

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ У ПРОЦЕСІ АДАПТАЦІЇ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТУ

Нікітіна І.В. Індивідуальний підхід до особистості студентів-першокурсників у процесі адаптації: результати експерименту. У статті проаналізовано результати констатувального педагогічного експерименту щодо дослідження емпіричних фактів перебігу процесу адаптації студентів первинного набору 2018-2019 н.р. Національного університету харчових технологій. Обґрунтована необхідність індивідуального підходу до розвитку особистості першокурсника в процесі адаптації. Виділено такі механізми адаптації: звикання, пристосування, відтворення, взаємодоповнення, творіння, управління та самоуправління. Зазначено критерії ефективної адаптації студентів до навчання у технічному університеті: когнітивний; мотиваційний; операційний; інформаційний, а також емоційний та вольовий. Підкреслено актуальність перехідного періоду для ефективної дидактичної адаптації студентів першого курсу на рівні індивідуальності. Встановлено взаємозв'язок процесів адаптації та самореалізації студентів первинного набору. Автором проаналізовано досвід індивідуальної роботи з першокурсниками у Центрі психологічної підтримки Національного університету харчових технологій. Описано комплекс об'єктивних та суб'єктивних умов успішної адаптації студентів-першокурсників. Визначено чинники дезадаптації та шляхи їхнього подолання. Розроблено практичні психолого-педагогічні рекомендації викладачам закладу вищої освіти, кураторам академічних груп, студентському активу щодо розвитку адаптивних властивостей особистості і підвищення якості освіти студентів – першокурсників технічного університету.

Ключові слова: адаптація, особистість студента; адаптивні властивості студента; чинники дезадаптації; шляхи підвищення якості освіти студентів технічного університету; педагогіка та психологія вищої професійної освіти.

Никитина И.В. Индивидуальный подход к личности студентов-первокурсников в процессе адаптации: результаты эксперимента. В статье проанализированы результаты констатирующего педагогического эксперимента по исследованию эмпирических фактов протекания процесса адаптации студентов первичного набора 2018-2019 учебного года Национального университета пищевых технологий. Обоснована необходимость индивидуального подхода к развитию личности первокурсника в процессе адаптации. Выделены такие механизмы адаптации: привыкание, приспособление, воспроизведение, взаимодополнение, созидание, управление и самоуправление. Отмечены критерии эффективной адаптации студентов к обучению в техническом университете: когнитивный; мотивационный; операционный; информационный, а также эмоциональный и волевой. Подчеркнута актуальность переходного периода для эффективной дидактической адаптации студентов первого курса на уровне индивидуальности. Установлена взаимосвязь между процессами адаптации и самореализации студентов первичного набора. Автором проанализирован опыт индивидуальной работы с первокурсниками в Центре психологической поддержки Национального университета пищевых технологий. Описан комплекс объективных и

субъективных условий успешной адаптации студентов-первокурсников.

Определены факторы дезадаптации и пути их преодоления. Разработаны практические психолого-педагогические рекомендации для преподавателей высшего учебного заведения, кураторам академических групп, студенческому активу по развитию адаптационных свойств личности и повышения качества образования студентов – первокурсников технического университета.

Ключевые слова: адаптация, личность студента; адаптационные свойства студента; факторы дезадаптації; пути повышения качества образования студентов технического университета; педагогика и психология высшего профессионального обучения.

Постановка проблеми. Система вищої освіти реформується з метою створення якісної, привабливої та конкурентоспроможної на вітчизняному та європейському ринках праці національної системи. Важливим завданням її модернізації є трансформація закладу вищої освіти (далі ЗВО) в центр незалежної думки, здатний підготувати фахівців та продукувати ідеї для прискореного розвитку країни та створення плідного взаємозв'язку між ринком праці та системою вищої освіти [1; 5].

