СЕРІЯ «Психологія»

УДК 378.018.43:159.94]-057.875

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2021-2\(2\)-167-176](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2021-2(2)-167-176)

Вдовіна Олена Олександрівна кандидат наук з соціальних комунікацій, доцент кафедри українознавства, культури та документознавства, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», Першотравневий проспект 24, м. Полтава, 36011, тел.: (093) 455-09-89, e-mail: svitljahok@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3770-125X>

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗВО ДО ДИСТАНЦІЙНОЇ ОСВІТИ

Анотація. Стаття присвячена розгляду психологічних аспектів адаптації студентів закладу вищої освіти до дистанційної освіти. Проналізовано останні дослідження та публікації, що окреслюють вказану тематику, зазначено брак узагальнюючих наукових доробків, котрі б окреслювали саме питання психологічної адаптації до освіти он-лайн. Автором охарактеризовано поняття «дистанційної освіти», еволюції його використання. Зазначені переваги, недоліки, характерні ознаки (постійне відокремлення педагога від студента протягом усього навчального процесу, широке використання технічних засобів навчання, відсутність постійних навчальних груп протягом усього навчального процесу), принципи та риси (інтерактивність, гнучкість, індивідуалізація, використання в навчальному процесі нових досягнень інформаційних технологій, що забезпечує технологічність навчання, інформаційна забезпеченість дистанційного навчання, якість, паралельність, відкритість і об'єктивність оцінки знань студентів), окреслено питання законодавчого регламентування дистанційної освіти в Україні. Охарактеризовано феномен адаптації, зауважено, що загалом адаптивний процес залежить від активності особистості і може бути активним чи пасивним. Активна адаптація допомагає успішно соціалізуватися в цілому. Натомість пасивна адаптація проявляється у тому випадку, коли людина приймає норми та цінності групи, і не намагається стати активним учасником групи. Автором зазначено, що загальний процес адаптації є складним явищем, яке має певну структуру, складається із багатьох відносно незалежних процесів, кожен із яких обслуговує певну систему відносин, які виникають у людини з відповідною системою, і в сукупності з ними та відповідними зв'язками складає певний структурний компонент. Обґрунтоване твердження, що важливим моментом для психологічної адаптації під час дистанційного навчання є питання використання

різних платформ on-line комунікації. Доведена важливість здійснення on-line спілкування студентам, а також їх навчання студентів із використанням різних ресурсів (Skype, Zoom та ін.).

Ключові слова: дистанційна освіта, заклади вищої освіти, ЗВО, студенти, адаптація, психологічна адаптація.

Vdovina Olena Oleksandrivna PhD of Social Communication, Associate professor department of ukrainian studies, culture and documentation, National University «Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic», Pershotravnevyyi Av. 24, Poltava, 36011, tel.: (093) 455-09-89, e-mail: svitljahok@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3770-125X>

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ADAPTATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION TO DISTANCE EDUCATION

Abstract. The article is devoted to consideration of psychological aspects of adaptation of students of higher education to distance education. The latest research and publications outlining the mentioned topics are analyzed, the lack of generalizing scientific works that would outline the issue of psychological adaptation to education online. The author describes the concept of "distance education," the evolution of its use. These advantages, disadvantages, characteristic features (constant separation of the teacher from the student throughout the educational process, the widespread use of technical means of learning, the absence of permanent training groups throughout the educational process) Principles and features (interactivity, flexibility, individualization, use in the educational process of new achievements of information technologies, which ensures the technology of learning, information provision of distance learning, quality, parallelism, openness and objectivity of assessment of students "knowledge), the issue of legislative regulation of distance education in Ukraine is outlined. The phenomenon of adaptation is characterized, it is noted that in general the adaptive process depends on the activity of the individual and can be active or passive. Active adaptation helps to successfully socialize in general. Instead, passive adaptation is manifested when a person accepts the standards and values of the group, and does not try to become an active member of the group. The author notes that the general adaptation process is a complex phenomenon that has a certain structure, consists of many relatively independent processes, each of which serves a certain system of relationships that arise in a person with a corresponding system, and in conjunction with them and the corresponding connections constitutes a certain structural component. Justified claim that an important point for psychological adaptation during distance learning is the use of various on-line communication platforms. The importance of on-line communication to students, as well as their student training using different resources (Skype, Zoom, etc.) has been proven.

