

Вінс В. А.

*кандидат психологічних наук, доцент,
завідувачка кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

Прудкай Ю. В.

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності «Психологія»
за освітньою програмою «Практична психологія»
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

Кузьменко Т. М.

*старший викладач кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ТА ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SOCIAL ADAPTATION OF STUDENT YOUTH UNDER MARTIAL LAW AND DISTANCE LEARNING

У статті проаналізовано психологічні особливості соціальної адаптації студентської молоді в умовах воєнного стану та дистанційної форми навчання. Наголошено на важливості та актуальності дослідження окресленої проблематики. Окреслено виклики, з якими стикається сучасна студентська молодь. Перелічено дослідників, які в різні часи цікавилися питаннями соціальної адаптації. Подано трактування поняття соціальної адаптації з позицій українських науковців, а також окремо наведено визначення саме соціальної адаптації до умов закладу вищої освіти. Окремо звернуто увагу на складність соціальної адаптації саме першокурсників. Виділено чотири сфери життєдіяльності, до яких змушені адаптуватися студенти у межах закладу вищої освіти. Виділено зовнішні та внутрішні чинники соціальної адаптації студентів, а також наведено критерії та показники адаптації студентів до умов дистанційного формату навчання. Для підтвердження теоретичних положень було наведено результати емпіричного дослідження, в якому взяли участь студенти 1-х та 4-х курсів спеціальності 053 «Психологія» Університету Григорія Сковороди у Переяславі. Описано отримані результати за такими методиками, як «Методика дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса–Р. Даймонд (адаптована А. Осницьким), «Методика діагностики рівня соціальної фрустрації» (Л. Вассерман, в модифікації В. Бойко) та Методика «Діагностика мотивації до уникнення невдач» (Т. Елерс). Виявлено відмінності за всіма методиками між першокурсниками та студентами четвертого курсу. Проведено кореляційний аналіз між отриманими показниками за трьома методиками та доведено, що на успішність адаптації студентів в умовах воєнного стану та дистанційної форми навчання та на вияв їхньої стресостійкості впливає мотивація досягнення успіху або уникнення невдач. У якості висновків окреслено перспективи подальших розвідок у даній царині.

Ключові слова: адаптація, соціальна адаптація, студентська молодь, студенти, дистанційна форма навчання, заклад вищої освіти, мотивація, соціальна фрустрація.

The article analyzes the psychological features of social adaptation of student youth under martial law and distance learning. The importance and relevance of the study of this issue is emphasized. The challenges faced by modern student youth are outlined. The researchers who were interested in social adaptation at different times are listed. The article presents the interpretation of the concept of social adaptation from the standpoint of Ukrainian scholars, as well as a separate definition of social adaptation to the conditions of a higher education institution. Special attention is paid to the complexity of social adaptation of freshmen. The author identifies four spheres of life to which students are forced to adapt within a higher education institution. The external and internal factors of students' social adaptation are highlighted, and the criteria and indicators of students' adaptation to the conditions of distance learning are presented. To confirm the theoretical provisions, the results of an empirical study involving 1st and 4th year students majoring in "053. Psychology" at the Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav. The results obtained using such methods as "Methods of studying social and psychological adaptation" by K. Rogers-R. Diamond (adapted by A. Osnytsky), "Methodology for Diagnosing the Level of Social Frustration" (L. Wasserman, modified by V. Boyko) and "Diagnosis of Motivation to Avoid Failure" (T. Ehlers). Differences in all methods between first-year and fourth-year students were revealed. A correlation analysis between the obtained indicators by three methods was carried out and it was proved that the success of students' adaptation to martial law and distance learning and the manifestation of their stress resistance is influenced by the motivation to succeed or avoid failure. As conclusions, the prospects for further research in this area are outlined.

Key words: adaptation, social adaptation, student youth, students, distance learning, higher education institution, motivation, social frustration.

