

*Докійчук М.Ю.*

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

## ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ДО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*У статті розглядаються фактори, що ускладнюють психологічну адаптацію студентів із порушенням опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти (індивідуальні прояви характеру, фізична недоступність закладів вищої освіти, недостатній професіоналізм викладачів, труднощі встановлення міжособистісних стосунків та труднощі переходу на виконання інших видів діяльності) й чинники успішності цього процесу (професійне самовизначення, позитивне ставлення з боку оточуючих, можливості для вільного прояву індивідуальності, високий рівень розвитку саморегуляції поведінки і діяльності, адекватна самооцінка, швидка реакція на змінені умови, поступова реалізація поставлених цілей, навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів). У статті проводиться аналіз зв'язку психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти з показниками ефективності саморегуляції поведінки (планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів, гнучкість, самостійність, загальний рівень саморегуляції), з показниками самоорганізації навчальної діяльності (планомірність, цілеспрямованість, наполегливість, фіксація, самоорганізація, орієнтація на сьогоднішній день) та з показниками соціально-психологічної адаптації (адаптація, прийняття інших, інтернальність як рівень суб'єктивного контролю, прийняття самого себе, емоційний комфорт, прагнення до домінування). Також у статті аналізуються роль впливу навчального оточення (навчальна група, викладачі) на процес психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентів з порушенням опорно-рухового апарату та основні типи діяльності психологічної служби закладу вищої освіти в цьому напрямі. Відбувається порівняння процесу проходження психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентами з порушенням опорно-рухового апарату та студентами без інвалідності, визначається спільне та відмінне між цими категоріями студентів. У статті представлено класифікацію типів адаптованості студентів до навчання в закладах вищої освіти (неадаптований до навчальної діяльності, високо адаптований до закладу вищої освіти, високо адаптований до навчальної діяльності, помірно адаптований до закладу вищої освіти) й наведено їх детальну характеристику.*

**Ключові слова:** психологічна адаптація, студенти з порушенням опорно-рухового апарату, навчання в закладах вищої освіти, саморегуляція поведінки, самоорганізація навчальної діяльності.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство зіштовхується з проблемою адаптації людей з інвалідністю через їх соціальну вразливість. Особливо актуальним є питання адаптації студентів з інвалідністю до навчання в закладах вищої освіти, адже вона є основною умовою успішного засвоєння ними професійних навичок надалі. Право на можливість отримання вищої освіти для людей з інвалідністю закріплено великою кількістю міжнародних та державних документів. В Україні впроваджуються програми соціально-психологічної реабілітації та інтеграції молоді з порушеннями опорно-рухового апарату, забезпечується можливість для їх безбар'єрного пересування та міжособистісної взаємодії із соціумом. Проте про-

блема психологічної адаптації залишається основною в навчальній та трудовій сферах, що стає на заваді особистісному розвитку молоді з порушеннями опорно-рухового апарату.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Процес психологічної адаптації особистості є предметом багатьох наукових досліджень, зокрема: загального концептуального розуміння психологічної адаптації особистості (І. Бех, Л. Божович, С. Максименко, А. Налчаджян, Ж. Піаже); факторів та чинників ускладнення процесу психологічної адаптації (А. Адлер, Р. Бернс, Дж. Келлі, О. Леонт'єв, А. Петровський, С. Рубінштейн, З. Фрейд, А. Фурман). Психологічна адаптація також досліджується в спеціальних психолого-

педагогічних дослідженнях, зокрема, розкриваються такі її аспекти: соціалізація особистості з інвалідністю (В. Бондар, В. Засенко, В. Синьов); здійснення корекційно-психологічного впливу (В. Лебединський, В. Лубовський, І. Мартиненко, К. Островська, Л. Прохоренко, Л. Руденко, Є. Синьова, Т. Скрипник, О. Хохліна, Л. Фомічова, Д. Шульженко), здійснення корекційно-педагогічного впливу (В. Засенко, С. Конопляста, С. Миронова, В. Синьов, С. Федоренко, О. Чеботарьова, М. Шеремет), особливості психологічної адаптації людини з порушенням опорно-рухового апарату (О. Глоба, І. Мамайчук, О. Романенко, В. Лебединський, К. Семенова, О. Чеботарьова, Л. Шипіцина, А. Шевцов, С. Яковлева).

Адаптація до навчання в закладах вищої освіти є складним процесом пристосування до нової соціальної ролі студента, а також до навчальних вимог і контролю, до соціуму навчального закладу [4, с. 25–32; 5, с. 1–3].

Успішність процесу психологічної адаптації визначається або пристосуванням до нових умов, або нездатністю пристосуватись до них. Стан адаптованості впливає на ефективність навчального процесу, метою якого є підготовка майбутніх фахівців.