Keywords: distance education, higher education institutions, university, students, adaptation, psychological adaptation.

Постановка проблеми. Загальна глобалізація та інтеграція вітчизняної освіти в Болонський процес вимагає модернізації змісту та форм професійної освіти. І без сумніву, це є процес інформатизації, що є закономірним і об'єктивним, характерним для усього світового співтовариства. Він виявляється у всіх сферах людської діяльності, у тому числі й в освіті. Багато в чому завдяки цьому процесу стала можлива нова синтетична, інтегральна, гуманістична форма навчання – дистанційне навчання, що вбирає в себе кращі риси традиційних форм – денного, заочного, екстернату, і добре з ними інтегрується. Дистанційне навчання являє собою високотехнологічний продукт науково - технічної революції, що використовує ідею безвідривного обслуговування студентів, чим і пояснюється його активне поширення у всьому світі. Саме тому дистанційну освіту часто називають найперспективнішим напрямом розвитку освіти в цілому, особливою педагогічною технологією ХХІ ст.[1, с. 38], що базується на відкритому навчанні з використанням сучасних телекомунікацій для спілкування. Незважаючи на беззаперечні переваги дистанційної освіти, гострим залишається питання психологічної адаптації до даного інноваційного напрямку здобуття освіти студентами закладів вищої освіти в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичною основою дослідження з забезпечення адаптації студентів до дистанційного навчання виступили сучасні наукові розвідки, зокрема моделі впровадження електронного навчання (Н.Р. Балик, Г.П. Шмигер), організаційно -методичне забезпечення дистанційного навчання в закладах освіти (Л.В. Васильченко, І.С. Лапшина), підготовка майбутніх кваліфікованих спеціалістів у комплексі з використанням системи дистанційного навчання (Н.С. Лотошникова), підготовка студентів до професійної діяльності засобами дистанційних технологій (Х.М. Алієв). Також, слід зазначити, що особливу увагу цьому питанню приділяють такі вітчизняні науковці, як: В.Ю. Биков, Ю.М. Богачков, В.М. Кухаренко, А.Ф. Манако, О.В.Овчарук, О.П. Пінчук, Б.І.Шукевич [2, с.80].

Мета статті. Метою статті є визначення та аналіз психологічних аспектів адаптації студентів ЗВО до дистанційної освіти.

Виклад основного матеріалу. Сучасна система вищої освіти розвивається і функціонує у нових політичних і соціально-економічних умовах, які визначають не тільки шляхи та напрямки її розвитку, але й проблеми, пов'язані з цим [3, с. 82]. У цілому адаптація студентів, особливо першокурсників – вчорашніх школярів, до навчання у закладах вищої освіти (далі – ЗВО) має свої особливості – це довготривалий процес і може викликати перенапруження як психологічне, так і фізіологічне [4, с. 75]. Особливої уваги у цьому контексті заслуговує розгляд саме адаптації до дистанційної освіти. Зауважимо, що термін

«дистанційна освіта» вперше з'явився у першому випуску журналу Британського Відкритого університету «Teaching at a Distance», міжнародному журналі «About Distance Education», в назві австралійського журналу «Distance Education», канадського журналу «Journal of Distance Education» та американського журналу «American Journal of Distance Education». Формальне визнання терміну дистанційна освіта відбулось у 1982 р., коли термін «кореспондентське» було замінено на «дистанційне» в назві Міжнародної конференції з дистанційної освіти у Ванкувері, Канада, та згодом Міжнародна Рада з кореспондентської освіти змінила свою назву на Міжнародну Раду з дистанційної освіти [5, с. 30].

