неадекватного емоційного вираження (методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка)

шкала «Домінування негативних емоцій»: високий рівень – 9 %, середній рівень – 67 %, низький рівень – 24 % (рис. 2.2.9.);



Рисунок 2.2.9. Розподіл студентів за рівнями домінування негативних емоцій (методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка)

шкала «Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій»: високий рівень – 20 %, середній рівень – 60 %, низький рівень – 20 % (рис. 2.2.10.);



Рисунок 2.2.10. Розподіл студентів за рівнями негнучкості, нерозвиненості, невиразності емоцій (методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка)

шкала «Небажання зближатися з людьми на емоційній основі»: високий рівень – 23 %, середній рівень – 54 %, низький рівень – 23 % (рис. 2.2.11.);



Рисунок 2.2.11. Розподіл студентів за рівнями небажання зближатися з людьми на емоційній основі (методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка)

За результатами методики визначення рівня тривожності Тейлора у 9 % опитаних високий рівень тривожності, у 6 % – середній з наближенням до високого, середній з наближенням до низького – 76 % та 9 % показали низький рівень (рис. 2.2.12.). Дуже високий рівень відсутній.

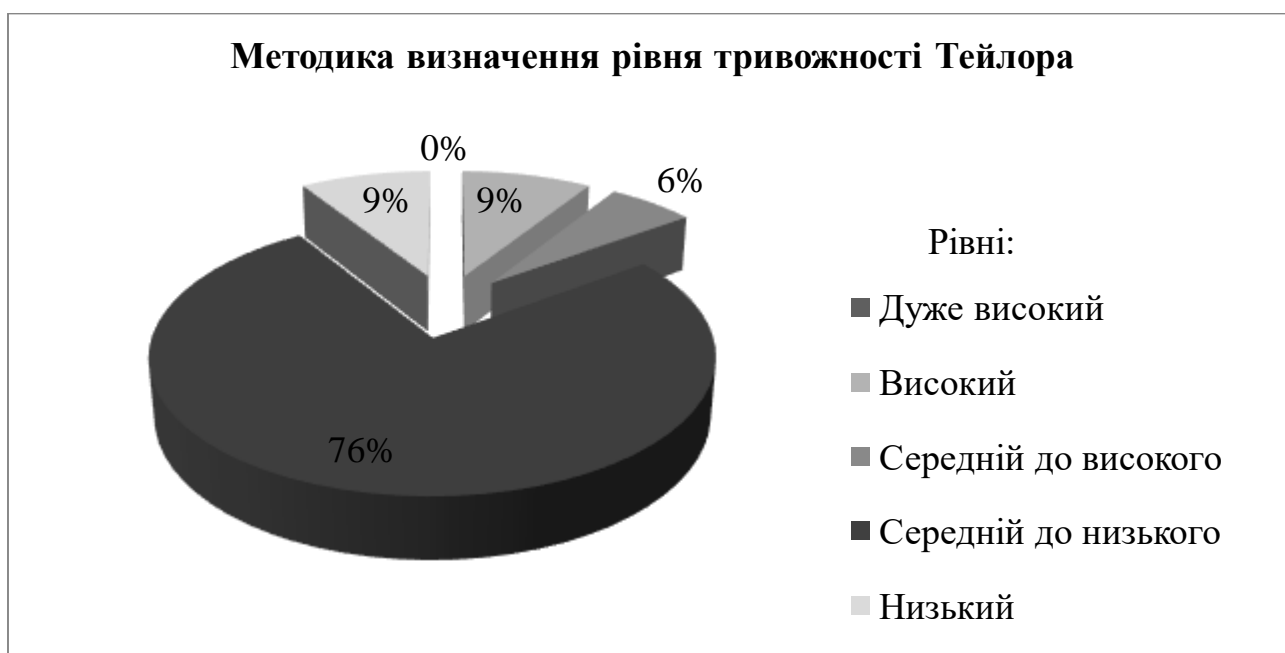


Рисунок 2.2.12. Розподіл студентів за рівнями тривожності (методика визначення рівня тривожності Тейлора)

За результатами тесту на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки» у респондентів виявлено: високий рівень – у 10 %, середній рівень – у 79 %, низький рівень – у 11 % студентів (рис. 2.2.13.).



