

Дідух М. М. – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри юридичної психології Національної академії внутрішніх справ, м. Київ
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2331-4603>

Проблеми й основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти

У статті розглянуто особливості адаптації студентської молоді до умов освітнього середовища закладів вищої освіти. Визначено, що протягом навчання в студентів закладаються основи професіоналізму, формується потреба й готовність до безперервної самоосвіти в умовах, що змінюються. Значною мірою це визначається успішністю адаптаційних процесів, які слід урахувати в освітньому процесі. Таким чином, **метою** нашого дослідження є визначення особливостей адаптації студентів до умов освітнього середовища закладів вищої освіти. **Методологічну основу** статті становлять загальні психологічні положення про сутність і розвиток особистості в процесі життєдіяльності, теоретичні положення про сутність і закономірність психічного розвитку особистості, її соціально-психологічної адаптації, принцип системного підходу, який набув значного поширення в сучасних наукових розробках. Встановлено, що проблеми, пов'язані із засвоєнням знань на першому курсі, можна пояснити не низьким рівнем підготовки в школі, а несформованістю таких рис особистості, як готовність до навчання, здатність учитися самостійно, контролювати й оцінювати себе, знати власні особливості пізнавальної діяльності; невмінням правильно розподіляти свій час для самостійної підготовки. Успішність процесу адаптації залежить від психологічних властивостей особистості та рівня її розвитку, що визначається оптимальним рівнем особистісної регуляції діяльності й поведінки. Критеріями адаптованості слід вважати інтеграцію студента в освітнє середовище, визначення власного місця в соціальній і професійній структурі, загальний рівень здоров'я, здатність розвиватися відповідно до власного потенціалу життєдіяльності, суб'єктивне почуття самоповаги. **Наукова новизна** дослідження полягає у визначенні труднощів у навчальній діяльності студентів-психологів першого курсу, що заважали їхній успішній адаптації. На підставі узагальнення отриманих даних визначено, що основними сферами, у яких виявляються найвагоміші проблеми з пристосуванням, є такі: освітній процес, побут, позанавчальна діяльність, комунікативні проблеми в студентській групі. Завдяки методам анкетування та бесіди було встановлено найтипівіші ситуації, що так чи інакше сприяють порушенню адаптаційних можливостей. **Висновки.** Отже, оптимізація процесу адаптації до навчання у закладах вищої освіти повинна передбачати розуміння викладачами, кураторами та керівництвом освітнього закладу змісту, динаміки та особливостей адаптації студентів. Тому організація освітнього процесу, з урахуванням закономірностей адаптації студентів до різних видів діяльності та умов їх життя, є першочерговим завданням вищої школи.

Ключові слова: адаптація; адаптаційний процес; пристосування; порушення адаптації; навчальна діяльність; студент.

Вступ

Професіоналізація особистості студентів у системі вищої освіти передбачена Законом України «Про вищу освіту» та розповсюджується на всі пізнавальні процеси, формування здатності до самостійного вироблення засобів досягнення поставлених професійних цілей, передумовою яких є наявність механізмів планування та програмування власної діяльності.

Основні завдання вищої школи спрямовані на стимулювання пізнавальної та особистісної активності студентів у навчально-виховному процесі. У зв'язку з цим першочергового значення набуває дослідження наявності в них відповідних задатків, які є передумовою успішності навчання та складають систему психологічної готовності першокурсників до навчально-професійної діяльності, а також пов'язаних з цим труднощів.

Навчання у закладі вищої освіти (далі – ЗВО), відповідно до Болонської конвенції,

характеризується переходом на нові моделі навчання, суттєвою зміною навчальних планів та критеріїв оцінювання знань, впровадженням нових педагогічних технологій і стандартів освіти. Як за формою, так і за змістом навчання у вищій школі стає складнішим. Тому важливим параметром психологічної готовності студентів до навчання є показник його адаптованості у вищому навчальному закладі.

Мета і завдання дослідження

Метою дослідження є вивчення особливостей адаптації майбутніх спеціалістів до навчання у ЗВО. Для досягнення поставленої мети необхідно було виконати такі завдання: дослідити теоретичні підходи до проблеми адаптації студентів ЗВО, визначити головний зміст поняття «адаптація студентів до навчання», дослідити головні труднощі, що впливають на успішність протікання процесу адаптації.

Виклад основного матеріалу

У психолого-педагогічній літературі існують різні підходи до розкриття змісту поняття «адаптація». Одні автори визначають адаптацію як процес, результат «приспособлення», а інші – як «взаємодію» людини з людиною (певним колективом, групою), чи як «взаємодію» людини та середовища.

