

Аналізуючи результати (рис.2) можна відзначити, що домінуючим рівнем переживання самотності виявлено середній (78% респондентів). Що відповідно до вищевикладеного можна пояснити тим, що за теперішньої ситуації більшість студентів перебувають у колі власних родин і почуттів сумніву, розгубленості та тривоги з огляду на це вони не виявляють. Проте цікавими виявилися результати за іншою методикою (рис.1), відповідно до яких 40% досліджуваних мають низький рівень індексу життєвого задоволення, що дозволяє припустити, що перебування у теперішній соціальній ситуації повністю їх також не задовольняє. Вищезазначене потребує більш детального та ґрунтовнішого дослідження.

ЛІТЕРАТУРА

1. DiTommaso E, Brannen-McNulty C, Ross L, Burgess M: Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences* 2003, 35:303-312.
2. Weiss RS: *Loneliness: The experience of emotional and social isolation* London: MIT Press, 1973.
3. Yeh MC: *Loneliness, Alcohol and Marijuana Use among Male College Students*. University of Connecticut, 2002.

УДК 159.923.2

Скрипник Н.Г.

викладач кафедри психології

*Харківського національного педагогічного
університету імені Г.С. Сковороди*

ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Зміни у всіх сферах життя українського суспільства через початок збройної агресії Росії торкнулися і сфери вищої освіти. Значна кількість закладів вищої освіти задля захисту життя та здоров'я здобувачів і викладачів перейшла на дистанційне навчання, яке в умовах воєнного стану ускладняється тим, що частина студентів перебуває на прифронтових і окупованих територіях, у студентів різні можливості доступу до мережі Інтернет, виникають проблеми з приєднанням до відеоконференцій в певний час тощо.

Питання, пов'язані з організацією дистанційного навчання, визначенням психологічних чинників і передумов успішної адаптації студентів до навчання в дистанційній формі набули значної актуальності у зв'язку з пандемією

коронавірусу та впровадженням карантинних заходів [1; 4; 6; 7 та інші]. Під час воєнного стану в Україні ці питання ще більш загострилися.

Останнім часом проблематика адаптації все частіше розглядається з точки зору ресурсів, що її забезпечують, зокрема особистісних адаптаційних ресурсів. А.І. Галян особистісні ресурси адаптації визначає як індивідуально-психологічні особливості особистості, «утворені внаслідок взаємодії мотиваційно-ціннісного, регуляторного та емотивного особистісних ресурсів, що без надмірних енергетичних затрат сприяють успішній адаптації» [2, 51-52].

До особистісних ресурсів адаптації студентів до умов дистанційного навчання різні автори відносять: індивідуально-типологічні особливості, рівень тривожності та суб'єктивного контролю, психофізіологічний стан, соціальну фрустрованість [5], високу самоорганізацію, прагнення до здобуття знань, опанування новітніми інформаційними технологіями та уміння працювати з комп'ютером [1], розвиненість професійних, навчально-пізнавальних мотивів і мотивів творчої самореалізації в структурі навчальної мотивації, здатність до планування діяльності, моделювання її умов, оцінки результатів, регуляторну гнучкість і самостійність, адекватний рівень домагань [3], певні термінальні та інструментальні цінності, автономну каузальну орієнтацію, осмисленість життя, самоприйняття, відкритість ставлення до себе, самоповагу [6].

Метою нашого дослідження стало вивчення психічного стану, поведінки, ставлень до різних явищ студентів із різним рівнем адаптованості до дистанційного навчання в умовах воєнного стану. Дослідження проводилося у квітні 2022 р. у режимі онлайн за допомогою короткого варіанту «Методики визначення домінуючого психічного стану» Л.В. Кулікова.

У дослідженні брали участь студенти ХНПУ імені Г.С. Сковороди, розділені на дві групи відповідно до результатів, отриманих при визначенні рівня адаптації до навчання у ЗВО з використанням методики «Адаптованість студентів у виші» Т.Д. Дубовицької та А.В. Крилової. До першої групи увійшли студенти з високими показниками адаптованості до навчальної діяльності (48 студентів), до другої групи – студенти з низькими показниками адаптованості до навчальної діяльності (71 студент).

Порівняння результатів, отриманих за обома групами студентів із застосуванням критерію Манна-Вітні, показало, що у студентів, які характеризуються високою адаптованістю до навчальної діяльності в умовах дистанційного навчання порівняно зі студентами з низькою адаптованістю більш високими виявилися показники активного ставлення до життєвої ситуації ($p < 0,01$), задоволеності життям в цілому ($p < 0,05$), позитивності образу самого себе ($p < 0,01$). За іншими показниками між групами досліджуваних статистично значущих відмінностей не визначено.

Отримані дані дозволяють припустити, що особистісними ресурсами адаптації студентів до дистанційного навчання в умовах воєнного стану виступають: виражене активне, оптимістичне ставлення до життєвої ситуації, готовність до подолання перешкод, віра у свої можливості, задоволеність життям у цілому та власною самореалізацією, позитивне ставлення до себе, прийняття себе з усіма своїми недоліками, що в ситуації стресу, викликаного воєнними діями і їх наслідками, підвищують адаптивні можливості студентів зокрема щодо навчання в дистанційних умовах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бужинська С.М., Стрюкова С.Є. Адаптація студентів ЗВО до дистанційного навчання: психологічний аспект. *Наукове забезпечення технологічного прогресу XXI століття*: матеріали Міжнар. наук. конф., м. Чернівці, 1 травня 2020 р. Чернівці: МЦНД, 2020. Т.3. С. 58–60.
2. Галян А.І. Особистісні ресурси адаптації майбутніх медичних працівників до професійної діяльності: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Луцьк, 2016. 188 с.
3. Єжела О.В., Абсалямова Л.М. Особистісні ресурси адаптації студентів до навчальної діяльності в умовах дистанційного навчання. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей)*: зб. наук. пр. за матеріалами V міжрегіональної наук.-практ. конф., м. Харків, 28-30 жовтня 2021 р. Харків, 2021. С. 104-107.
4. Єжела О.В., Абсалямова Л.М. Психологічні аспекти дистанційного навчання. *Priority directions of science and technology development: The 10th International scientific and practical conference*, Kyiv, Ukraine, June 13-15, 2021. Kyiv, 2021. С. 574-577.
5. Сабліна Н.В. Особистісні чинники адаптації до навчання студентів медичного коледжу: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2019. 219 с.
6. Скрипник Н.Г. Особистісно-регуляторний компонент адаптаційного потенціалу студентів із різною успішністю адаптації до навчання в дистанційній формі. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2021. Т. 32 (71), № 1. С. 126–131.
7. Фальштинська Ю.В. Підготовка майбутніх викладачів іноземних мов до організації дистанційного навчання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2019. 302 с.