Нині науковій літературі можна зустріти значну кількість дефініцій терміну «дистанційна освіта». Зауважимо, що багато визначень, запропонованих ученими, не повною мірою висвітлюють зміст даного явища. Недоліком більшості визначень є те, що вони висвітлюють лише певний бік цього багатогранного явища. Реалізація дистанційного навчання в Україні здійснюється на основі нормативно-правової бази: ЗУ «Про вищу освіту» та «Положення про дистанційне навчання», затвердженого наказом № 466 Міністерства освіти і науки України від 25.04.2013.

Відомий ірландський дослідник Д. Кіган, узагальнюючи визначення дистанційної освіти, сформулював її найбільш характерні ознаки:

1. Постійне відокремлення педагога від студента протягом усього навчального процесу.
2. Заклади дистанційної освіти самостійно визначають її організаційну структуру, здійснюють планування, розробляють навчальний матеріал, забезпечують ним студентів.
3. Широке використання технічних засобів навчання (друкарських, аудіо, відео засобів, комп'ютерів), що забезпечує прямий та зворотний зв'язок викладачів та студентів, донесення змісту курсу до користувача.
4. Відсутність постійних навчальних груп протягом усього навчального процесу, завдяки чому студентів навчають поодиночці, а не в групах, що зумовлює необхідність персональних дидактичних зустрічей [6].

Не можна не погодитися з думкою, що дистанційне навчання є новою формою навчання, що будується на тих самих цілях та змісту, що і очне навчання, проте має різні форми подачі матеріалу та взаємодії суб'єктів навчального процесу. Воно формується ряді дидактичних принципів (рис.1):

Рис.1. Принципи дистанційного навчання

Характерними рисами дистанційного навчання є:

- інтерактивність навчання. Інтерактивні можливості дозволяють поширювати всю інформацію дистанційно, дозволяють налагодити зворотній зв'язок, забезпечити діалог і постійну підтримку;
- гнучкість навчання студентів. Студенти мають можливість вибору навчального закладу, місця і часу навчання;
- індивідуалізація навчання. Студенти можуть реалізувати індивідуальну навчальну програму та індивідуальний навчальний план;
- відсутність проблеми придбання навчальних матеріалів та підручників;
- використання в навчальному процесі нових досягнень інформаційних технологій, що забезпечує технологічність навчання;
- інформаційна забезпеченість дистанційного навчання. Сучасні комп'ютерні телекомунікації здатні забезпечити передачу знань і доступ до різноманітної навчальної інформації на рівні, а іноді й набагато ефективніше, ніж традиційні засоби навчання;
- якість дистанційної освіти, що досягається шляхом підготовки дидактичних засобів навчання, до розробки яких залучається найкращий професорсько-викладацький склад і використовуються найсучасніші навчально-методичні матеріали;
- паралельність дистанційного навчання. З'являється можливість одночасного навчання в українському та зарубіжному ВНЗ, або на декількох спеціальностях;

- відкритість і об'єктивність оцінки знань студентів, оскільки використовуються сучасні комп'ютерні технології і відповідні програми виставлення оцінок;

- висока самоорганізація студентів, при якій підвищується творчий і інтелектуальний потенціал, прагнення до здобуття знань, уміння взаємодіяти з комп'ютерною технікою і опанування новітніми інформаційними технологіями [9].

Перевагами дистанційного навчання для здобувачів вищої освіти варто назвати:

- цілодобовий доступ до навчального матеріалу (дистанційні курси на платформах Moodle, Google Classroom та ін.);
- можливість повернення до перегляду матеріалу на противагу традиційним формам навчання;
- постійний зв'язок з викладачем, консультування викладача (форуми, чати);
- перегляд відеолекцій на ютуб каналах викладачів;
- самоорганізація;
- зручний час та місце навчання;
- індивідуальний графік навчання;
- економія власного часу.