Поняття «адаптація» має такі значення:

- властивість формування в організмі зв'язку з навколишнім середовищем або пристосувальна функція (П. К. Анохін, В. М. Блейхер, Т. Г. Дичев, В. П. Казначеев, В. Крик, Є. К. Тарасов, Т. І. Фролова);

- пристосування органа, організму, особистості або групи до змінених зовнішніх умов (В. П. Зінченко, М. І. Конюхов, Б. Г. Мещеряков, К. К. Платонов);

- сукупність адаптаційних реакцій організму, що мають загальний захисний характер (В. І. Берзін, Г. Сельє);

- як процес активного пристосування та вольової регуляції засвоєних норм та цінностей, так і готовність до використання різноманітних ресурсів (інформаційних, комунікативних, організаційних тощо), які допомагають професійному та особистісному становленню (Nalchadznian, 1985).

Завдяки проведеному аналізу проблеми адаптації студентів до умов освітнього середовища ЗВО отримано можливість виокремити декілька напрямів досліджень, а саме: узагальнення досвіду роботи колективів з проблеми адаптації до нових умов навчальної діяльності (Б. Брудний, Л. Вяткін, Н. Ісаєва, В. Казміренко, Л. Космогорова, Т. Леонтьєва, В. Слободчиков, Т. Шишигіна, Ж. Філіпова та ін.); труднощі початкового етапу навчання та чинників, що впливають на адаптивний процес (А. Андреева, С. Гапонова, Л. Гаценко, Ю. Кустов, А. Леонтьєв, А. Рувинський, Р. Шевченко); вивчення адаптації студентів на початкових етапах навчання у ЗВО (Т. Алексєєва, Ю. Бохонокова, Н. Герасимовоа В. Демченко, О. Кузнєцова, Л. Литвинова, В. Скрипник, І. Соколова); педагогічні аспекти адаптації студентів (С. Гура, В. Сорочинська, В. Штифурак). Науковці визначають адаптацію як процес опановування професійною діяльністю з найменшими затратами часу і сил, налаштованість на виконання професійних обов'язків, чутливість до колективних цілей, здатність до входження в систему професійних, соціальних і міжособистісних взаємин. Л. Гришанов та В. Цуркан (Hryshanov, & Tsurkan, 1990) зазначають, що процес адаптації відбувається упродовж усього життя особистості. Здатність до адаптації визначає здатність до подолання різних перешкод у пошуку власного місця у життєвому просторі. Це є

вирішальним фактором успішного розвитку молодшої людини (Hladysh, 2019).

Розглядаючи визначення поняття «адаптація до навчання у ЗВО», слід виокремити наступні підходи до його розуміння:

- комплексний, динамічний процес, обумовлений взаємодією суб'єктивних й об'єктивних соціально-психологічних, психічних, психофізіологічних та фізіологічних чинників (Vorozhbyt, 2013);

- складне багатогранне приєднання студентів до нової системи вимог і контролю, нового колективу, а для деяких – і нового середовища (Andreeva, 1972; Slobodchikov, 2008);

- пристосування індивіда до групи, всього студентського колективу, прийняття нормативно-правових вимог перебування у ЗВО, осмислене прийняття норм моралі та культури й адаптація до проживання у гуртожитку (Vitkovskaia, & Trotsuk, 2011).

Слід зазначити, що автори виокремлюють так звану біологічну адаптацію, що передбачає адаптацію до нових умов (кліматичних, побутових, санітарних), режиму праці та сну, фізичних та нервових навантажень; режиму та якості харчування.

Як зазначає В. Казміренко (Kazmirenko, 2004), соціально-психологічна адаптація студентів у середовищі ЗВО складається з:

- 1) *професійно-фахової* адаптації, що зумовлює пристосування до змісту, умов та самостійної організації навчальної діяльності, формування навичок та спрямувань у навчальній і науковій роботі;

- 2) *активного чи пасивного пристосування* особистості до оточення, побудова стосунків і взаємин у студентських групах, формування стилю особистісної поведінки;

- 3) *соціально-фахову адаптацію* як прийняття суспільних вимог до майбутньої професійної діяльності.

Наукова новизна

Адаптація до умов навчання у ЗВО пов'язана, перш за все, з різкою зміною соціального стану особистості. Важливу роль у цьому процесі відіграє період переходу від шкільного навчання до студентського.

Як відомо, час навчання у закладах вищої освіти збігається з першим періодом зрілості, тому характеризується складністю становлення у молоді особистісних рис. У цьому віці підвищується значущість таких феноменів, як життєві цілі, спосіб життя, зобов'язання, кохання, вірність тощо. Спостерігається зміцнення свідомих мотивів поведінки, зміцнюються такі якості, як цілеспрямованість, самостійність,

ініціативність, рішучість. Важливу роль у процесі адаптації відіграє період переходу від шкільного навчання до студентського. У цей період відбувається різка зміна соціального стану. На початку навчання студенти стикаються з низкою труднощів: завищені вимоги до розумової працездатності; різноманітність інформації, яку необхідно засвоїти; високий рівень відповідальності; стресові ситуації, пов'язані зі складанням заліків, іспитів; порушення режиму дня; дефіцит часу. Діапазон наслідків, які ми можемо спостерігати в результаті дії цих стресогенних чинників, різноманітний – від порушення психічної та соціальної адаптації до формування невротичних розладів.