Вступ. Проблема соціальної адаптації студентської молоді в сучасному освітньому просторі закладу вищої освіти (ЗВО) є складною з огляду на необхідність організації власного навчального процесу в дистанційному форматі. І якщо спочатку це визначалося необхідністю турботи про здоров'я населення у зв'язку із всесвітньою пандемією, то нині – через воєнний стан в Україні. Як наслідок, життя студентства сповнене викликів через постійні сповіщення про повітряну тривогу, обстріли, відключення електроенергії, складність доступу до навчальної бази, необхідність освоєння нового програмного забезпечення, потрібного для проведення дистанційного навчання, тощо. Але окрім очевидних зовнішніх проблем, виникають і проблеми внутрішні, зокрема, необхідність розвитку навичок самоорганізації та самоосвіти, самостійності, адаптивності та гнучкості, мобільності, налагодження та підтримки взаємовідносин із друзями, одногрупниками, викладачами тощо. Все це викликає напругу, що може призвести до фрустрації та навіть депресії. Саме тому дослідження соціальної адаптації в цілому та студентської молоді зокрема є важливим та своєчасним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Зміст, в якому поняття адаптація вживається в сучасній науковій літературі, бере початок від латинського *adaptare* – пристосувати, налагоджувати, влаштувати [51, с. 21]. Одним із перших, хто звернувся до проблем соціальної адаптації, був англійський соціолог і філософ Г. Спенсер. Подальший розвиток наукового аналізу поняття «соціальна адаптація» пов'язано з іменами Г. Тарда, Т. Парсонса, У. Томаса, Л. Уайта, Дж. Стюарда, М. Харріса та ін. Вагомим у розгляді процесу соціальної адаптації є психоаналітичний та психодинамічний підходи, які базуються на теоріях З. Фрейда та А. Фрейд. Українські науковці теж здійснили вагомий внесок у дослідження цієї проблематики, зокрема, О. Агарков, Н. Алендарь, Н. Атаманчук, М. Гриньова, В. Грушевський, С. Кравцов, Р. Лейчук, О. Максим, Т. Рябовол, Н. Скрипник, Т. Титаренко, О. Чекан та ін.

Мета статті – визначити зовнішні та внутрішні чинники соціальної адаптації студентів, а також її психологічні показники в умовах воєнного стану та дистанційної форми навчання.

Виклад основного матеріалу. О. Агарков визначає соціальну (нормативну) адаптацію як процес і результат «прийняття норм і цінностей соціальної організації ЗВО та соціального інституту студентства» [1, с. 80].

Соціальну адаптацію молоді Н. Алендарь розглядає як складний процес засвоєння студентами суспільних норм, цінностей, спрямований на формування соціально активної особистості, вироблення в неї власної життєвої позиції, визначення власного місця та ролі в суспільстві, міжособистісних взаємин з іншими людьми, особистої свободи, громадянськості [2, с. 7].

Вважаємо слушною думку В. Грушевського, який визначає адаптацію студентів до умов ЗВО, до освіт-

ньої соціально-громадської діяльності, як складний, динамічний і різноманітний «процес внутрішньої і зовнішньої перебудови звичайних форм і методів діяльності, формування у них потрібного комплексу вмінь і навичок здійснення нового виду діяльності» [5, с. 71].

Під адаптацією до навчання у ЗВО Н. Атаманчук розуміє «процес входження особистості студента в сукупність нових ролей та форм діяльності, які визначають формування оптимального режиму функціонування особистості в освітньому середовищі» [3, с. 112].

На складність соціальної адаптації саме першокурсників звернув увагу у своїх дослідженнях Л. Борисенко, зазначаючи на такі виклики: залучення до нової системи освітньої діяльності, яка кардинально відрізняється від попереднього періоду життя; потреба швидко оволодівати новим алгоритмом навчальних дій; перехід від репродуктивного до продуктивного, самостійного і творчого рівня засвоєння знань [4, с. 208]. Вважаємо, що виділення в окрему категорію саме першокурсників є правильним і обґрунтованим, адже на відміну від студентів старших курсів, вони стикаються з іншою організаційною моделлю навчання та повною зміною соціального оточення. Це викликає додаткового навантаження та напруги.