Проте, поряд із перевагами здобувач вищої освіти зіштовхується з рядом недоліків в адаптації до дистанційного навчання:

- проблеми з інтернет-з'єднанням, низька якість інтернет-зв'язку (не в усіх регіонах нашої країни якісне інтернет-покриття);
- складнощі з технічним забезпеченням освітнього процесу;
- відсутність живого спілкування;
- обсяги завдань та терміни їх здачі;
- психологічна неготовність працювати в режимі онлайн [7].

Отже, можемо зазначити, що дистанційну освіту варто розглядати як форму здобуття освіти, яка відбувається при фізичному розділенні суб'єктів освітнього процесу у просторі та часі, потребує певної методики розробки навчальних посібників і певної стратегії викладання з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій дистанційного навчання. Враховуючи проаналізовану вище специфіку дистанційного навчання можемо зауважити, що воно, на відміну від традиційного (аудиторного) навчання, вимагає адаптації здобувачів – передовсім психологічної.

Феномен адаптації на сьогоднішній день займає важливе становище в житті суспільства, та, зокрема, у тих, хто в цей період здобувають освіту, у студентської молоді. Термін «адаптація» вживається в різних галузях наукового знання. Так, одні автори розглядають адаптацію як процес, результат ристосування, а інші як взаємодію людини з людиною (певною групою), або ж як взаємодію людини та навколишнього середовища [7].

Професійний розвиток особистості починається у закладі вищої освіти, де формуються його професійно значущі знання, вміння, навички, якості, потреби та інтереси. Складна ситуація в світі, епідемічні ризики, пандемія, перехід до дистанційної форми навчання впливають на формування ставлення студента до навчальної діяльності та мотивацію до обраної спеціальності. Саме тому для майбутніх фахівців процес адаптації є важливим етапом професійної підготовки. Період адаптації кожна людина проходить неоднаково [8].

Адаптивний процес залежить від активності особистості і може бути активним чи пасивним. Активна адаптація допомагає успішно соціалізуватися в цілому. В даному випадку особистість не лише приймає норми та цінності нової соціальної групи, але й активно будує відносини з іншими людьми. Пасивна адаптація проявляється у тому випадку, коли людина приймає норми та цінності групи, і не намагається стати активним учасником групи. У період пандемії та дистанційного навчання більшість студентів, особливо першокурсників, проявляли саме другий вид адаптації. Дослідниця В. Семиченко [9, с.50] запропонувала концепцію системного розгляду процесу адаптації, в основі якої покладено ідею щодо залежності ефективності процесу адаптації людини від інтеграційних тенденцій особистості. Таким чином, загальний процес адаптації – це складне явище, яке має певну структуру, складається із багатьох відносно незалежних процесів. Кожен із них обслуговує певну систему відносин, які виникають у людини з відповідною системою, і в сукупності з ними та відповідними зв'язками складає певний структурний компонент. На думку автора, кожен структурний компонент процесу адаптації є в свою чергу системою, що містить:

- а) об'єктивне явище і його умови (так звані зовнішні умови);
- б) відносини, що виникають у людини, яка адаптується з відповідним явищем (ставлення, відносини, зв'язки);
- в) індивідуальні особливості самої людини, що відповідають чи не відповідають вимогам (внутрішні умови або власні ресурси людини).

Продовжуючи аналізувати психологічні аспекти адаптації здобувачів вищої освіти до дистанційного навчання зазначимо, що важливу роль у ній відіграє такий складник як технічна готовність студентів до електронного навчання (наявність ПК, камери, мікрофону, інтернету).