Досліджуючи труднощі, які стають перепонами на новому етапі життя студентів, Ю. О. Бохоноква (Bokhonkova, 2005) зазначає такі:

- переживання, пов'язані з перехідним періодом: від шкільного до дорослого життя;
- невизначеність мотивації вибору професії;
- неготовність до самостійного життя, налагодження побуту (особливо для нерезидентів);
- психологічна неготовність до відповідальності за себе, свої вчинки, прийняття рішень;
- невміння регулювати час, відведений на навчання і відпочинок;
- відсутність навичок самоконтролю, само-регуляції поведінки та діяльності;
- несформованість мотивації навчання в обраній професії.

Визначають два види адаптації: професійну та адаптацію до ЗВО як до системи отримання знань і розвитку здібностей. Отримання вищої освіти – це не лише набуття знань зі спеціальності, а й формування інтересу до навчання як певного виду діяльності, правильної організації навчального процесу та відповідних навичок самостійної роботи, що передбачає самостійний пошук і засвоєння студентом нової інформації, організацію діяльності, спрямованої на саморозвиток. Це сприяє чіткій організації самостійної роботи студентів, яка є необхідною умовою успішного навчання.

Якщо процес адаптації не відбувається своєчасно, то розвиток незадоволення навчання у ЗВО та порушення психічних функцій зростає невпинно, що значно погіршує навчально-професійну діяльність (Круглов, 2017).

Студенти-першокурсники є найбільш вразливою групою з точки зору адаптації (Harmash, & Kotsur, 2009). Нова, незнайома ситуація, до якої потрапляє студент з початком навчання у ЗВО, є для студента потенційно загрозливою з соціально-психологічної точки зору. Слід зазначити, що адаптація студентів-першо-

курсників в умовах нової системи освіти у вищих навчальних закладах не завжди проходить успішно.

У сучасній літературі зазначено, що адаптація до навчального процесу має декілька етапів:

- фізіологічна адаптація до навчального процесу (триває до двох тижнів);
- психологічна адаптація (триває до двох місяців);
- соціально-психологічна (триває до трьох років) (Hryshanov, Tsurkan, 1999).

У дослідженні особливостей адаптації студентів до навчального процесу С. Самигін зазначає, що вона закінчується наприкінці другого або на початку третього навчального семестру.

Успішність процесу адаптації залежить від психологічних властивостей особистості, рівня її розвитку, що визначається оптимальним рівнем особистісної регуляції діяльності та поведінки. Сформованість операційних механізмів для здійснення певної стратегії навчальної діяльності впливає на успішну адаптацію до умов навчання. Критеріями адаптованості слід вважати інтеграцію особистості, визначення власного місця в соціальній і професійній структурі, загальний рівень здоров'я, здатність розвиватися відповідно до власного потенціалу життєдіяльності та суб'єктивного почуття самоповаги (Кокун, 2004).

Важливою особливістю зарахування до ЗВО є врахування даних лише щодо рівня успішності навчання абітурієнта. Поза увагою залишається інформація щодо особливостей особистості абітурієнта, його інтересів, мотивів вступу до ЗВО, вибору спеціальності. Знання індивідуальних особливостей студента, на підставі яких будується система залучення його до нових видів діяльності та нового кола спілкування, дають можливість зробити процес адаптації психологічно комфортним.

Слід зауважити, що особливістю адаптації студента до навчального закладу є її відповідність нормам і правилам закладу. До того ж кожен новачок по-своєму виявляє власну позицію, погоджуючись з усталеними принципами в колективі, або намагаючись нав'язати свою думку. З появою власних уявлень кожна людина починає формувати вимоги з приводу поліпшення умов навчання. Поступово вибудовуються стосунки між колективом та викладачами.

Отже, зміст процесу адаптації першокурсників до умов навчання можна визначити як:

- 1) пристосування до нового колективу, його традицій;
- 2) засвоєння нових норм навчальної діяльності, оцінок, способів самостійної роботи;

3) формування нового ставлення до професії;

4) пристосування до нових умов побуту;

5) пристосування до нових форм використання вільного часу (Fen, 1999).

Як було зазначено вище, студенти молодших курсів є найбільш вразливою категорією з точки зору адаптації. У своєму дослідженні А. Алеєва (Aleeva, 2000) та Т. Каткова (Katkova, 1999) пояснюють, що, в першу чергу, це пов'язано з незвично високими вимогами до розумової працездатності, а також високим рівнем відповідальності за власні дії, різноплановістю одержаної інформації. Значне зростання обсягів нової та різнопланової інформації, стресові ситуації, пов'язані із сесією, адаптація до студентського «дорослого» колективу, порушення режиму життя, дефіцит часу – все це призводить до підвищення напруження адаптаційно-компенсаторних механізмів. Наявність перелічених факторів значно впливає на рівень здоров'я молодого організму.