Головними умовами психологічної адаптованості студента є: рівень розвитку пізнавальної самостійності, рівень сформованості ціннісних орієнтацій та комунікативних навичок, загальний стан здоров'я, психічна врівноваженість, досягнення моральної зрілості, рівень досягнення внутрішньоособистісного потенціалу, гармонійна структура особистості, адекватність суб'єктивної картини світу об'єктивній реальності, емоційна стійкість, а також рівень розвитку емоційного інтелекту [2, с. 162–166; 8, с. 220–232].

Головними критеріями досягнення стану психологічної адаптованості у студентів з порушенням опорно-рухового апарату є врахування їхніх «особливих» потреб. Також важливою умовою в процесі психологічної адаптації цієї категорії студентів визначається їхня особиста активність із метою досягнення узгодженості між оточуючими та рівнем власного розвитку, а також зміна власної неадаптивної поведінки [7, с. 80–84].

Більшість науковців основним чинником ускладнення психологічної адаптації студентів вважають перенапруження в процесі інтелектуальної діяльності. Зазначається, що інтелектуальна діяльність студентів у процесі навчання є складним процесом, який пов'язаний із певними протиріччями: необхідністю опрацювання великої кількості різноманітної інформації та

недостатньою кількістю часу для цього, становленням соціальної зрілості та бажанням самоствердження й особистісного прояву, жорсткими рамками навчального плану і навчальних програм [6, с. 307–310]. Ці протиріччя є причиною появи нервово-емоційного напруження, що негативно впливає на навчальну діяльність студентів.

На психологічну адаптацію студентів з порушенням опорно-рухового апарату негативно впливає нерозуміння з боку оточуючих (у результаті чого розвивається низька самооцінка, відстороненість від оточуючих і небажання брати участь у колективній роботі) [1, с. 395–402]. Психологічна адаптація студентів з порушенням опорно-рухового апарату може затримуватися через їх невміння будувати міжособистісні відносини [3, с. 67–68]. З метою запобігання появі зазначених труднощів важливо розвивати в студентів з інвалідністю навички саморегуляції поведінки та самоорганізації діяльності.

Незважаючи на значну увагу до питання психологічної адаптації студентів до навчання в закладах вищої освіти з боку дослідників, наразі не досить розробленими залишаються теоретичні основи покращення адаптаційних можливостей студентів з порушенням опорно-рухового апарату, відсутнім є комплексний підхід до аналізу та вивчення всіх аспектів психологічної адаптації, не є розробленою програма психологічної адаптації студентів з порушенням опорно-рухового апарату до навчання у вищих навчальних закладах, що зумовлює актуальність цієї статті.

**Постановка завдання.** Метою статті є визначення факторів успішності психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти.

З метою досягнення визначеної мети було виділено такі завдання:

- 1) дослідити чинники ускладнення психологічної адаптації до навчання в закладах вищої освіти та фактори успішності цього процесу;
- 2) порівняти особливості процесу адаптації до навчання в закладах вищої освіти студентів з порушеннями опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності;
- 3) з'ясувати зв'язок між соціально-психологічною адаптацією, показниками адаптованості до закладу вищої освіти і навичками саморегуляції поведінки та самоорганізації діяльності;
- 4) розробити типологію адаптованості студентів до навчання в закладі вищої освіти;
- 5) визначити особливості адаптованості до закладу вищої освіти у студентів з порушеннями опорно-рухового апарату.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У результаті проведення емпіричного дослідження було виявлено, що рівень адаптованості до навчальної групи та до навчальної діяльності як студентів з порушенням опорно-рухового апарату, так і студентів без інвалідності, є середнім.

Отримані результати є показником недостатнього відчуття комфорту під час перебування в групі, труднощів з установленням контактів, недостатнього бажання слідувати груповим нормам і правилам, а також труднощів із вивченням дисциплін, успішним і вчасним виконанням завдань.

Також було встановлено, що високий ступінь адаптованості студентів до навчальної групи впливає на відчуття ними емоційного комфорту в процесі навчання в закладі вищої освіти. Високий ступінь адаптованості до навчальної діяльності залежить від прагнення студента домінувати, тобто проявляти ініціативу та бути активним у процесі навчання. Доведено, що високий ступінь адаптованості до навчальної групи та навчальної діяльності впливає на зменшення загального рівня дезадаптованості та збільшує загальний рівень адаптованості студентів до закладу вищої освіти.

Отримані результати вказують на те, що основними умовами високого рівня адаптованості до навчальної діяльності є: розвиненість і адекватність самооцінки, сформованість критеріїв оцінки власної поведінки та діяльності, швидке реагування на змінені умови, послідовність у реалізації поставлених цілей, розвинуті навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів із цією метою.