Відтак, соціальна адаптація розуміється як процес активного пристосування особистості або групи до соціального середовища, яке змінюється. У випадку соціальної адаптації студентів до умов ЗВО вони мають пристосуватися до нових 4 сфер життєдіяльності, що охоплюють:

- нове навчальне середовище,
- нове соціально-психологічне середовище (спілкування з викладачами і одногрупниками),
- новий інформаційний простір (нові алгоритми навчання),
- образ фаху та майбутньої професії, що зумовлює зміну у формуванні нової системи цінностей навчально-професійної діяльності.

Здатність та рівень розвитку соціальної адаптації в умовах дистанційного навчання залежить від психологічних характеристик особистості, її внутрішніх ресурсів, а також і від зовнішніх умов. У дослідженні О. Ковтун проаналізовано особливості адаптації і гнучкості учасників освітнього процесу до дистанційних умов навчання у ЗВО. Встановлено, що система критеріїв і показників адаптації студентів до умов дистанційного формату навчання включає:

- технологічний критерій з показниками: наявність необхідного програмного забезпечення та пристроїв для влаштування свого робочого місця; володіння навичками роботи із використанням засобів ІКТ-технологій; доступність цифрових ресурсів; вміння організувати самостійну освітню роботу в цифровому середовищі; готовність і мотивація до оволодіння новими знаннями і вміннями для використання нових практик онлайн-навчання; активна участь у налаштуванні та використанні освітніх онлайн-платформ;

– психологічний критерій з показниками: відчуття психологічного благополуччя; психологічна готовність працювати в умовах самоізоляції та дистанційної освіти; втома через зростання навчального навантаження та збільшення ролі самостійної професійної підготовки; відчуття дискомфорту при взаємодії з викладачем та одногрупниками в процесі заняття в онлайн-режимі;

– особистісний критерій з показниками: сформованість самоосвітньої компетенції; розвинена внутрішня мотивація та здатність до самоорганізації; свідомо активність у побудові своєї освітньої траєкторії; високі інтелектуальні здібності, висока концентрація уваги та здатність до її втримання під час онлайн заняття; здатність до навчання у середовищі поза освітнім закладом (в домашніх умовах) [6, с. 52].

Звичайно, зовнішні чинники відіграють вагомий роль, але здатність успішно адаптуватися залежить в більшій мірі саме від особистісних характеристик студентів, зокрема, інтернальності, мотивації досягнення, сформованість у них нервово-психічної стійкості, емоційної витримки, вольової саморегуляції, дисципліни, сили волі, наполегливості, цілеспрямованості та ін.

Для підтвердження вище наведених положень було організовано та проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь студенти 1-х та 4-х курсів спеціальності 053 «Психологія» Університету Григорія Сковороди у Переяславі. Всього в експерименті взяли участь 66 респондентів.

Для проведення опитування студентів щодо їх соціальної адаптації до навчання у закладі вищої освіти в умовах воєнного стану та дистанційної форми навчання використано такі методики дослідження: 1) «Методика дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса–Р. Даймонд (адаптована А. Осницьким); 2) «Методика діагностики рівня соціальної фрустрації» (Л. Вассерман, в модиф. В. Бойко); 3) Методика «Діагностика мотивації до уникнення невдач» (Т. Елерс).

На основі отриманих результатів дослідження виявлено, що більшості студентів (50% респондентів 1 курсу та 40,6% студентів 4 курсу) властиві середні показники соціально-психологічної адаптації. Ці респонденти характеризуються посередніми проявами позитивного самоставлення та прийняття інших людей, що не дає їм змоги успішно контактувати з іншими для досягнення спільної поставленої мети. Також у них виявляються посередні показники емоційного комфорту та внутрішнього контролю (інтернальності), вони невпевнені в собі, не вміють відповідально вирішувати виникаючі проблеми, сподіваються на допомогу ззовні, шукають підтримки в інших людей, і часто намагаються уникнути необхідності вирішувати свої проблеми.

Оптимальний високий рівень адаптації мали тільки 29,4% студентів 1 курсу та 37,5% студентів 4 курсу. Ці респонденти адекватно сприймали загрози зовнішнього світу, вміло і відповідально вирішують виникаючі проблеми і долають стреси завдяки внутрішньому контролю (інтернальності).

Вони переважно впевнені в собі, мають стійкий емоційний комфорт, витримку та стресостійкість. Іноді прагнули до домінування.