Рисунок 2.2.13. Розподіл студентів за рівнями самооцінки («Експрес діагностика рівня самооцінки»)

Результати багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (МЛО-АМ):

шкала «Моральна нормативність (МН)»: високий рівень – 15 %, середній рівень – 67 %, низький рівень – 18 % (рис. 2.2.14.);



Рис. 2.2.14. Розподіл студентів за рівнями моральної нормативності (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ))

шкала «Комунікативні здібності (КЗ)»: високий рівень – 15 %, середній рівень – 67 %, низький рівень – 18 % (рис. 2.2.15.);



Рисунок 2.2.15. Розподіл студентів за рівнями комунікативних здібностей (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ))

шкала «Нервово-психічна стійкість (НПС)»: високий рівень – 1 %, середній рівень – 67 %, низький рівень – 18 % (рис. 2.2.16.);



Рисунок 2.2.16. Розподіл студентів за рівнями нервово-психічної стійкості (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ))

шкала «Адаптивні здібності (АЗ)»: високий рівень – 19 %, середній рівень – 58 %, низький рівень – 23 % (рис. 2.2.17.);



Рисунок 2.2.17. Розподіл студентів за рівнями адаптивних здібностей (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ))

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона на рівні значущості $p=0,01$ за шкалою «Психотизм» показав зв'язок зі шкалами: «Впевненість в собі» обернений зв'язок (-0,503), «Соціальна сміливість» обернений зв'язок (-0,569), «Ініціатива у соціальних контактах» обернений зв'язок (-0,617) (рис. 2.2.18.).

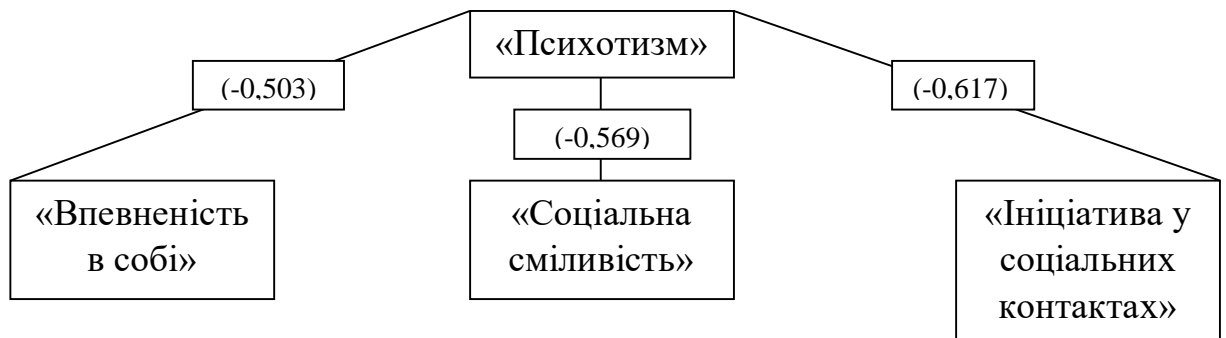


Рис. 2.2.18. Кореляційна плеяда

За шкалою «Нейротизм» отримали обернений зв'язок (-0,341) зі шкалою «Впевненість в собі» (рис. 2.2.19.).

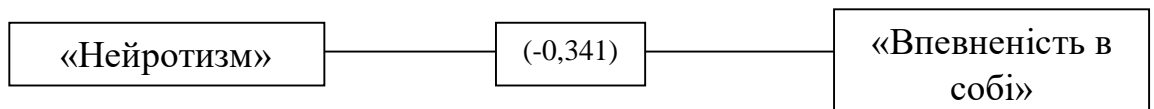


Рис. 2.2.19. Кореляційна плеяда

Шкала «Неадекватне емоційне вираження» показала зв'язки зі шкалами: обернений (-0,356) зі шкалою «Впевненість в собі», обернений (-0,225) зі шкалою «Соціальна сміливість», обернений (-0,227) зі шкалою «Ініціатива у соціальних контактах», прямий (0,207) зі шкалою «Нейротизм» (рис. 2.2.20.).

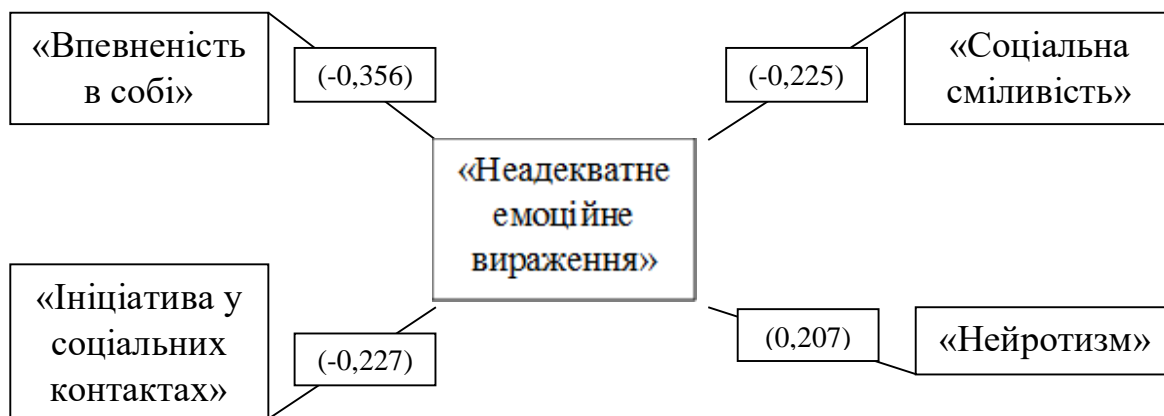


Рис. 2.2.20. Кореляційна плеяда.