Відповідно до вимог євроінтеграції процес професійної підготовки у ЗВО стає більш складним за формами та змістом. Це підвищує вимоги до якісного навчання та розвитку особистості студента, особливо першокурсника, який інтенсивно включається в процес адаптації. Новий студентський статус, відсутність референтної групи, підвищені вимоги з боку професорсько – викладацького складу, збільшення обсягу самостійної роботи, напружений та жорсткий режим навчання й самовідповідальності вимагають від першокурсника значної мобілізації своїх можливостей для успішного навчання та входження у новий колектив. Успішність перебігу процесу адаптації є значущою умовою якісної професійної освіти, ефективного функціонування та творчої самореалізації майбутнього фахівця у фаховій структурі в широкому соціумі. Досить високі критерії конкурентоспроможності та складний характер навчання потребують забезпечення індивідуального підходу до адаптації особистості першокурсника за умови необхідного керівництва та комплексної інтеграції об'єктивних і суб'єктивних чинників цього процесу адаптації з боку ректорату, педагогів, психологів і органів студентського самоврядування ЗВО.

Аналіз останніх публікацій. Вчені досліджують різні аспекти проблеми адаптації студентів. Так, Т.В. Алексєєва, О.П. Венгер, В.Г. Гамов, О.Д. Гречишкіна, Г.П. Левківська, Є.О. Резнікова, О.Г. Солодухова, Ф.Г. Хайруллін, А.В. Фурман та ін. вивчали проблему дидактичної адаптації студентів; Н.М. Дятленко, Н.І. Коцур, Л.В. Клочек, Л.В. Косарева, Н.В. Любченко, О.В. Прудська, І.Д. Бех, І.М. Шаповал та ін. – адаптацію студентів-першокурсників; А.Д. Андрєєва, В.І. Слободчиков, В.П. Казміренко розробили методики дослідження соціально-психологічних чинників адаптації студентської молоді до навчання та майбутнього фаху; М.І. Вітковська та І.В. Троцук – адаптацію групи, всього студентського колективу. Адаптацію першокурсників як важливу передмову професійної підготовки вивчають М.Г. Вієвська, О.О. Стягунова, Н.М. Дятленко, О.В. Маріна, Н.І. Коцур, Т.В. Буяльська, М.Д. Прищак та ін.

Однак, адаптація студентів-першокурсників потребує подальшого дослідження для

її оптимального вирішення, особливо у сучасних умовах суцільної кризи взаємодії особистості та суспільства. Мало вивченою залишаються методи та форми реалізації індивідуального підходу до адаптації студентів.

Формулювання мети і завдань статті. *Метою статті* є теоретичний та емпіричний системно-функціональний аналіз комплексу об'єктивних і суб'єктивних умов дидактичної адаптації студентів-першокурсників; інтерпретація результатів педагогічного констатуючого експерименту, проведеного серед студентів 1-го курсу Національного університету харчових технологій; психолого-педагогічний аналіз чинників дезадаптації студентів-першокурсників і розробка психолого-педагогічних рекомендацій щодо забезпечення індивідуального підходу до особистості студента в процесі адаптації в умовах ЗВО.

Виклад методики і результатів дослідження. Під процесом адаптації психологи розуміють складну систему перетворень, що відбуваються з людиною відповідно до змін умов її життя, внаслідок яких виникають певні якості: 1) адаптованість як безпосередній результат цих перетворень, тобто стан узгодження наявних якостей і вимог середовища; 2) адаптивність як інтегрована особистісна якість, що забезпечує здатність людини до подальших перетворень [3, с.76-78].

Адаптацію особистості студента автор розуміє як багаторівневий, динамічний процес, пов'язаний із певною перебудовою особистості студента у межах включеності її у модель навчання вищої школи та оволодіння новою соціальною роллю. Головна функція адаптації студента полягає в адекватному розумінні та прийнятті норм і цінностей зміненої моделі навчання та студентського колективу, які дадуть значні можливості реалізації власного потенціалу в умовах ЗВО, а також отримання потенційних можливостей для майбутньої професійної самореалізації. Студенти – першокурсники, що оволодівають новою соціальною роллю, переживають інтенсивну перебудову власного життя у багатьох аспектах. Зміни умов навчання і нове соціальне середовище руйнують старі динамічні стереотипи та вимагають активізації таких механізмів адаптації студентів: звикання, пристосування, відтворення, взаємодоповнення, створення, управління та самоуправління, які розгортаються поступово відповідно до динаміки процесу адаптації і часто призводять до стану психологічного перенапруження. Для особистості студента психологічно важливо піти шляхом адекватної самозміни, саморозвитку та самореалізації. Розвинена саморегуляція є провідним механізмом адаптації студентів [1; 4].