Низька адаптація була властива для 20,6% студентів 1 курсу і 21,9% студентів 4 курсу. Вони невпевнені в собі, негативно ставилися до оточуючих, постійно переживали через навчальні ситуації перевірки знань, мали підвищену тривожність, роздратованість.

За рівнями фрустрованості першокурсники мали по 26,5% підвищений, помірний та знижений рівні, а четвертокурсники – переважаючий підвищений (31,2%) та помірний (34,4%). Вважаємо, що підвищені показники соціальної фрустрованості у студентів пов'язані із неможливістю швидкого встановлення соціальних контактів з викладачами, одногрупниками, друзями, однодумцями за науковими інтересами. Складність організації дистанційної форми навчання передбачає, що кожен студент має високу самоорганізацію, дисциплінованість, здатність самостійно навчатися. Однак також для успішного навчання необхідним є процес отримання зворотного зв'язку, можливість запитати у викладача про незрозумілі моменти, обмінятися досвідом із одногрупниками та ін. Обмеженість соціальних контактів, труднощі вирішення міжособистісних питань щодо взаємодії, невміння правильно побудувати взаємостосунки з іншими людьми, залучити їх до вирішення проблем, подолання стресових ситуацій викликають напруження, негативні переживання, фрустрованість.

Також досліджено мотивацію студентів, і виявлено, що 47,1% першокурсників та 56,2% четвертокурсників мають мотивацію до уникнення невдач, у незначній частині опитаних виявлено середні показники. А решта респондентів володіють низьким рівнем за цією методикою, що, за свідченням Т. Елерса, вказує на мотивацію досягнення успіхів (44,1% першокурсників та 31,3% четвертокурсників).

Зважаючи на те, що на успішність адаптації студентів до сучасних умов середовища та на вияв їхньої стресостійкості впливає мотивація досягнення успіху або уникнення невдач, було проведено кореляційний аналіз між отриманими показниками за трьома методиками. Так, досліджуючи адаптацію мотивованих на успіх студентів, спостерігаємо, що 60% з них мають високий рівень, при цьому для 72% властивий високий рівень самоприйняття, для 80% – високий рівень прийняття інших. У 60% переважає емоційний комфорт, а 64% володіють внутрішнім контролем. Більш ніж половина з них мають середній рівень прагнення до домінування (табл. 1).

У студентів, які мають переважну мотивацію до уникнення невдач, спостерігаються середні і низькі показники загальної адаптації (48,8% і 34,1%). У більшості цих студентів виявлено середні прояви самоприйняття і прийнятті інших (61%), середній і низький рівні емоційного комфорту (по 46,3%). Також цим студентам властиві середні показники інтернальності (61%) та прояви середнього і високого рівнів прагнення до домінування (39% і 31,7% відповідно).

Таблиця 1

Характеристики соціально-психологічної адаптації студентів із різною мотивацією (за методикою К. Роджерса–Р. Даймонд)

Шкали і рівні	Рівні	Мотивовані на успіх (25 осіб)	Мотивовані на уникнення невдач (41 особа)
Адаптація	В	60,0%	17,1%
	С	40,0%	48,8%
	Н	-	34,1%
Самоприйняття	В	72,0%	7,3%
	С	28,0%	61,0%
	Н	-	31,7%
Прийняття інших	В	80,0%	7,3%
	Н	20,0%	61,0%
	С	-	31,7%
Емоційний комфорт	В	60,0%	7,3%
	С	40,0%	46,3%
	Н	-	46,3%
Інтернальність	В	64,0%	14,6%
	С	16,0%	61,0%
	Н	20,0%	24,4%
Прагнення до домінування	В	32,0%	31,7%
	С	56,0%	39,0%
	Н	12,0%	29,3%

* В – високий рівень, С – середній, Н – низький.

Для студентів, які мають мотивацію досягнення успіхів, переважними є знижений (52%), помірний (28%) та дуже низький рівні фрустрованості (20%) (табл. 2). Вони навпаки більш свідомо ставляться до себе, навколишнього світу, вмiло вирішують виникаючі проблеми, знають до кого можна звернутися за допомогою у випадку потреби. Ці респонденти не відчують соціальної ізоляції, конструктивно контактують з іншими людьми.