Чинником неадаптованості до навчальної діяльності можна вважати гнучкість і легкість переключення на інші види діяльності, що буде негативно відображатись на отриманих результатах.

У результаті проведення дослідження з використанням методики діагностики соціально-психологічної адаптації Роджерса-Даймонд з'ясувалось, що найменш вираженою серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності є шкала «Самоприйняття», а найбільш вираженою – шкала «Прийняття інших». Проте зазначені показники є в межах норми, що підтверджує взаємозв'язок між позитивним ставленням до себе та позитивним ставленням до інших.

Дослідження саморегуляції поведінки продемонструвало, що найменший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності було виявлено за шкалою «Моделювання» (відповідає

низькому рівню розвитку). Найбільший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату виявлено за шкалою «Самостійність», а серед студентів без інвалідності – «Гнучкість».

Результати дослідження самоорганізації діяльності вказують на те, що найменший рівень вираженості серед студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності спостерігається за шкалою «Самоорганізація», а найбільший – за шкалою «Цілеспрямованість».

Рівень розвитку самоорганізації студентів з порушенням опорно-рухового апарату та студентів без інвалідності відповідає середньому рівню. Рівень розвитку цілеспрямованості обох груп досліджуваних відповідає високому рівню. Середній рівень вираженості за шкалою «Самоорганізація» свідчить про тенденцію покладатися як на допоміжні засоби (щоденники, записні книжки), так і на власну організованість у плануванні діяльності. Високий рівень вираженості за шкалою «Цілеспрямованість» вказує на розуміння власних бажань і прагнень, а також цілеспрямоване досягнення цілей.

З метою виокремлення типів адаптованості студентів у закладах вищої освіти застосовано кластерний аналіз. У результаті було виділено 4 типи адаптованості, представники яких істотно відрізняються за показниками адаптованості до навчальної групи й адаптованості до навчальної діяльності: неадаптований до навчальної діяльності, високо адаптований до закладу вищої освіти, високо адаптований до навчальної діяльності та помірно адаптований до закладу вищої освіти. Найбільше з усіх виділених типів виявилось представників типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» (44% з числа студентів з порушенням опорно-рухового апарату та 44% з числа студентів без інвалідності), а найменше – тип «високо адаптований до навчальної діяльності» (8% з числа представників обох груп досліджуваних).

Основна умова успішної адаптації до закладу вищої освіти у представників типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» – висока адаптованість до навчальної діяльності, що підтверджується низьким рівнем вираженості несамостійності. Для студентів типу «високо адаптований до закладу вищої освіти» не є характерним неприйняття себе та інших, що є основною умовою позитивних міжособистісних зв'язків. Цей тип характеризується наявністю адекватної самооцінки, критеріїв оцінки результатів діяльності, а також узгодженості

отриманих результатів з метою діяльності, гнучкістю адаптації до змінених умов, розвиненими навичками самоорганізації діяльності, послідовністю в реалізації поставлених цілей, високим рівнем розвитку навичок тактичного планування та схильністю до фіксації на теперішнє.

Особливості представників типу «високо адаптований до навчальної діяльності»: відсутність тенденції до ескапізму, високий рівень саморегуляції поведінки, а також важкість звикання до життєвих змін, неадекватність реагування на ситуації, неможливість швидко планувати діяльність і поведінку, оцінювати неузгодженість між результатами та метою діяльності.

З метою виявлення специфіки адаптованості до закладу вищої освіти студентів з порушенням опорно-рухового апарату більш докладно проаналізовано результати цих студентів за Методикою дослідження адаптованості студентів у ЗВО Т.Д. Дубовицької та А.В. Крилової.

У більшості студентів з порушенням опорно-рухового апарату рівень адаптованості до навчальної групи є середнім (44%). Також більшість студентів з порушенням опорно-рухового апарату є високо адаптованими до навчальної діяльності (44%).

Середній рівень адаптованості до навчальної групи може говорити про недостатнє відчуття комфорту від перебування в групі, а також труднощі з установленням контакту з однокурсниками і проявом активності та ініціативи. Високий рівень розвитку адаптованості до навчальної діяльності свідчить про легкість засвоєння студентами навчальних дисциплін, успішне і вчасне виконання навчальних завдань, а також про можливість вільно висловлювати власні думки та проявляти індивідуальність під час навчання.