В. Агарков та В.Северін (Aharkov et al., 2001) зазначають, що вже під час вступу на 1-й курс, хронічні захворювання виявляються у 30,8 % абітурієнтів, а в частини першокурсників виявляється по два і більше захворювання. Спостерігається тенденція до зниження рівня фізичного здоров'я в процесі навчання, причому, більш істотно в осіб чоловічої статі. Засвоєння навчальних дисциплін більшістю студентів реалізується через значну зміну показників фізіологічних функцій, аж до розвитку нозологічної патології.

Першочергового значення у зв'язку з цим набуває дослідження особливостей адаптації студентів-першокурсників та чинників дезадаптаційної поведінки.

У межах науково-дослідної роботи було проведено анкетування щодо виявлення труднощів у навчальній діяльності студентів-психологів першого курсу НАВС, що заважали їхній успішній адаптації.

Розроблена нами анкета містила питання, які передбачали не лише самооцінні твердження студентів щодо стану їхньої адаптованості та чинників, що впливають на перебіг цього процесу, але й ставлення до організації навчального процесу, яке планувало успішне пристосування студентів до умов навчання. Питання анкети були сформульовані в простій та переважно відкритій формі, яка передбачала вільне висловлення студентів та надавала анкеті переваг нестандартизованого самозвіту. З метою отримання необхідних даних, було використано метод бесіди. Цей метод дозволяв за допомогою вербальної комунікації отримати від опитуваних інформацію психологічного характеру. Завдяки індивідуальним бесідам було уточнено зміст та значення певних відповідей.

Аналіз результатів дослідження надав можливість отримати такі дані.

У процесі узагальнення отриманих результатів анкетування було виявлено основні сфери, у яких виявляються найбільші проблеми з адаптацією. Умовно вони були поділені на чотири групи: навчальний процес, побут, позанавчальна діяльність, комунікативні проблеми у студентській групі (рис.1).

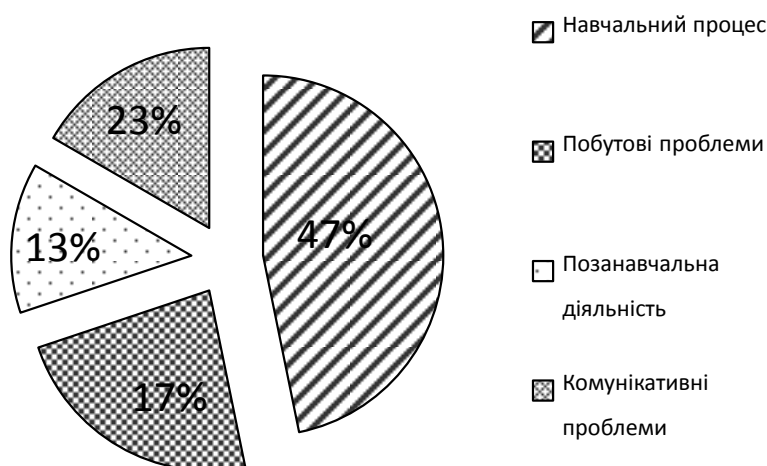


Рис. 1. Сфери вияву адаптаційних проблем

Відповідно до рис. 1, найбільші проблеми з адаптацією студенти визначили у сфері «навчальний процес» (47 %). Під час індивідуальних бесід було визначено, що до перелічених вище стресових ситуацій, пов'язаних з навчальною діяльністю, належать: невміння орієнтуватися в розкладі (його електронному вигляді), аудиторіях, каталозі бібліотеки; невміння конспектувати лекції та аналізувати інформацію значного обсягу; проблеми з чіткістю викладення власних думок; відсутність навичок роботи з підручниками та першоджерелами; низький рівень підготовки, отриманої в шкільні роки; невміння самостійно опрацьовувати навчальний матеріал; невпевненість у собі під час виступу на заняттях; негативні оцінки й розчарування у зв'язку з цим; стурбованість та страх перед здачею сесії.

Значний відсоток осіб визначили комунікативну сферу як ту, що характеризується певними труднощами (23 %). У процесі входження студентів у нову спеціальність, у групі першокурсників створюється не лише система взаємостосунків, але й мікрогрупи, які впливають на особливості розвитку всієї групи. Тому кожен має можливість брати участь у встановленні правил і норм поведінки, формуванні характеристики певної групи. Саме можливість брати участь у цьому процесі визначили як одну із провідних проблем. Окрім цього, для деяких студентів виявилось складно проявляти себе, як члена колективу, завойовувати авторитет і повагу одногрупників. Виникають складнощі в пошуці односторонніх серед членів своєї групи, умінні встановлювати та розвивати позитивні підтримуючі взаємостосунки, надавати й отримувати емоційну підтримку.