За шкалою «Небажання зближатися з людьми на емоційній основі» отримали прямий зв'язок (0,204) зі шкалою «Нейротизм» (див. рис. 2.2.21.).

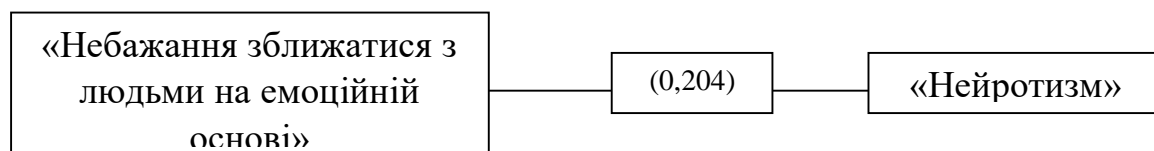


Рис. 2.2.21. Кореляційна плеяда

Шкала «Моральна нормативність» показала прямий зв'язок (0,227) з тестом на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки» (рис. 2.2.22.).

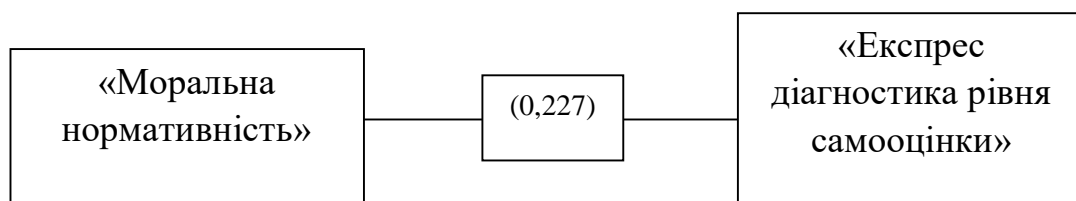


Рис. 2.2.22. Кореляційна плеяда

За методикою визначення рівня тривожності Тейлора отримали наступні зв'язки: обернений (-0,206) зі шкалою «Впевненість у собі», обернений (-0,224) зі шкалою «Ініціатива в соціальних контактах», прямий (0,2) зі шкалою «Неадекватне емоційне вираження», прямий (0,302) зі

шкалою «Домінування негативних емоцій», прямий (0,234) зі шкалою «Небажання зближатися з людьми на емоційній основі» (рис. 2.2.23.).