Національний університет харчових технологій (НУХТ) є технічним університетом. Студенти технічних спеціальностей мають більш прозору та стабільну перспективу у майбутньому. Суспільство потребує фахівців таких спеціальностей, що робить навчання в університеті не тільки корисним, а й привабливим з позиції благополучного майбутнього, можливостей піднятися соціальним ліфтом. Соціально-значущі мотиви інтегруються з пізнавальними і інтенсифікують розвиток професійних мотивів. Перші задаються ззовні, другі обґрунтовуються цілями самовизначення у фаховій діяльності, досвідом і цілями розвитку особистості [6]. Важливо, щоб вони співпадали та відтворювались у структурі внутрішньої мотивації. З іншого боку, специфіка технічного університету пов'язана з мінімізацією гуманітарних дисциплін, що є особистісно-зорієнтованими та дають значимий розвивальний ефект. Тому актуальним для умов

технічного університету є психолого-педагогічне керівництво процесом адаптації на рівні індивідуальності студента, що відповідає концепції «Безперервної освіти» особистості, яка безупинно розвивається.

В НУХТ студентам пропонується кілька розвивальних психологічних дисциплін за вибором: «Розвиток організаторських та лідерських якостей», «Самореалізація особистості», «Психологія відносин», «Психологія лідерства», «Психологія керівника харчової промисловості», «Психологія ділової комунікації», «Навички командної співпраці», «Професійна етика та медіаторство», «Психологія лідерства та конфліктологія» тощо. Вони обираються багатьма студентами й активізують індивідуальні потреби у саморозвитку та самовдосконаленні особистісно-професійного потенціалу. Адаптація студентів – першокурсників потребує особливої уваги тому, що звичні для них організаційні моделі навчання та спілкування відрізняються від моделей вищої школи. Професійна підготовка у ЗВО є важливим етапом онтогенезу індивіду. В цей час відбувається інтенсивне особистісне зростання, формування індивідуального стилю діяльності, спілкування, взаємодії з діловими партнерами на основі розвитку індивідуальності та закладаються основи майбутньої дорослості. Це – сензитивний період для професійного та особистісного самовизначення. Перше пов'язане з розвитком професійно значущих якостей, а друге – з розвитком системи ціннісних орієнтацій. Важливим також є розвиток соціальної адаптивності особистості як інтегрованої якості, що забезпечує здатність людини до подальших перетворень, відповідно до постійних викликів сучасного життя [1; 2]. Перший курс закладає базу для успішного перебігу виділених процесів у подальшому навчанні.

У НУХТ в 2018-2019 н. р. для реалізації індивідуального підходу у процесі адаптації студентів-першокурсників організовано Центр з психологічної підтримки студентів у межах міжнародного проекту «Повага дією», в якому систематично проводяться індивідуальні діагностично-корегувальні консультації за запитом студентів, кураторів, викладачів і батьків. З початку 2018-2019 н. р. було проведено більш 200 індивідуальних консультацій у режимі конфіденційності за постійно діючим розкладом. Головна проблематика: розвиток навчально – професійної мотивації; розвиток творчих здібностей, конфлікти «Батьки та діти», педагогічні конфлікти, суїцидальні наміри, самотність, зрада, професійне самовизначення, корекція професійного вибору, невпевненість у собі та у своєму майбутньому, невизначеність в особистому житті тощо. В центрі систематично (двічі на місяць) проводяться засідання Психологічного дискусійного клубу, що збирає студентів різних курсів з усіх факультетів і інститутів НУХТ. Студентів особливо зацікавили зустрічі на такі теми: «Хто Я?»; «Як бути впевненим у собі? Подолання комплексів і стереотипів поведінки»; «Суїцид. Ставлення до життя і смерті»; «Нерозділене кохання. Мистецтво любити»; «Емоції без фільтрів. Почуття під контролем»; «Саморозвиток. Позитив і негатив»; «НЛП – безпека особистості»; «Психологія щастя». Центр – це творчий мотиваційний майданчик для дружнього спілкування та безумовного прийняття себе як особистості. Тут усіх об'єднує спільна мета та панує атмосфера довіри і безпеки. Це надає багато можливостей живого спілкування, розвитку, самовдосконалювання, отримання позитивного досвіду формування цілей та обґрунтування власної позиції для творчої самореалізації. Тут проводяться дискусії, тренінги, тестування, індивідуальні психологічні консультації,

