

Галина Колесник, викладач кафедри іноземних мов  
Національного університету "Львівська політехніка"

### СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ УСПІШНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті розглядаються основні чинники, які впливають на процес адаптації першокурсників до навчання у закладах вищої освіти, а саме: вміння критично оцінювати свою діяльність, формування адекватної самооцінки, вікові особливості, соціальні умови, релігійні та політичні переконання, невиправдані очікування від навчання, послаблення контролю з боку батьків тощо. Автор аналізує можливі причини труднощів пристосування до студентського життя. В результаті дослідження було доведено значення успішної адаптації для ефективно навчальної та професійної діяльності. Також пропонуються практичні рекомендації щодо забезпечення найбільш ефективного протікання процесу адаптації.

**Ключові слова:** адаптація; самооцінка; самопізнання; першокурсник; соціалізація.

**Літ. 14.**

Halyna Kolesnyk, Lecturer of the Foreign Languages  
Department of Lviv Polytechnic National University

### SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE FIRST-YEAR STUDENTS TO UNIVERSITY LIFE

The article deals with the main factors influencing the process of adapting freshmen to higher education, namely: the ability to critically evaluate their activities, the formation of adequate self-esteem, age characteristics, social conditions, religious and political beliefs, unjustified expectations from learning, relaxation of control parents, etc. The author analyzes the possible causes of the difficulties of adapting to student life. As a result of this research, the value of successful adaptation for effective educational and professional activity was proven. Practical recommendations for ensuring the most effective process of adaptation are also offered. The author highlights that the first year of study at the university is the most difficult and most important stage during which tests of psychic, physical, intellectual potential of the person, the stage of formation of self-evaluation, self-determination, life values and priorities take place.

The process of adaptation is defined both by individual (self-understanding, physical and intellectual ability, emotional state, definition of self-esteem), and external (social community, cohesion, psychological climate, functional integrity, support of the environment and family, and much more) factors. Surveys of first-year students in the first semester of study revealed the main difficulties faced by students: the lack of free time, the lack of daily knowledge control, insufficient level of schooling, excessive training load, inconvenient schedule, lack of attention and assistance from the dean's office, difficulties in organizing their activities, financial problems, new environment, distance from parents (for students from other cities), misunderstandings with teachers, disappointment with the level of technical facilities and so on.

Therefore, preparations for student life should begin in school years with the support of the family and teachers. In order to prevent disappointments from the chosen profession, it is necessary to orient the senior pupils in the labor market, as well as explain the specifics of the educational process at the university. Special attention is paid to providing a favorable socio-psychological atmosphere among students. Active engagement of students in extra-curricular collective activities (sections, circles, clubs, concerts, excursions, group research work, etc.) also creates an atmosphere of trust and unity of members of the team, thus accelerating the process of adaptation.

**Keywords:** adaptation; self-esteem; self-understanding; first-year student; socialization.

**П**остановка проблеми. Проблема адаптації підлітків на новому етапі соціального розвитку, а саме в період закінчення школи і вступу до закладу вищої освіти, не втрачає актуальності вже не одно століття. Але сьогодні ця тема набула особливої актуальності через соціальну диференціацію молоді, коли ще у школі відбувається поляризація можливостей отримання гідної освіти. До різного рівня знань абітурієнтів додаються соціальні,

економічні, політичні, релігійні фактори, які є результатом процесів, що відбуваються в суспільстві, і також впливають на процес адаптації.

Особливості адаптації першокурсників на сучасному етапі розвитку суспільства також обумовлені захопленням інформаційними технологіями та абстрагуванням від реальності. Занурення у віртуальну реальність культивує байдужість до оточуючих, провокує жорстокість,

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ УСПІШНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

формує неправильну самооцінку, позбавляє моральної відповідальності, а також знижує стресостійкість в реальному житті, яке потребує від молоді мобільної адаптації до умов соціального середовища. Суспільство потребує компетентних спеціалістів, всебічно розвинутих, здібних до саморозвитку, визнання законів і правил суспільства, з активною життєвою позицією, вмінням орієнтуватися в сучасній системі цінностей, вмінням приймати самостійні рішення. Отже, виховання спеціаліста, який відповідає вимогам сучасного суспільства можливо за умови здатності особистості легко адаптуватися, починаючи з адаптації до студентського середовища. Таким чином, задача сучасної освіти – сформуванню у першокурсника уміння легко та швидко пристосовуватися до умов і вимог соціального середовища.