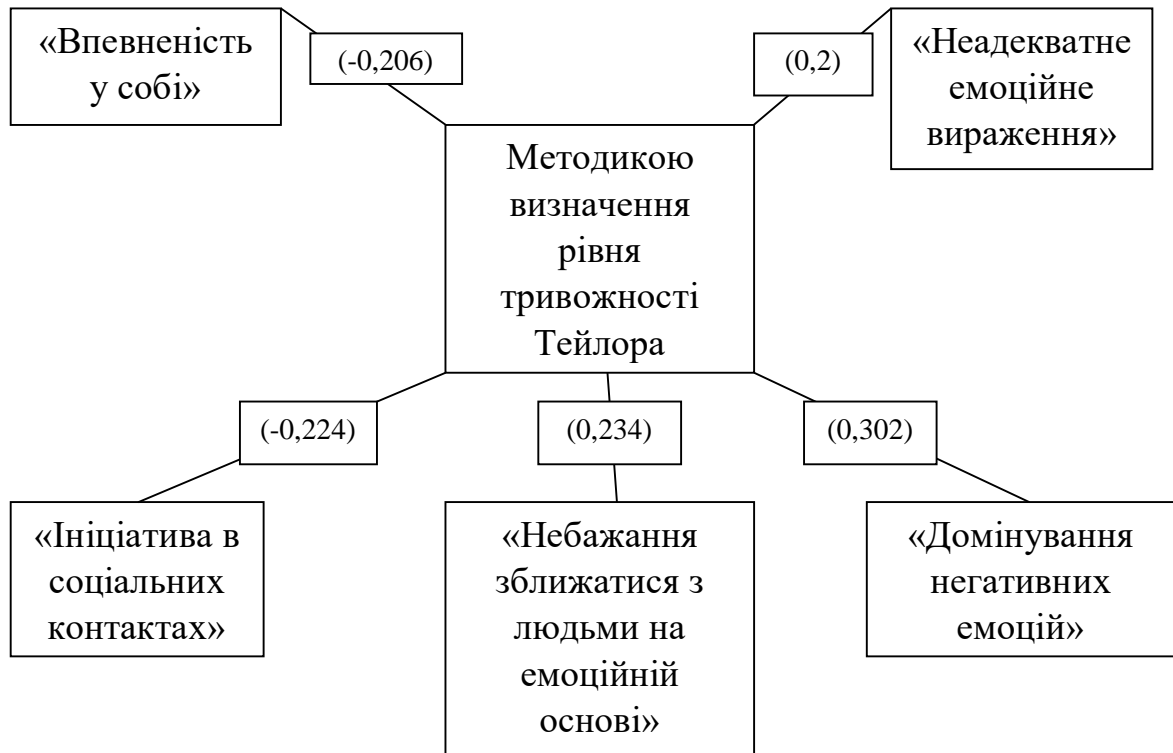


Рис. 2.2.23. Кореляційна плеяда

Тест на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки» показав прямий зв'язок (0,257) з методикою визначення рівня тривожності Тейлора (рис. 2.2.24.).

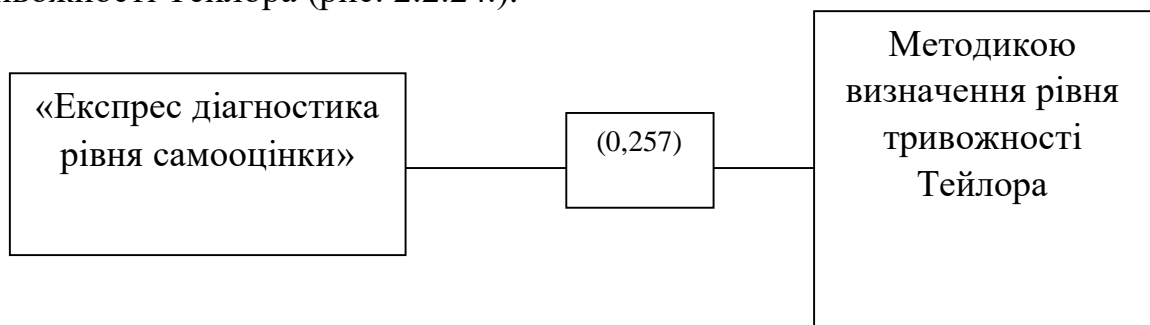


Рис. 2.2.24. Кореляційна плеяда

Шкала «Комунікативні здібності» показала обернений зв'язок (-0,363) зі шкалою «Екстраверсія - інтроверсія» та обернений зв'язок (0,233) зі шкалою «Невміння керувати емоціями, дозувати їх» (рис. 2.2.25.).

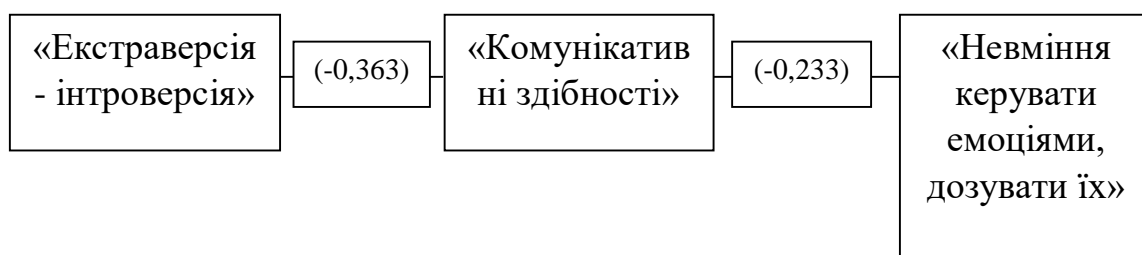


Рис. 2.2.25. Кореляційна плеяда

Шкала «Нервово психічна стійкість» показала обернений зв'язок (-0,301) зі шкалою «Невміння керувати емоціями, дозувати їх» та обернений зв'язок (-0,358) зі шкалою «Неадекватне емоційне вираження» (рис. 2.2.26.).