У третю групу було виокремлено сферу, пов'язану з побутом (17 %). Сюди слід зарахувати проблеми, пов'язані із забезпеченням житлом (для осіб, що прибули на навчання з інших міст); умовами проживання в гуртожитку; несаможиттєвості щодо реалізації різного роду побутових питань (готування їжі, прибирання тощо); незбалансованістю під час поєднання навчання та відпочинку; труднощами з харчуванням; невмінням планувати свій бюджет; особливостями самостійного життя у відриві від родини загалом.

Четверта група передбачала проблеми, що виникають у позанавчальній діяльності (13 %). Насамперед це пов'язано з недостатністю часу на спілкування з друзями та відпочинок; перевантаженнями з самостійним опрацюванням матеріалу і, як наслідок, неможливістю відвідування різного роду гуртків та секцій; відсутністю інформації щодо наявності та можливості відвідування в позанавчальний час юридичних клінік (з метою засвоєння практичних професійних знань), гуртків художньої самодіяльності НАВС (танцюристів, співаків-аматорів, членів команди КВК) та спортивних секцій; проблеми, пов'язані із пошуком джерела додаткового фінансового забезпечення (підробітків під час навчання в академії).

Слід зазначити, що студенти визначили фактори, які ускладнюють процес адаптації: хвороба членів сім'ї, конфлікти з друзями та одногрупниками, переїзд, зміна фінансового стану, взаємостосунки з протилежною статтю.

Досліджуючи причини, що викликають проблеми з адаптацією в навчальній діяльності, студентами були визначені найбільш типові ситуації, що так чи інакше сприяють порушенню адаптаційних можливостей особистості (рис. 2).

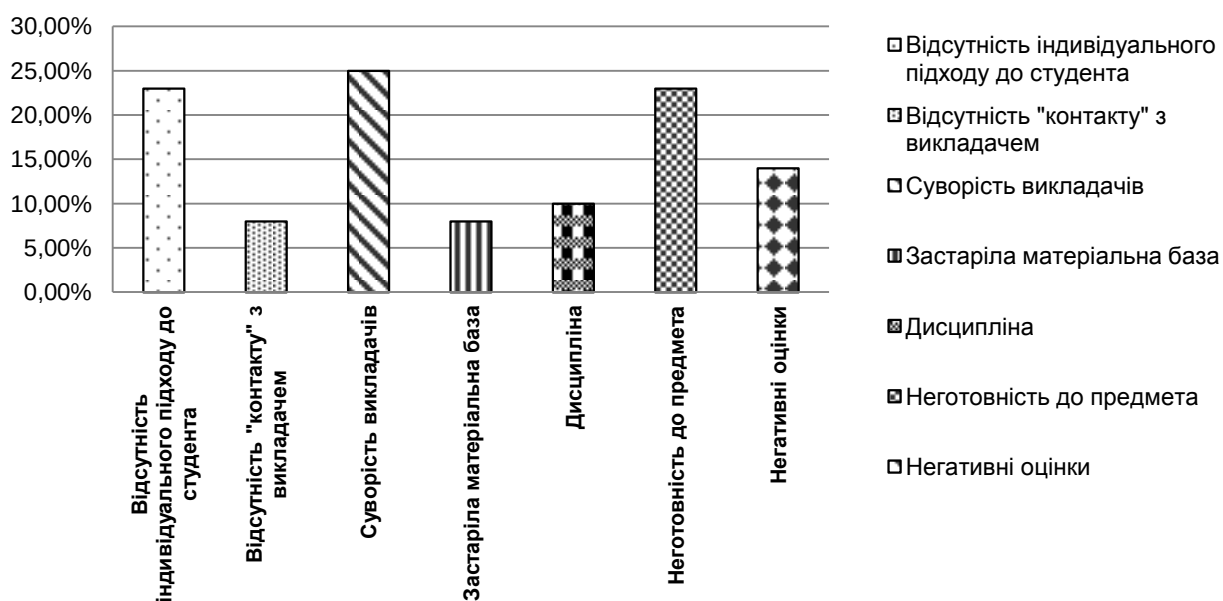


Рис. 2. Ситуації, які сприяють порушенню адаптації до навчальної діяльності

Серед найпопулярніших пропозицій щодо покращення освітнього процесу й відпочинку прозвучали такі:

- зменшення кількості екзаменів та заліків, що виносяться на сесію;
- зменшення обсягу навчального навантаження;
- забезпечення бібліотеки необхідними підручниками;
- здобуття професійних навичок у позанавчальний час шляхом організації брейн-рингів, квестів та різного роду змагань;
- збільшення кількості цікавих для студентів предметів у навчальній програмі;
- зменшення кількості самостійної роботи;
- сумісна організація дозвілля з викладачем та куратором, шляхом відвідування музеїв, виставок, театрів, а також організація екскурсій;
- перенесення початку першої пари на пів години пізніше.

Одним з найголовніших було висловлено побажання, щоб кожен викладач заходив до аудиторії з гарним настроєм та усмішкою на вустах.