Також важливим є питання використання різних платформ комунікації при on-line навчанні. У цьому напрямку важливим є здійснення on-line спілкування з кожним студентом для індивідуальних консультацій, а також навчання студентів використовувати різні ресурси (Skype, Zoom, Mirapolis та ін.) і допомагати в усуненні труднощів, що виникають при використанні того або іншого інформаційного ресурсу при on-line спілкуванні. Разом з тим, важливо на рівні вишу для студентів організовувати методичні вебінари, в яких розглядатимуться питання використання різних інформаційних технологій, а також питання

технічного налаштування свого домашнього комп'ютера або іншого пристрою (ноутбуку, планшету чи телефону). Інше важливе завдання, яке потребує особливої уваги, це посилення ролі викладачів і кураторів груп. Викладач, який працює з конкретною групою в рамках свого курсу, повинен бути готовий до того, щоб забезпечити електронна взаємодія з кожним студентом групи. Доцільним, на наш погляд, може бути організація індивідуальних консультацій зі студентами, що дозволить перевірити не тільки навчальну, теоретичну та технічну готовність студента до занять, а й вплинути на врівноваження соціально-психологічного стану кожного студента (пояснити свої вимоги, заспокоїти, підбадьорити). Особлива роль у цьому процесі відводиться куратору студентської групи. Саме він має подбати про збір інформації щодо технічної готовності до електронного навчання у студентів своєї групи та сприяти у вирішенні виникаючих проблем (у тому числі, організація надання технічних пристроїв вишу в користування студентам у період самоізоляції). На наш погляд, куратор повинен перебувати в режимі постійної взаємодії зі своїми студентами, це і соціальні мережі, і кураторські годинники on-line, і телефонний зв'язок тощо. Вважаємо, що ці заходи дозволять студентам компенсувати дефіцит очного спілкування, відчутти підтримку з боку викладацького складу вишу, а також, що дуже важливо, зняти рівень їх психологічної напруженості, мінімізувати страхи, вплинути на формування або відновлення комфортного психоемоційного стану, і, як наслідок, забезпечити процес вдалої психологічної адаптації до дистанційного навчання.

Висновки. Таким чином, виходячи з вищезначеного можемо зробити наступні висновки:

1. Використання навчальних ресурсів (фільми, відео, підручники, пакети програмного забезпечення, комп'ютерні бази даних тощо) полегшує процес навчання.
2. Для успішної адаптації студента до умов дистанційного навчання Викладачу ЗВО необхідно чітко формулювати те, що саме студент повинен вивчити та зробити наприкінці кожного предметного курсу [10, с.130].
3. В якості шляхів поліпшення адаптаційного процесу до умов дистанційного навчання повинні виступати: висока самоорганізація студентів, при якій підвищується творчий і інтелектуальний потенціал; прагнення до здобуття знань; уміння взаємодіяти з комп'ютерною технікою; опанування новітніми інформаційними технологіями.

Література

1. Клокар Н. Методологічні основи запровадження дистанційного навчання в системі підвищення кваліфікації / Н. Клокар // Шлях освіти. -2007. - №4 (46). С. 38-41.
2. Биков В.Ю., Гриценчук О.О., Жук Ю.О. Інформаційне забезпечення навчально-виховного процесу: інноваційні засоби і технології : кол. монограф. Биков В.Ю. (ред.) Дистанційне навчання в країнах Європи та США і перспективи для України. Київ: Атіка. С. 77-140

3. Бужинська С.М., Стрюкова С.Е. Адаптація студентів ЗВО до дистанційного навчання: психологічний аспект. URL: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/mcnd/article/view/2415/2291> (дата звернення 15.09.2021)
4. Chernova I., Vdovina O., Dragomyretska O., Khodykina Y., Medvedieva O., Gvozdetska S. Features of psychological and pedagogical conditions for the development of motivation of applicants for higher education. *International Journal of Computer Science and Network Security*, 2021. №21 (7). P.82-86
5. Міхеєв А.О., Джуряк В. С., Попович В. Б., Атаманюк Я. А. Вплив дистанційного навчання на основні показники соціально-психологічної адаптації вітчизняних та іноземних студентів. *Буковинський медичний вісник*. Т.25, № 1 (97). С. 75-81.
6. Корсунська Н. О. Дистанційне навчання: підходи до реалізації / Н. О. Корсунська // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. праць. Вінниця, 2000. С. 29–32.
7. Пилаєва Т.В. До розуміння поняття «дистанційна освіта». URL: <http://surl.li/aiudd> (дата звернення 15.09.2021)
8. Свищ Н. Адаптація здобувачів вищої освіти до дистанційного навчання. URL: <http://surl.li/aiuht> (дата звернення 15.09.2021).
9. Хоменко-Семенова Л., Прохоренко Я. Психологічні особливості адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання в умовах пандемії. URL: <http://surl.li/aiubs> (дата звернення 15.09.2021).
10. Семиченко В. А. Психологія діяльності. Київ : Вид: А. Н. Ешке, 248 с.