Отже, **метою** дослідження є виявлення і вивчення факторів, які впливають на процес адаптації студентів на початковому етапі навчання, а також аналіз психолого-педагогічних умов адаптації студентів на етапі зміни навчального закладу, соціального статусу, оточення, вимог та обов'язків.

**Аналіз основних досліджень.** Процес адаптації до навчання у закладах вищої освіти завжди розглядався як складне і багатоаспектне явище – предмет дослідження педагогів, соціологів, філософів, психологів, лікарів. Загальні уявлення про адаптацію, її закономірності, психологічні та фізіологічні механізми були представлені в роботах М.О. Агаджаняна, О.О. Реана, Л.С. Виготського, О.М. Леонтєва, Р. Дісона, Джеймса Д.А. Паркера [1; 6; 10; 8; 13; 14].

Проблеми адаптації студентів і молодих фахівців як форми соціальної діяльності особистості піднімаються в роботах В.Д. Острової, В.А. Семиченко, О.М. Галус [9, 12]. Причиною складної адаптації вважали інфантильність та несформованість особистості такі дослідники як А.В. Булгаков, А.А. Віноградова [4, 5]. На безпосередньому впливі оточення та сім'ї на ефективність процесу адаптації першокурсника наголошували Л.Н. Бороніна, Ю.Р. Вишневський, Я.В. Дидковська та інші [3]. Одним з важливих напрямків дослідження адаптації є розгляд соціальної адаптації як процесу та результату активної адаптації особистості до умов нового соціального середовища. Соціальна адаптація розглядається не лише як пристосування, а як постійний процес інтеграції індивіда в суспільство, засвоєння його норм і вимог [2, 7].

Аналіз літератури підводить до висновку, що перший рік навчання в університеті є

найскладнішим і найбільш важливим етапом, під час якого відбувається випробування психічних, фізичних, інтелектуальних потенціалів особистості, етапом формування самооцінки, самовизначення, життєвих цінностей і пріоритетів.

Процес адаптації визначається як внутрішніми (здатність до самопізнання, фізичні та інтелектуальні здібності, емоційний стан, визначення самооцінки), так і зовнішніми (соціальна спільнота, згуртованість, психологічний клімат, функціональна цілісність, підтримка оточення та сім'ї та багато іншого) факторами. Процес адаптації людини до соціального середовища може ускладнюватися через конфлікт власних етичних норм і уявлень з правилами і законами, які диктує соціум. О.О. Реан розглядає адаптацію як процес інтеграції особистості, в результаті якого досягається здатність людини стати частиною соціуму, усвідомити свою приналежність до неї, виконувати її вимоги, норми і правила, прагнути до саморозвитку, вдосконалювати самопізнання, підвищувати самооцінку [10]. Процес адаптації можна вважати успішним, якщо актуальні потреби особистості вкладаються в рамки, які встановлює соціум. Говорячи про адаптацію першокурсників до умов навчання у закладах вищої освіти не варто розглядати конкретний навчальний заклад і конкретні умови. В умовах освітньої мобільності молоді може неодноразово змінювати навчальний заклад, оточення і соціальне середовище. Отже, важливо розвивати здатність і готовність особистості легко пристосовуватися до нових умов. К. Роджерс вважав, що механізм адаптації формується на здібності особистості усвідомлювати свої внутрішні ресурси, а також узгоджувати своє "реальне Я" та "ідеальне Я" [11]. Якщо студент має низьку самооцінку, він не може почуватися у безпеці, переступити дидактичний і психологічний бар'єр. Перебуваючи у стані фрустрації, першокурсник захищається від агресивного для нього середовища проявами негативного ставлення до навчання, викладачів, однокурсників. Кожна особистість потребує визнання своєї діяльності, можливість самопізнання і здатність усвідомити саму себе, своє "Я". Ступінь адаптованості залежить від того, наскільки соціум сприймає і схвалює результати діяльності особистості. Відчуваючи несприйняття з боку оточення, першокурсник намагається відшукати такий механізм взаємодії, який наблизить його до комфортної взаємодії із середовищем. Процес соціалізації відбувається протягом всього життя, але цілеспрямоване формування вміння самостійно оцінювати свою

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ УСПІШНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

діяльність має закладатися ще під час навчання у школі. Формування самооцінки складається із здатності особистості адекватно оцінювати свої можливості, ставлення до себе, ставлення до інших людей, вміння критично оцінювати свою діяльність, виявляти і аналізувати причини своїх невдач. Навички адекватної самооцінки впливають на ефективність навчання, встановлення міжособистісних стосунків в колективі і в подальшому визначають успішну професійну діяльність фахівців.