Висновки

Профілактичну роботу щодо попередження дезадаптивних форм поведінки до умов навчання слід починати з жовтня місяця, оскільки у вересні студенти 1 курсу перебувають у стані ейфорії, проблеми не усвідомлюються та вважаються несерйозними. Часто першокурсники замислюються над ними лише після першої чи другої сесії, що призводить до реалізації помилковості їх очікувань.

До адаптаційних проблем першокурсників належать:

- хибні, неадекватні очікування;
- невизначеність життєвих планів і цілей;
- невизначеність власної стратегії навчання;
- зовнішня мотивація навчання («для батьків», «щоб отримати диплом»);
- необізнаність із поведінковими нормами та стандартами студентського середовища.

З метою попередження адаптаційних проблем слід здійснювати такі завдання:

1) завдання інформування – про умови проживання, навчальні предмети, науково-педагогічний склад, студентські організації, спортивні гуртки, гуртки студентської самодіяльності, психологічну службу ЗВО;

2) комунікативні задачі – сформувати колектив, налагодити спілкування у групі, налагодити стосунки між студентами та викладачами, кураторами, керівним складом академії;

3) навчальні задачі – допомога в оволодінні навчальними навичками, планування часу, самоорганізація тощо (Ocheretniuk, Lysenko, Palamarchuk, Zakalata, & Kernychnyi, 2018).

Також значний вплив на успішність процесу соціально-психологічної адаптації чинить допомога та підтримка студентів-першокурсників зі сторони дорослих – кураторів, педагогів, психологів. Вони мають створити такі умови, за яких буде відбуватися не лише адаптація студентів до нових умов навчання, а й формування готовності у кожного студента максимального розкриття власних здібностей.

Таким чином, повинна здійснюватись доволі значна робота, спрямована на розширення системи психологічних заходів з метою полегшення адаптації студентів до процесу навчання у ЗВО (Vasylenko, 2010).

Отже, адаптацію студентів до умов навчання у ЗВО слід розглядати як процес і результат встановлення взаємної відповідності між потребами особистості студента та вимогами навчання. Цей процес характеризується складністю, різнобічністю та динамічністю. Показниками адаптації є такі чинники: на рівні групи – входження до групи, прийняття певного соціального статусу, прийняття правил групи, інституту, академії; на рівні академії – знання інфраструктури групи (корпусів, гуртожитку, бібліотеки тощо), знання керівництва кафедр, інституту й академії. Успішність даного процесу неможлива без врахування індивідуальних особливостей особистості студента.

REFERENCES

- Aharkov, V.I., Shvydkyi, O.V., & Severyn, H.K. (et al.). (2001). *Formuvannia, otsinka ta korektsiia sposobu zhyttia studentiv* [Formation, assessment and correction of students' lifestyles]. Donetsk: DDMU [in Ukrainian].
- Aleeva, A.Ia. (2000). *Metodika adaptatsii inostrannykh studentov k uchebno-informatsionnoi srede vuza posredstvom informatsionnykh tekhnologiy* [Methods of adaptation of foreign students to the educational and information environment of the university through information technology]. *Candidate's thesis*. Tambov [in Russian].
- Andreeva, D.A. (1972). *Problemy adaptatsii studentov* [Student adaptation problems]. *Molodezh i obrazovanie, Youth and education, XI-XII*, 25-27 [in Russian].