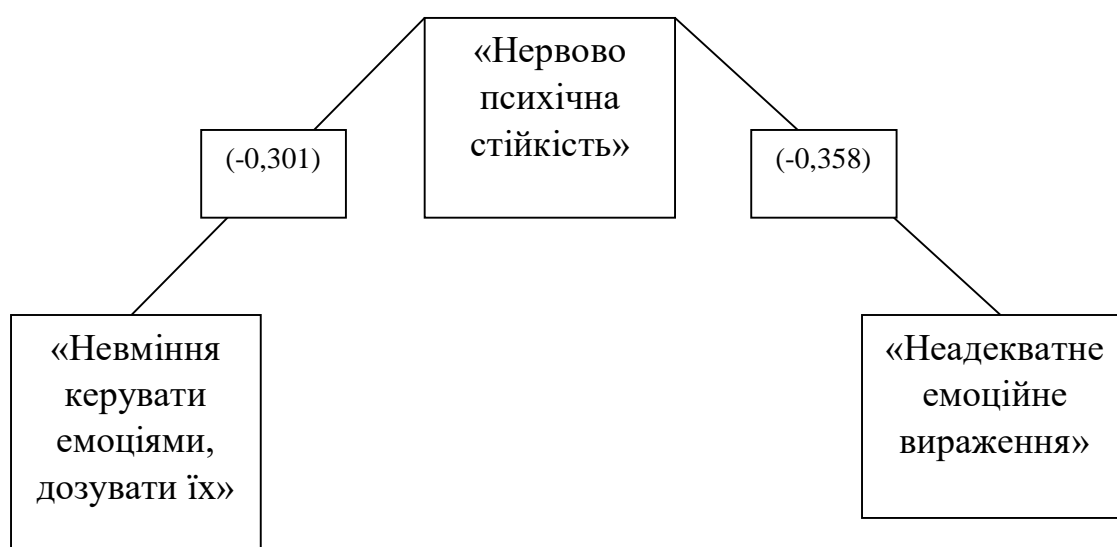


Рис. 2.2.26. Кореляційна плеяда

Шкала «Адаптивні здібності» показала зв'язки: прямий (0,217) зі шкалою «Соціальна сміливість», прямий (0,283) зі шкалою «Ініціатива в соціальних контактах», обернений (-0,221) з методикою визначення рівня тривожності Тейлора та прямий (0,235) з тестом на визначення рівня самооцінки «Експрес діагностика рівня самооцінки» (рис. 2.2.27.).

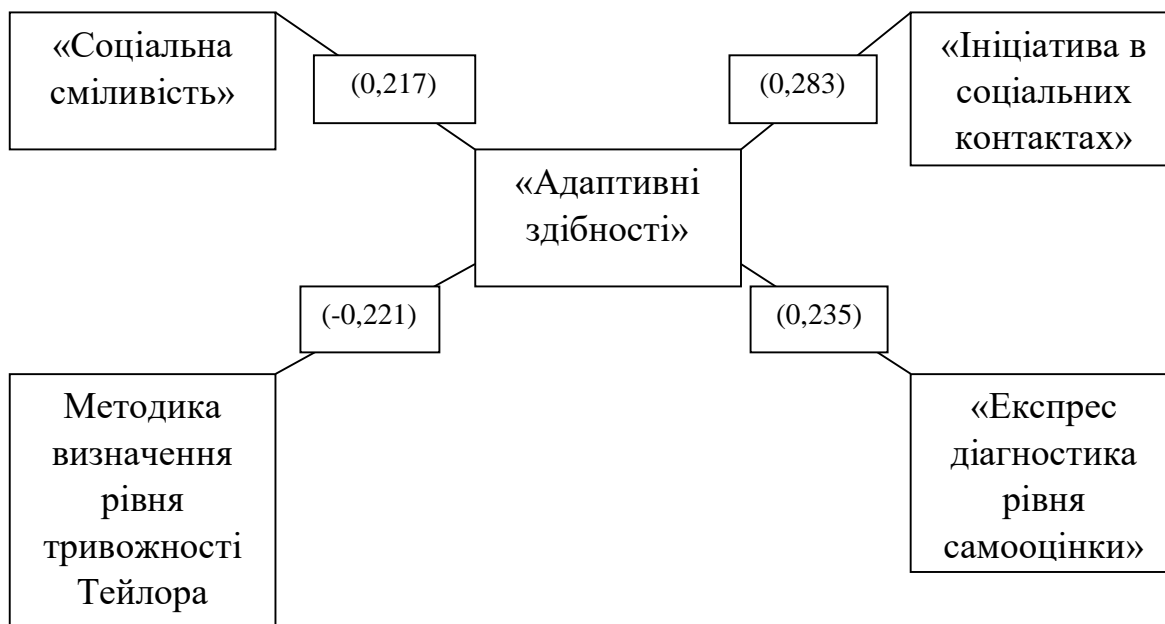


Рис. 2.2.27. Кореляційна плеяда

Висновки до другого розділу

Наше емпіричне дослідження адаптивності здобувачів вищої освіти першого курсу до навчання у закладах вищої освіти дає змогу зробити наступні висновки. Майже чверть (23%) осіб мають достатньо низький адаптивний рівень. Ці результати респондентів корелюють з емпіричними даними інших методик, зокрема, ці здобувачі мають досить високий рівень психотизму та нейротизму, що підтверджує їх високу конфліктність та нестійкість психіки.

Серед результатів нашого дослідження маємо факт того, що інтровертів більше серед тих, у кого низький адаптивний рівень. Також у них низький та середній рівень самовпевненості, ініціативи соц.контактів та ініціативності та загалом соціальної сміливості. Такі люди слабо здатні приймати рішення у складних ситуаціях, вони мало ініціативні у взаємодії з соціальним оточенням. Це не може не вплинути на адаптивні процеси здобувача вищої освіти першого курсу.