Таблиця 2

Рівні соціальної фрустрації студентів із різною мотивацією (за методикою Л. Вассермана)

Рівні фрустрованості	Мотивовані на успіх (25 осіб)	Мотивовані на уникнення невдач (41 особа)
Дуже високий рівень		
Підвищений рівень		46,3%
Помірний рівень	28%	31,7%
Невизначений рівень		
Знижений рівень	52%	4,9%
Дуже низький рівень	20%	9,8%
Мінімальний рівень, відсутність		7,3%

Для студентів, які мають мотивацію досягнення успіхів, переважними є знижений (52%), помірний (28%) та дуже низький рівні фрустрованості (20%). Вони навпаки більш свідомо ставляться до себе, навколишнього світу, вмiло вирішують виникаючі проблеми, знають до кого можна звернутися за допомогою у випадку потреби. Ці респонденти не відчують соціальної ізоляції, конструктивно контактують з іншими людьми.

А для студентів, які мають мотивацію уникнення невдач, переважно характерні підвищений (46,3%) та помірний (31,7%) рівні фрустрованості. Ці респонденти часто не задоволені станом справ, власними здібностями, здобутками. Вони заздрять більш успішним друзям, іншим людям, однак самі не докладають зусиль для вирішення своїх проблем, обираючи найменш складні завдання.

Висновки. Отже, процес адаптації є складною системою перетворень, що відбуваються з людиною відповідно до зміни в умовах її життя та вимагає від неї певних дій та кроків. Успішність соціальної адаптації студентів залежить, першочергово, від їх особистісних ресурсів та характеристик, серед яких: висока самоорганізація, мотивація до здобуття знань, здатність до планування і моделювання діяльності, гнучкість, мобільність, самоприйняття, осмисленість життя, відкрите і позитивне самоставлення, самоповага тощо.

Вважаємо, що проблематика психологічних особливостей соціальної адаптації студентської молоді в умовах воєнного стану та дистанційної форми навчання потребує подальших наукових розвідок, адже від успішності адаптації студента до нових соціальних умов, середовища, колективу, його норм та цінностей залежить здатність накопичити досвід для подальшої навчально-професійної діяльності, досягати високого соціального статусу.

Окрім того, вважаємо перспективними дослідження у частині виявлення порушень у соціальній адаптації, адже це дасть змогу вчасно виявити та ефективно запобігати дезадаптації, яка може позначитися на якості пізнавальної активності, стані емоційно-почуттєвої сфери студентів тощо.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Агарков О. А. Соціальна адаптація студентів-першокурсників як напрям діяльності соціальної служби вищого навчального закладу. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* 2013. Вип. 3 (19). С. 78–83.
2. Алєндарь Н. І. Соціальна адаптація учнів 9–11 класів у навчально-виховному середовищі загальноосвітніх шкіл сільської місцевості : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.05 – соціальна педагогіка. Київ, 2012. 22 с.
3. Атаманчук Н. М. Адаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти за допомогою психологічних арт-практик. *Проблеми мотивації особистості в сучасному освітньому просторі: колективна монографія / наук. ред. Л. В. Герасименко, В. Ф. Моргуєн.* Кременчук : ПП Щербатих О.В., 2020. С. 110–128.
4. Борисенко Л. Л. Психолого-педагогічні аспекти дослідження функціональних станів студентів. *Вісник Львівського університету. Серія «Педагогіка».* 2009. Вип. 25. Ч. 2. С. 207–215.
5. Грушевський В. О. Особливості соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки.* 2014. Вип. 2.12. С. 67–72.
6. Ковтун О. В. Діагностика стану, рівнів та особливостей адаптації і гнучкості усіх учасників освітнього процесу в умовах карантинних обмежень та соціального дистанціювання. *Вища освіта в умовах карантинних обмежень та соціального дистанціювання: монографія / С. П. Гринюк, М. О. Желуденко, І. В. Зайцева, А. А. Заслужена, О. В. Ковтун, Л. Ю. Султанова.* Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. С. 49–57.