- Bokhonkova, Yu.O. (2005). Mozhlyvosti korektsii osobystisnykh chynnykiv sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii [Possibilities of correction of personal factors of social and psychological adaptation]. *Sotsialna psykholohiia, Social Psychology*, 2(10), 43-58 [in Ukrainian].
- Fen, O. (1999). Diahnostyka psykholohichnykh problem pershokursnykiv [Diagnosis of psychological problems of freshmen]. *Psykhologichna adaptatsiia studentiv pershoho kursu do umov navchannia u vyshchomu zakladi osvity, Psychological adaptation of first-year students to the conditions of study in a higher education institution*, 28-37 [in Ukrainian].
- Harmash, L., & Kotsur, N. (2009). Shliakhy optymizatsii intelektualnoho potentsialu studentiv-pershokursnykiv pry adaptatsii do navchalnoho protsesu v VNZ [Ways to optimize the intellectual potential of first-year students in adapting to the educational process in universities]. *Aktualni problemy psykholohii. Psykhologhiia navchannia. Medychna psykholohiia, Actual problems of psychology. Psychology of training. Medical Psychology*, 13(10) [in Ukrainian].
- Hladysh, M.O. (2019). Naukovi pidkhody do problemy adaptatsii studentiv z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v umovakh zakladu vyshchoi osvity [Scientific approaches to the problem of adaptation of students with special educational needs in the conditions of higher education institution]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh, Pedagogy of formation of creative personality in higher and secondary schools*, 63(2), 55-58. doi: 10.32840/1992-5786.2019.63-2.11 [in Ukrainian].
- Hryshanov, L.K., & Tsurkan, V.D. (1990). Sotsiologicheskie problemy adaptatsii studentov mladshykh kursov [Sociological problems of adaptation of junior students]. *Psykhologo-pedagogicheskie aspekty adaptatsii studentov k uchebnomu protsessu v vuze, Psychological and pedagogical aspects of students' adaptation to the educational process at the university: Proceedings of the Scientific words*. (pp. 3-17). Kishinev [in Russian].
- Ivaniuk, I.Ya. *Problemy adaptatsii studentiv [Problems of student adaptation]*. Retrieved from <http://www.confcontact.com/2007nov/ivanyuk.php> [in Ukrainian].
- Katkova, T.I. (1999). Sotsialno-professionalnaia adaptatsiia studentov ekonomicheskogo vuza [Social and professional adaptation of students of an economic university]. *Candidate's thesis*. Zaporozne [in Russian].
- Kazmirenko, V.P. (2004). Prohrama doslidzhennia psykhosotsialnykh chynnykiv adaptatsii molodoi liudyny do navchannia u VNZ ta maibutnoi profesii [The program of research of psychosocial factors of young person's adaptation to university education and future profession]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota, Practical Psychology and Social Work*, 6, 76-78 [in Ukrainian].
- Kokun, O.M. (2004). *Optymizatsiia adaptatsiinykh mozhlyvostei liudyny: psykhofiziologichnyi aspekt zabezpechennia diialnosti [Optimization of human adaptive capacity: psychophysiological aspect of activity support]*. Kyiv: Milenium [in Ukrainian].
- Kryvonos, O.B. (2017). Orhanizatsiia sotsialno-pedahohichnoi adaptatsii studentiv [Organization of social and pedagogical adaptation of students]. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnologii, Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 7(71), 69-79. doi: 10.24139/2312-5993/2017.07/069-079 [in Ukrainian].
- Nalchadzian, A.A. (1985). *Lichnost. Gruppovaia sotsializatsiia i psikhicheskaia adaptatsiia [Personality. Group socialization and mental adaptation]*. Erevan: Izd-vo AN ArmSSR [in Russian].
- Ocheretniuk, A.O., Lysenko, D.A., Palamarchuk, O.V., Zakalata, T.R., & Kernychnyi, V.V. (2018). Problema adaptatsii studentiv-medykiv pershoho kursu do navchalnoho protsesu [The problem of adaptation of first-year medical students to the educational process]. *Visnyk Vinnytskoho natsionalnoho medychnoho universytetu, Bulletin of the Vinnitsa National Medical University*, 3(22), 543-547. doi: 10.31393/reports-vnmedical-2018-22(3)-31 [in Ukrainian].
- Slobodchikov, V.I., & Mirzaianova, L.F. (2008). Uprezndaiushchaia adaptatsiia kak osobaia obrazovatelnaia deiatelnost prepodavateley vuza [Proactive adaptation as a special educational activity of university teachers]. *Pedagogika, Pedagogy*, 6, 68-73 [in Russian].
- Spirina, T.P., & Zariuhina, Yu.Ye. (2014). Osoblyvosti adaptatsii studentiv-pershokursnykiv do umov navchannia u vyshchomu navchalnomu zakladi [Features of adaptation of first-year students to the conditions of study in a higher education institution]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu, Scientific Bulletin of Uzhgorod National University*, 32, 182-184 [in Ukrainian].
- Vasylenko, M.M. (2010). Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii maibutnikh yurystiv do navchannia u VNZ MVS Ukrainy [Features of socio-psychological adaptation of future lawyers to study at the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. *Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu vnutrishnikh sprav, Scientific Bulletin of the Kyiv National University of Internal Affairs*, 4, 195-202 [in Ukrainian].
- Vitkovskaia, M.I., & Trotsuk, I.V. (2011). *Adaptatsiia inostrannykh studentov k usloviiam znizni i ucheby v Rossii [Adaptation of foreign students to living conditions and study in Russia]*. Retrieved from <http://www.ecsoman.edu.ru> [in Russian].
- Vorozhbyt, S.A. (2013). Osoblyvosti stratehii sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii studentiv pid vplyvom pochuttia doviry [Features of strategies of social and psychological adaptation of students under the influence of feelings of trust]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu, Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University*, 114, 30-35. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_9 [in Ukrainian].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Формування, оцінка та корекція способу життя студентів : метод. вказівки / [В. І. Агарков, О. В. Швидкий, Г. К. Северин та ін.]. Донецьк : ДДМУ, 2001. 14 с.
- Алеева А. Я. Методика адаптации иностранных студентов к учебно-информационной среде вуза посредством информационных технологий : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Тамбов, 2000. 212 с.
- Андреева Д. А. Проблемы адаптации студентов. *Молодёжь и образование*. 1972. Вып. XI–XII. С. 25–27.
- Бохонкова Ю. О. Можливості корекції особистісних чинників соціально-психологічної адаптації. *Соціальна психологія*. 2005. № 2 (10). С. 43–58.
- Фень О. Діагностика психологічних проблем першокурсників. *Психологічна адаптація студентів першого курсу до умов навчання у вищому закладі освіти*. 1999. С. 28–37.
- Гармаш Л., Коцур Н. Шляхи оптимізації інтелектуального потенціалу студентів-першокурсників при адаптації до навчального процесу в ВНЗ. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Медична психологія*. 2009. Вип. 13. Т. 10.
- Гладиш М. О. Наукові підходи до проблеми адаптації студентів з особливими освітніми потребами в умовах закладу вищої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 63. Т. 2. С. 55–58. doi: 10.32840/1992-5786.2019.63-2.11.
- Гришанов Л. К., Цуркан В. Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов. *Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе* : сб. науч. тр. Кишинев, 1990. С. 3–17.
- Іванюк І. Я. Проблеми адаптації студентів. URL: <http://www.confcontact.com/2007nov/ivanyuk.php>
- Каткова Т. І. Соціально-професійна адаптація студентів економічного вуза : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08. Запоріжжє, 1999. 203 с.
- Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молодшої людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 6. С. 76–78.
- Кокур О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 265 с.
- Кривонос О. Б. Організація соціально-педагогічної адаптації студентів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2017. № 7 (71). С. 69–799. doi: 10.24139/2312-5993/2017.07/069-079.
- Налчаджян А. А. Личность. Групповая социализация и психическая адаптация. Ереван : Изд-во АН АрмССР, 1985. 263 с.
- Очеретнюк А. О., Лисенко Д. А., Паламарчук О. В., Закалата Т. Р., Керничний В. В. Проблема адаптації студентів-медиків першого курсу до навчального процесу. *Вісник Вінницького національного медичного університету*. 2018. № 3. Т. 22. С. 543–547. doi: 10.31393/reports-vnmedical-2018-22(3)-31.
- Слободчиков В. І., Мирзаянова Л. Ф. Упреждающая адаптация как особая образовательная деятельность преподавателей вуза. *Педагогика*. 2008. № 6. С. 68–73.
- Спіріна Т. П., Зарюгіна Ю. Є. Особливості адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2014. Вип. 32. С. 182–184.
- Василенко М. М. Особливості соціально-психологічної адаптації майбутніх юристів до навчання у ВНЗ МВС України. *Науковий вісник Київського національного університету внутрішніх справ*. 2010. № 4. С. 195–202.
- Витковская М. И., Троцук И. В. Адаптация иностранных студентов к условиям жизни и учёбы в России. 2011. URL: <http://www.ecsoman/edu.ru>.
- Ворожбит С. А. Особливості стратегій соціально-психологічної адаптації студентів під впливом почуття довіри. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013. Вип. 114. С. 30–35. (Серія «Психологічні науки»). URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_9.