Досліджувані з низьким рівнем адаптивності володіють середнім та низьким рівнем налагодження контактів з іншими людьми, що ми пояснюємо

як наявністю інтровертованості. Стан тривожності вказує на усереднені з тенденцією до високого рівня та досить високі цифри здобувачів-першокурсників, що є дезадаптованими. Це є свідченням критичності до себе, низької самооцінки, складнощів у спілкуванні з людьми, нездатність працювати при стресових ситуаціях, тривогу без явної на це причини. Занижена самооцінка присутня в респондентів з досить низьким рівнем адаптивності. А це демонструє невідповідну оцінку власній успішності, діяльності загалом.

ВИСНОВКИ

Наукові джерела у питанні психологічної адаптації розгортають цю проблему як адаптацію психічну. А це забезпечує організацію взаємодії в соціумі, завдяки цьому формуються відповідні міжособистісні стосунки, враховуються деякі моменти соціального оточення та є можливість досягати успішно поставленої мети.

Особливостями психологічної адаптації здобувачів вищої освіти першого курсу є їх особистісні психічні властивості, їх індивідуальні стилі сприйняття та інтелектуальної діяльності та обробки інформації, тенденції та способи емоційного та поведінкового реагування, пристосування до інших умов роботи, навички та вміння, стресостійкість, здатність інтерпретації сучасного та подій минулого життя, а також самого себе через призму подій, що відбуваються, взаємодії з оточуючим світом, організацію відповідних взаємин з іншими особами, врахування різних моментів соціуму та вміння досягти мети.

Феномен адаптації здобувачів вищої освіти до умов закладів вищої освіти пояснюється через процес відпрацювання відповідного стилю, деякого режиму працювати та жити цілеспрямовано у конкретних умовах. Адже деколи духовні та фізичні сили мають спрямованість на виконання конкретних навчальних та прикладних задач.

На сьогодні маємо наступні причини феномену дезадаптації, серед яких: виробничі та такі, що є поза межами виробництва, особистісні, регіональні, глобальні, групові та індивідуальні, тимчасові та провідні, об'єктивні та суб'єктивні, внутрішні та зовнішні.

Результати емпіричного дослідження обраних нами методик дали змогу виявити 16% здобувачів з досить низьким рівнем самооцінки, тривожності, впевненості, проте високим рівнем психотизму та нейротизму. Усі ці феномени негативно впливають на адаптивність людини. У тих осіб погані справи з прийняттям рішень у складних життєвих ситуаціях, вони не надто

ініціативні в соціумі, дещо конфліктні, досить низько оцінюють себе, свої навички та вміння.

Досить низький рівень дослідження показало у наших 62% респондентів і з середніми значеннями, що може підтверджувати думку щодо дезадаптивності не лише у закладі вищої освіти, а й в інших осередках життя здобувачів.

Саме тому можна зробити висновок про те, що саме особистісні властивості прямо впливають на адаптивність здобувачів вищої освіти до умов навчання у закладах вищої освіти. Адже іде пряма взаємодія з оточуючими умовами життєдіяльності, де беруть участь фізіологічні, соціальні, психологічні реакції, що направлені на формування чинників нормального функціонування в освітньому середовищі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаджанян Н. А. Адаптация и резервы организма. Москва: ФиС, 1983. 175 с.
2. Алексеєва Т. В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у ВНЗ. Київ: Київ нац. ун-т ім. Т. Шевченка., 2004. 20 с.
3. Андреева Д. А. О понятии адаптации. Исследование адаптации студентов к учебе в вузе. *Человек и общество*. Ленинград: ЛГУ, 1973. С. 64–67.
4. Бех І. Д. Виховні акценти вищої школи. *Виховання особистості: підручник*. Київ: Либідь, 2008. С. 405–418.
5. Бойко І. І. Психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання. *Психологія: зб. наук. праць*. Вип. 2. Київ: НПУ. 1999. С. 92–96.
6. Большаков В. Ю., Психотренинг социодинамика, игры Київ: «Либідь» 2004. 352 с.
7. Бохонкова Ю. О. Социально-психологическая адаптация студенчества в условиях вуза. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2004. № 2 (7). С. 138–149.
8. Вачков І. В. Основы группового тренинга. Психотехники: учебное пособие. Москва: Из-во «Ось–89», 2001. 224 с.
9. Взаємозв'язок психологічних особливостей переживання часу та особистісних характеристик в студентів / М. А. Кузнецов, А. В. Поденко, Т. К. Білоусова. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. Психологія. 2013. С. 133–153.
10. Войтович Н. В. Відмінності шкільного та студентського колективів як аспект проблеми адаптації першокурсників до умов ВНЗ. *Психологічна адаптація студентів першого курсу до умов навчання у ВЗО: зб. наук. ст.* Луцьк: Держ. ун-т ім. Лесі Українки, 2011. С. 57–65.
11. Волков Г. Д., Оконская Н. Б. Адаптация и ее уровни. *Философия пограничных проблем науки*. Вып. 7. Пермь, 1975. С. 134–142.