Цілеспрямоване формування самооцінки має бути системним і комплексним, починаючись із сім'ї та школи, та підтримуватися протягом усього життя. Сім'я і школа мають сформувати такі цінності та еталони, які не протирічать загальним вимогам, прийнятим суспільством. Майбутній першокурсник повинен винести із школи вміння вирішувати не лише академічні, але й соціальні завдання, порівнювати свої показники із загальноприйнятими еталонами. Бездоганна академічна компетентність не є запорукою легкої адаптації першокурсника без навичок вирішення соціальних проблем. Процес адаптації може ускладнюватися ще такими факторами, як різний соціальний рівень, національність, віросповідання, політичні переконання тощо. Необхідно враховувати також і вікові особливості першокурсників, вікова категорія яких 17 – 18 років – період емоційного коливання, юнацького нігілізму та максималізму, сором'язливості та непокори. Всі ці фактори загострюються через зміну звичного середовища, новий формат навчання, незнайомий колектив, спокуси великого міста, звільнення від батьківського контролю для студентів з інших міст та селищ. Остання категорія студентів більше за інших відчуває дискомфорт, пов'язаний із вступом до університету. Окрім загальних проблем, з якими стикаються всі першокурсники, студенти з інших міст залишаються сам на сам з побутовими випробуваннями, оскільки змушені селитися в гуртожитках або винаймати житло самостійно. Студенти, не навчені вирішувати соціальні проблеми ще у школі, відчувають себе розгубленими і безсилими, що впливає на ефективність навчання, показником чого є перша сесія.

Іншим чинником, який ускладнює процес адаптації є невіправдані очікування від навчання у закладах вищої освіти, розчарування і небажання опанувати обрану спеціальність. Дослідження показують, що 57% першокурсників на момент вступу до закладів вищої освіти не мали уявлення про систему і організацію навчального процесу, обсяг годин, які відводяться

на аудиторну та самостійну роботу, обсяг навчального матеріалу та форми контролю. Вступаючи до закладу вищої освіти, вони недооцінювали ступінь навантаження і відповідальності, покладаючись на ті уявлення про навчання, які вони отримали у школі. Отже, коли першокурсник усвідомлює протиріччя між уявленням та реальністю, природний процес адаптації перетворюється на протиборство, набуває деструктивного характеру. Тобто, певна частина першокурсників взагалі не має уявлення, з якою метою вони вступили до закладу вищої освіти, або користувалися зовнішніми мотивами для вступу до закладу вищої освіти. Відповідно вони не мають основи для адаптації.

Опитування першокурсників у першому семестрі навчання виявили основні труднощі, з якими зіткнулися студенти: брак вільного часу, відсутність щоденного контролю знань, недостатній рівень шкільної підготовки, надмірна завантаженість навчальним матеріалом, незручний розклад, недолік уваги і допомоги з боку деканату, труднощі з організацією своєї діяльності, фінансові проблеми, нове оточення, віддаленість від батьків (для студентів з інших міст), непорозуміння з викладачами, розчарування рівнем технічного забезпечення навчання, дискомфортні умови проживання в гуртожитку тощо. Всі розглянуті вище фактори ускладнюють процес адаптації студентів, що має негативний вплив на якість навчання.

**Висновки.** Отже, задача суспільства – допомогти першокурснику скоріше адаптуватися до навчання, подолати як внутрішні, так і зовнішні фактори, які чинять дискомфорт. Підготовка до студентського життя має починатися в шкільні роки за підтримки сім'ї та вчителів. Суттєвим чинником соціалізації майбутнього першокурсника є вміння критично оцінювати свою діяльність та поведінку, мати адекватну самооцінку. Для запобігання розчарувань від обраної професії, необхідно зорієнтувати старшокласників на ринку праці, а також пояснити специфіку навчального процесу в університеті. Враховуючи відсутність щоденного контролю знань в університеті, батьки повинні постійно контактувати з деканатами, щоб мати можливість вчасно відреагувати на можливі зауваження щодо результатів навчання першокурсника.

Необхідна спеціальна робота щодо формування сприятливої соціально-психологічної атмосфери серед студентів. Успішність соціалізації першокурсників не в останню чергу залежить від взаємостосунків у студентському колективі, ролі старости та куратора. Активне залучення

студентів до позанавчальної колективної діяльності (секції, гуртки, клуби, концерти, екскурсії, групова дослідницька робота тощо) створює атмосферу довіри та єднання членів колективу, відповідно прискорюючи процес адаптації. Враховуючи зростаючу кількість студентів з тимчасово окупованих територій України, робота щодо адаптації першокурсників повинна бути диференційованою, бо саме ця категорія студентів потребує ретельної уваги.