**Висновки.** У процесі теоретичного аналізу проблеми психологічної адаптації студентів з пору-

шеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти було визначено чинники ускладнення процесу психологічної адаптації студентів з порушенням опорно-рухового апарату до навчання у ЗВО та фактори успішності цього процесу. Виявлено, що основними чинниками ускладнення психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату є: певні індивідуальні прояви характеру, фізична недоступність закладів вищої освіти, недостатній рівень професійної підготовки викладачів, труднощі з ефективною побудовою міжособистісного спілкування та труднощі зі швидким переходом на виконання інших видів діяльності. Також з'ясовано, що факторами успішності психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти є: професійне самовизначення, позитивне ставлення з боку оточуючих, можливості для вільного прояву власної індивідуальності, високий рівень розвитку саморегуляції поведінки і діяльності, розвиненість і адекватність самооцінки, швидке реагування на змінні умови, послідовність у реалізації поставлених цілей, розвинуті навички тактичного планування та, за необхідності, використання допоміжних засобів із цією метою. Основна роль у процесі психологічної адаптації студентів з порушеннями опорно-рухового апарату до навчання в закладах вищої освіти належить адміністрації навчального закладу, його викладацькому складу та студентському колективу, спільна діяльність яких дозволить покращити не тільки психологічний стан студентів, а також позитивно впливатиме на їхні навчальні успіхи. За умови врахування вищезгаданих факторів та чинників можна досягти успішної психологічної адаптованості студентів із порушенням опорно-рухового апарату, а також їхньої професійної та творчої реалізації в майбутньому.

#### Список літератури:

1. Гуменюк О. Психолого-педагогічні аспекти адаптації першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Університетські наукові записки*. 2012. № 2. С. 395–402.
2. Елгина Л.С. Социальная адаптация студентов в вузе. *Вестник БГУ*. 2010. № 5. С. 162–166.
3. Исаев И.Ф. Куратору студенческой группы: от теории к практике : уч. пособие. *Успехи современного естествознания*. 2010. № 2. С. 67–68.
4. Лесовий В.Ю. Методика реалізації організаційно-педагогічних умов адаптації студентів до навчання у технічному ВНЗ. *Науковий вісник Кременецького обласного гуманітарно-педагогічного інституту ім. Тараса Шевченка. Серія: Педагогіка*. 2013. Вип. 2. С. 25–32.
5. Мамаєв Д.Ю. Соціально-психологічна адаптація молоді до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. пр. Луганськ : Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля, 2009. С. 1–3.
6. Морозова Е.Н., Жуйко Д.А., Гринько А.Л. Работоспособность и психологическое состояние студентов в течение учебного года и факторы, их определяющие. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2009. № 3. С. 307–310.



7. Новікова Ж.М. Психологічна адаптація та преадаптація студентів-першокурсників в умовах нестабільного світу. *Молодий вчений*. 2018. № 2 (54). С. 80–84.
8. Резнікова О.А. Адаптованість особистості в контексті різних методологічних підходів до проблеми адаптації. *Психологічні перспективи* : зб. наук. праць. Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2011. С. 220–232.

**Dokiichuk M.Yu. PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS WITH DISORDER OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM TO STUDY IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS**

*The article considers the factors that complicate the psychological adaptation of students with musculoskeletal disorders to study in higher education institutions (individual manifestations of character, physical unavailability of higher education institutions, insufficient professionalism of teachers, difficulties in establishing interpersonal relationships and difficulties in transition to other types of activities) and success factors of this process (professional self-determination, positive attitude of others, opportunities for free expression of individuality, high level of self-regulation of behavior and activity, adequate self-esteem, quick response to changing conditions, gradual realization of goals, tactical planning skills and, if necessary, use of aids). The article analyzes the relationship of psychological adaptation to learning in higher education with indicators of self-regulation of behavior (planning, modeling, programming, evaluation of results, flexibility, independence, general level of self-regulation), with indicators of self-organization of educational activities (planning, purposefulness, persistence, fixation, self-organization, focus on the present) and with indicators of socio-psychological adaptation (adaptation, acceptance of others, internality as a level of subjective control, self-acceptance, emotional comfort, desire for dominance). Also, the article analyzes the role of influence on the process of psychological adaptation to learning in higher education institutions by students with musculoskeletal disorders of the educational environment (study group, teachers) and the main types of activities of psychological services of higher education institutions in this area. There is a comparison of the process of psychological adaptation to study in higher education by students with musculoskeletal disorders and students without disabilities, determines the common and different between these categories of students. The article presents the classification of types of adaptation of students to study in higher education institutions (not adapted to educational activities, highly adapted to higher education institutions, highly adapted to educational activities, moderately adapted to higher education institutions) and provides their detailed description.*

**Key words:** *psychological adaptation, students with musculoskeletal disorders, education in higher education institutions, self-regulation of behavior, self-organization of educational activities.*