12. Георгиева И. А. Социально-психологические факторы адаптации личности в коллективе: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Ленинград, 1985. 22 с.
13. Гречуха І. А. Адаптаційний тренінг як засіб ціннісної підтримки студентів першокурсників. *Матеріали ІІ Міжрегіонального семінару з впровадження програми ціннісної підтримки розвитку здібностей та обдарованості «Три кроки»*. Житомир, 2009. С. 24–26.
14. Гришанов Л. К., Цуркан В. Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов. *Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе: сб. научн, трудов*. Кишинев: изд-во Кишин. госуд. ун-та, 1990. С. 3–17.
15. Данилова Е. Е. Практикум по возрастной и педагогической психологии. Москва: Академия, 1998. 267 с.
16. Джонсон Д. У. Тренинг общения и развития; пер. с англ. Москва : Издательская группа «Прогресс», 2000. 248 с.
17. Дохолян С. С. Роль внушаемости в динамике адаптации студента. *Воспитание, обучение и психическое развитие: тез. науч. сообщ. сов. ученых к VI Всесоюз. съезду О-ва психологов СССР*. Москва, 1983. Ч. II. С. 335–337.
18. Жигайло Н. І. Психологічні особливості соціальної адаптації студентів-першокурсників. *Молодь і ринок*. 2012. № 3 (86). С. 26–32.
19. Жуков Ю. М. Коммуникативный тренинг. Москва: Гардарики, 2004. 223 с.
20. Казначеев В. П. Современные аспекты адаптации. Москва: Наука, 1980. 192 с.
21. Ковалев Г. А. Основные направления использования методов активного социального обучения в странах запада. *Психологический журнал*. 1989. № 1. Т. 10. С. 127–136.
22. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей учнів та студентів: методичні рекомендації. Київ: Міленіум, 2004. 54 с.

23. Кондрашова Л. В. Моральна психологічна готовність студента до вчительської діяльності. Київ: Вища школа, 1987. 56 с.
24. Косаревский Т. С., Кутькина Р. Р. Психологические проблемы адаптации студентов-первокурсников к вузу: методические рекомендации. Витебск: Изд-во УО «ВДУ имени П. М. Машерова», 2006. 42 с.
25. Краткий психологический словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. Москва: Политиздат, 1985. 431 с.
26. Личностная шкала проявлений тревоги (Дж. Тейлор, адаптация Т. А. Немчина). *Диагностика эмоционально-нравственного развития* / ред. и сост. И. Б. Дерманова. СПб.: Речь, 2002. С. 126–128.
27. Лукашевич Н. П. Социология воспитания: краткий курс лекций. Киев: МАУП, 1996. 180 с.
28. Максимова Н. Ю. Тренінгові технології як засіб формування духовності особистості студентів. Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. К.:ГНОЗІС, 2007. – Т.10, Ч. 4. С. 334–342.
29. Милославова И. А. Адаптация как социальнопсихологическое явление. *Социальная психология и философия*; под ред. К. М. Парыгина. Ленинград, 1973. Вып. 2. С. 111–120.
30. Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность” (МЛЮ-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие / ред. и сост. Райгородский Д. Я. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. С. 549–558.
31. Налчаджан А. А. Социально-психическая адаптация личности: формы, механизмы и стратегии. Ереван : АН Арм. ССР, 1988. 342 с.
32. Ничкало Н. Г. Педагогіка вищої школи: крок у майбутнє. Сучасна вища школа: психологопедагогічний аспект: монографія / за ред. Н. Г. Ничкало. Київ: ВІПОЛ. 1999. 450 с.

33. Ничкало Н. Г., Ковальчук Є. М. Современные проблемы подготовки педагогических кадров для профессионально-технических учебных заведений. Київ: Науковий світ, 1999. 34 с.
34. Общая психодиагностика / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. Спб.: Речь, 2000. 440 с.
35. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально–психологический тренинг. Москва: Изд–во МГУ, 1989. 216 с.
36. Петрушин С. В. Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в группе от 40 до 100 человек) Москв.: Академический Проект, 2004. 256 с.
37. Психологія вищої школи: підруч. для студентів ВНЗ / О. І. Власова, В. А. Семиченко та ін.; за ред. О. І. Власової. Київ : Київський університет, 2015. 405 с.
38. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методика и тесты: учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М». 1998. 672 с.
39. Ромек В. Г. Тесты уверенности в себе. Практическая психодиагностика и психологическое консультирование. Ростов-на-Дону: Ирбис, 1998. С. 87–108.
40. Сантросян К. О. О характере и типах адаптации студентов к вузовской системе образования. *Воспитание, обучение и психическое развитие*: тез. науч. сообщ. психологов СССР. Ч. 2. Москва: 1983. С. 440–442.
41. Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие. Сост. Е. Е. Миронова. Минск: Женский институт ЭНВИЛА, 2005. 155 с.
42. Семиченко В. А. Психические состояния : модульный курс для преподавателей и студентов. Київ : Магістр-S, 1998. 207 с.
43. Семиченко В. А. Теоретичні та методичні основи професійного самовиховання студентів вузу: навч.-метод. посіб.; заг. ред. В. А. Семиченко. Хмельницький: ХГПШ, 2001. 255 с.

44. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг. Санкт - Петербург.: Речь, 2005. 240 с.
45. Солодухова О. Г. Становлення особистості вчителя у процесі професійної адаптації : монографія. Донецьк: ТОВ «Либідь». 1996. 176 с.
46. Стрельцова В. Ю. Соціально-педагогічний супровід процесу соціальної адаптації студентів творчих спеціальностей до умов культурно-освітнього середовища. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2008. № 3. С. 27–32.
47. Тарабарина Т. И. 50 развивающих игр. Ярославль: Академия Ко, 2003. 243 с.
48. Технологии социально-психологических тренингов. Москва: Редакционно-издательский центр Консорциума «Социальное здоровье России». 2001. 208 с.
49. Туріщева Л. В. Психологічні тренінги для школярів: посібник. Харків: Вид. група Основа. 2009. 124 с.
50. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Изд-во Института Психотерапии. 2002. С.53–54 .
51. Цзен Н.В. Психотренинг: игры и упражнения (2-е изд.). Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. М.: Независимая фирма «Класс», 2006. 272 с.
52. Цимбалюк І. М. Психологія: навч. посібник. 2-ге вид., випр. і доп. Київ: ВД «Професіонал». 2006. 576 с.
53. Щербина В. А. Навчально-прикладна психофізична підготовка та здоров'я студентів: навч.-метод. посіб. Київ: КМУЦА, 1998. 160 с.

енк)	ії - інтро версії	4	6					25 91 4	97 60 3	77 8	4			8	4	8	9
	Шкала нейротизму	- 0,25 760 640 3	0,07 738 187 3	0,06 387 691 3	0,01 555 378 8	0,22 12 97 72 6		0,11 753 938 02 9	0,20 79 65 55 68 49 44	0,15 66 68 44	- 0,20 21 66 49 44	0,13 719 728 9	0,071 8929 51	0,13 228 943 6	0,06 315 665 2	0,07 894 950 5	0,12 264 112 3
методика визначення труднощів у встановленні контактів В.Бойка	Невміння керувати емоціями, дозувати їх	0,23 427 339 6	0,11 111 172 9	0,06 624 825 3	0,17 095 200 1	0,28 64 07 1	0,06 913 398 1	0,17 97 59 1	0,00 18 79 4	0,07 68 23 7	0,03 162 295 7	0,06 395 479 9	- 0,163 1020 15	0,19 554 286 6	0,23 311 179 8	0,30 148 117 4	0,16 305 564 3
	Неадекватне емоційне вираження	0,43 157 168 1	0,19 108 033 4	0,12 331 150 5	0,11 501 019 5	0,23 15 03 8	0,00 273 265 6	- 0,17 863 531	0,17 35 36 1	0,10 77 14 3	0,29 414 628 9	0,20 046 747 5	0,058 8719 68	0,08 273 829 9	0,15 818 280 6	0,35 852 243	0,09 825 208 1
	Домінуюча негативна емоція	0,27 265 522 5	0,19 782 734 2	0,30 251 542 3	- 0,08 783 434	0,12 66 85 5	0,17 696 868 2	0,16 463 240 4	0,06 85 07 1	0,27 55 22 5	0,19 782 734 2	0,30 251 542 3	- 0,087 8343 4	0,12 746 685 5	0,17 696 868 2	0,16 463 240 4	0,06 788 507 1
	Негнучкість, нерозвинутість, невідмінність емоцій	0,10 573 536 3	0,38 771 401 7	0,29 414 628 9	0,20 046 747 5	0,08 71 96 8	0,08 273 829 9	0,15 818 280 6	0,35 85 22 43	0,09 52 08 1	0,43 157 168 1	0,19 108 033 4	0,123 3115 05	0,11 501 019 5	0,18 231 503 8	0,00 273 265 6	- 0,17 863 531
	Небажання зближати ся з людьми на емоційній основі	0,36 179 759 1	0,11 001 879 4	0,29 746 823 7	0,03 162 295 7	0,06 39 54 79 9	- 310 201 5	0,19 554 286 6	0,23 31 11 79 8	0,30 14 81 17 64 3	0,16 30 55 64 3	0,23 427 339 6	- 0,111 1117 29	0,06 624 825 3	0,17 095 200 1	0,08 286 407 1	0,06 913 398 1