Предметом подальшого дослідження виступають гендерні особливості адаптації першокурсників.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Агаджанян Н.А., Смирнов В.М. Нормальная физиология. Москва, 2009. 520 с.
2. Березин Ф.Б. Психологическая и психофизическая адаптация. Ленинград, 1988. 242 с.
3. Боронина Л.Н., Вишневский Ю.Р., Дидковская Я.В. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции. *Университетское управление: практика и анализ*. 2001. № 4(19). С. 65–69.
4. Булгаков А.В. Дизайн группы как возможное интегральное понятие в изучении и управлении межгрупповой адаптацией. *Вестник МГОУ. Серия "Психологические науки"*. 2011. № 1. С. 45–53.
5. Виноградова А.А. Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе. *Образование и наука*. 2008. № 3(51). С. 37–48.
6. Выготский Л.С. Педология подростка. Собр. соч. в 6-ти т. Т. 4. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. Москва, 1984. С. 146–161.
7. Калайков И.Д. Цивилизация и адаптация. Москва, 1984. 121 с.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность : учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по направлению и спец. "Психология", "Клиническая психология". Москва, 2004. 346 с.
9. Острова В.Д. Особливості соціально-психологічної адаптації сучасної студентської молоді: потреба у психологічному супроводі. URL: <http://vuzlib.com/content/view/571/94/>.
10. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. Санкт Петербург, 2006. 479 с.
11. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва, 1994.
12. Семиченко В.А., Галус А.М. Психология направленности: Учебное пособие / Под общ. ред. проф. В.А. Семиченко. Хмельницкий, 2003. 521 с.
13. Dyson, R., Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms,

stress, and coping. *Journal of clinical psychology*, Vol. 62, No. 10, pp.1231–1244. [in English]

14. Parker, James D.A., Summerfeldt, Laura J., Hogan, Marjorie J., Majeski, Sarah A. (2004). Emotional intelligence and academic success: examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, No. 36, pp. 163–172. [in English].

#### REFERENCES

1. Agadzhanian, N.A. & Smirnov, V.M. (2009). *Normalnaya fiziologiya* [Normal physiology]. Moscow, 520 p. [in Russian].
2. Berezin, F.B. (1988). *Psikhologicheskaya i psikhofizicheskaya adaptatsiya* [Psychological and psychophysical adaptation]. Leningrad, 242 p. [in Russian].
3. Boronina, L.N., Vishnevskiy, Yu.R. & Didkovskaya, Ya.V. (2001). *Adaptatsiya pervokursnikov: problemy i tendentsii* [Adaptation of first-year students: problems and tendencies]. *University management: practice and analysis*. No. 4(19), pp. 65–69. [in Russian].
4. Bulgakov, A.V. (2011). *Dizayn gruppy kak vozmozhnoe integralnoe ponyatie v izuchenii i upravlenii mezhruppovoy adaptatsiey* [Group design as a possible integral concept in the study and management of intergroup adaptation]. *Bulletin of MSRU. Issue "Psychological Science"*. No. 1, pp. 45–53. [in Russian].
5. Vinogradova, A.A. (2008). *Adaptatsiya studentov mladshikh kursov k obucheniyu v vuze* [Adaptation of junior students to university studies]. *Education and science*. No. 3(51), pp. 37–48. [in Russian].
6. Vygotskiy, L.S. (1984). *Pedologiya podrostka* [Teen's pedology]. Collected works in 6 volumes. V. 4. Child psychology. Edited by D.B. Elkonina. Moscow, pp. 146–161. [in Russian].
7. Kalaykov, I.D. (1984). *Tsivilizatsiya i adaptatsiya* [Civilization and adaptation]. Moscow, 121 p. [in Russian].
8. Leontev, A.N. (2004). *Deyatelnost. Soznanie. Lichnost: ucheb. posobie dlya stud. vuzov, obuchayushchikhsya po napravleniyu i spets. "Psikhologiya", "Klinicheskaya psikhologiya"* [Activities. Consciousness. Personality: Tutorial for students studying Psychology]. Moscow, 346 p. [in Russian].
9. Ostrova, V.D. *Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii suchasnoi studentskoi molodi: potreba u psykholohichnomu suprovodi* [Features of socio-psychological adaptation of modern student youth: the need for psychological support]. [Electronic resource]. Available at: <http://vuzlib.com/content/view/571/94/>. [in Ukrainian].