Стаття надійшла до редколегії 16.09.2019

Didukh M. – Ph.D in Psychology, Senior Lecturer of the Department of Legal Psychology of the National Academy of Internal Affairs, Kyiv, Ukraine
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2331-4603>

Problems and Basic Directions of Adaptation of Students to the Conditions of Training in Higher Education Institutions

*The article discusses the features of the adaptation of student youth to the educational environment in universities. It was determined that during the course of training for students, the foundations of professionalism are laid, the need and readiness for continuous self-education in changing conditions are formed, this is largely determined by the success of adaptation processes that should be taken into account in the educational process. Thus, the **purpose** of our study was to determine the features of student's adaptation to the conditions of the university's educational environment. The **methodological basis** of the article was based on general psychological provisions on the essence and development of personality in the process of life, theoretical provisions on the essence and pattern development of the personality and its socio-psychological adaptation, the principle of a systematic approach, which is widely used in modern scientific developments. **Scientific novelty** it has been established that the problems associated with the acquisition of knowledge in the first year can be explained not by poor preparation at school, but a lack of personality traits such as willingness to learn, the ability to learn independently, to control and evaluate oneself, to own one's individual characteristics of cognitive activity, and ability properly distribute your working time for self-preparation. The success of the adaptation process depends on the psychological properties of the personality, on the level of its development, and is determined by the optimal level of personal regulation of activity and behavior. Adaptation criterion should be considered the student's integration into the educational environment, finding his own place in the social and professional structure, general health level, ability to develop in accordance with his life potential, subjective sense of self-esteem. **Conclusions.** Optimization of the adaptation process of learning at a university should include an understanding by teachers, curators and the institute's management of the content, dynamics and characteristics of student's adaptation. Therefore, the organization of the educational process, taking into account the patterns of adaptation of students to various types of activities and their living conditions, is the primary task of higher education.*

Keywords: adaptation; adaptation processes; adjustment; adaptation disorders; educational activity; student.