References:

1. Klokhar, N. (2007). Metodologichni osnovy zaprovadzhennya dystancijnogo navchannya v systemi pidvyshhennya kvalifikaciyi [Methodological bases of introduction of distance learning in the system of qualification improvement].- *Shlyax osvity -The Way of Education*, 2007, 38-41 [in Ukrainian].
2. Bykov V., Grytsenchuk O. & Zhuk Y. (2018). Informacijne zabezpechennya navchalno-v`hovnogo procesu: innovacijni zasoby i tehnologiyi [Information support of the educational process: innovative means and technologies]. Kyiv: Atika [in Ukrainian].
3. Buzhynska, S., Stryukova S. Adaptaciya studentiv ZVO do dystancijnogo navchannya: psyxologichnyj aspect [Adaptation of students to distance learning: psychological aspect]. Retrieved from: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/mcnd/article/view/2415/2291> [in Ukrainian].
4. Chernova I., Vdovina O., Dragomyretska O., Khodykina Y., Medvedieva O. & Gvozdetska S. (2021) Features of psychological and pedagogical conditions for the development of motivation of applicants for higher education. *International Journal of Computer Science and Network Security*, 21 (7), 82-86 [in English]
5. Mikheev A., Dzhuryak V., Popovich V. & Atamanyuk Y. (2019) Vplyv dystancijnogo navchannya na osnovni pokaznyky socialno-psyxologichnoyi adaptaciyi vitchyznyanyx ta inozemnyx studentiv [Influence of distance learning on the main indicators of socio-psychological adaptation of domestic and foreign students]. *Bukovynskyj medychnyj visnyk - Bukovinian medical herald*, 1, 75-81 [in Ukrainian]
6. Korsunsk, N.O. (2000). Dystancijne navchannya: pidxody do realizaciyi [Distance learning: approaches to implementation]. *Suchasni informacijni tehnologiyi ta innovacijni metodyky navchannya v pidgotovci faxivciv: metodologiya, teoriya, dosvid, problemy-* Modern information technologies and innovative methods of training in the training of specialists: methodology, theory, experience, problems: collection. scientific works. Vinnytsia, 29-32 [in Ukrainian].
7. Pilaeva, T.V. Do rozuminnya ponyattya «dystancijna osvita» [To understand the concept of "distance education."] Retrieved from: <http://surl.li/aiudd> [in Ukrainian].
8. Svysha, N. Adaptaciya zdobuvachiv vyshhoyi osvity do dystancijnogo navchannya [Adaptation of higher education applicants to distance learning]. Retrieved from: <http://surl.li/aiuht> [in Ukrainian].

9. Khomenko-Semenova L., Prokhorenko Y. Psychologichni osoblyvosti adaptatsiyi majbutnix psychologiv do dystancinogo navchannya v umovax pandemiyi [Psychological features of adaptation of future psychologists to distance learning in a pandemic]. Retrieved from: <http://surl.li/aiubs> [in Ukrainian].

10. Semychenko, V.A. (2002). Psychologiya diyalnosti [Activity psychology]. Kyiv: vyd-vo A. N. Eshke [in Ukrainian].