10. Rean, A.A., Kudashev A.R. & Baranov, A.A. (2006). *Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika.* [Psychology of personality adaptation. Analysis. Theory. Practice.]. St.Petersburg, 479 p. [in Russian].
11. Rodzhers, K. (1994). *Vzglyad na psikhoterapiyu. Stanovlenie cheloveka* [A look at psychotherapy. Formation of a person]. Moscow. [in Russian].
12. Semichenko, V.A. & Galus, A.M. (2003). *Psikhologiya napravlenosti: Uchebnoe posobie* [Psychology of orientation: tutorial]. (Ed.) V.A.Semichenko. Khmel'nitskiy, 521 p. [in Russian].
13. Dyson, R. & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of clinical psychology*, Vol. 62, No. 10, pp. 1231–1244. [in English].
14. Parker, James D.A., Summerfeldt, Laura J., Hogan, Marjorie J., Majeski, Sarah A. (2004). Emotional intelligence and academic success: examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, No. 36, pp. 163–172. [in English].

Стаття надійшла до редакції 13.05.2019

УДК 37.022(44)Ален:101.1

DOI:

**Марія Март'янова**, викладач кафедри іноземних мов  
Запорізького державного медичного університету

### ВПЛИВ ПРЕДСТАВНИКІВ КЛАСИЧНОЇ ФІЛОСОФІЇ НА ПЕДАГОГІЧНІ МЕТОДИ АЛЕНА

У статті розглянуто основні педагогічні погляди, які розділяє Ален (Еміль-Огюст Шарт'є) з французьким філософом Ж.-Ж. Руссо та нідерландським філософом Б. Спінозою. Визначено основні паралелі в педагогічних концепціях французьких вчених, такі як ідея свободи мислення і судження та виховання працездатності під час навчання. З'ясовано, що при вивченні методів морального виховання, Ален звертався до робіт Б. Спінози. Виявлено, що обидва вчених виказували думку, що освіта базується на загальній цілі – пошуку істини людського буття. Встановлено, що процес пізнання допомагає впоратися з афектами та сприяє самоудосконаленню.

**Ключові слова:** принцип природи; працездатність; метод “інтерв'ю”; мораль; активний підхід.

**Літ. 13.**

**Mariya Martyanova**, Lecturer of the Foreign Languages Department  
Zaporizhzhya State Medical University

### THE INFLUENCE OF REPRESENTATIVES OF CLASSICAL PHILOSOPHY ON ALAIN'S PEDAGOGICAL METHODS

The article is devoted to the main pedagogical views of such scientists as Alain (Emile Auguste Chartier), J.-J. Russo and B. Spinoza. It was found out that Alain had analyzed the ideas of his colleagues in his works “History of my thoughts” and “Spinoza”. It was formed the main theses of Rousseau's pedagogical concepts. One of them is contact with nature, an important component which helps to develop natural skills and gain experience. The principle of freedom is based on working competence. Working is also described as an educative method which helps to form positive moral qualities. The method of interview with a teacher, which aim is to develop communicative skills and found out interesting and necessary information, is presented. It is considered that the method of “natural consequences”, which includes the analysis of wrong actions, inculcates resolute qualities. The scientist criticized artificial illustrations, insisting on instructions by means of showing objects. The article determines the main parallels of pedagogical concepts of French philosophers (Alain and J.-J. Russo), such as: the idea of freedom of thought, and judgment and the education of efficiency during studying. It was found out that during studying the methods of moral education, Alain referred to B. Spinoza's works. The main theorems from Spinoza's “Ethica Ordine Geometrico Demonstrata” were described. They are natural beginning in all spheres of human activity, active attitude to life which contains will power and energy and hard-working nature. It was stressed that the main target of education is not only the preparing for the adulthood, but also student's self-improvement. The position of the struggle with passions and the concentration on the idea of moral and spiritual growth is considered to be the main way of self-improvement. The Spinoza's and Russo's influence on Alain's pedagogical methods is proved.

**Keywords:** a principle of nature; working capacity; a method of “interview”; morality; an active approach.

**П**остановка проблеми. Сучасна педагогіка направлена на всебічний розвиток дитини та допомогу вдосконалення практичних навичок, які допоможуть адаптуватися в дорослому житті. Кожна країна намагається вибудувати свою