співбесіди щодо актуальних проблем студентського життя. Створено сайт для студентів «Психологічна підтримка», на якому розміщено актуальну інформацію про роботу психологічного центру з підтримки студентів, програму роботи психологічного дискусійного клубу, а також корисні поради психолога щодо розвитку пізнавального потенціалу (наприклад, «Правила ефективного запам'ятовування»);, розвитку стресостійкості («Як керувати емоціями»), формування індивідуального стилю ділової комунікації («Як виступати перед аудиторією», «Іспити без стресів»), поради батькам студентів, кураторам і педагогам тощо. Важливо те, що в університеті робота з педагогічної та психологічної підтримки проводиться комплексно із врахуванням зовнішніх факторів, що впливають на свідомість і поведінку студентської молоді: засоби масової інформації, соціальні мережі, специфіка комунікативної моделі взаємодії студентів з різних регіонів, молодіжні субкультури тощо.

Зрозуміло, що локальна діяльність ЗВО, орієнтована тільки на «технологічний» формально-організаційний аспект, гальмує успішну адаптацію студента. Тому в університеті проектується не тільки модель конкурентного фахівця, але й модель конкурентного суб'єкта самореалізації та лідерства з високим рівнем соціальної відповідальності, здатного до безперервного навчання та розвитку. За прогнозами ООН згідно Плану розвитку суспільства до 2030 року, відомого як Резолюція Генеральної Асамблеї ООН «Перетворення нашого світу: Порядок денний у галузі сталого розвитку на період до 2030 року» головними критеріями конкурентності фахівця у 2030 році будуть: 1) здатність до ефективного спілкування з людьми; 2) достатній рівень практичних навичок роботи; 3) необхідний рівень академічних знань у фаховій галузі. Розвиток комунікативної культури майбутнього фахівця є пріоритетним напрямком діяльності центру психологічної підтримки студентів.

В Національному університеті харчових технологій було проведено педагогічний констатуючий експеримент (жовтень-листопад 2018-2019 н.р.) серед студентів-першокурсників з метою дослідження індивідуальних особливостей перебігу процесу адаптації студентів 1-го курсу та визначення й аналіз актуальних проблем адаптації та чинників дезадаптації першокурсників. Вибірку склали 663 особи жіночої та чоловічої статі (80,75% усіх першокурсників) віком 17-20 років.

Істотний вплив на перебіг процесів адаптації студентів мають такі чинники як ставлення до обраного фаху, до свого майбутнього, рівень розвитку навчально-професійної мотивації, позитивне самоставлення, особистісне самовизначення, ієрархія цінностей, індивідуально-типологічні особливості, комунікабельність, працездатність, командність, змістовна та організаційна самостійність, ґрунтовне засвоєння культурних та соціальних норм поведінки тощо. Для експериментального дослідження було розроблено анкету для моніторингу процесу адаптації студентів 1-го курсу. Анкета складалась з 4-х змістовних складових: психодіагностичного тесту Г. Айзенка (версія А) [9; 10] для визначення індивідуально-типологічних особливостей студента, що дозволило скласти його базовий психотип, визначити його вплив на формування позитивного психологічного клімату в студентській групі та план корекції поведінки і розвитку адаптивних властивостей особистості, а також визначити рівень нейротизму для профілактики конфліктів, істероїдної та агресивної поведінки та зниження тривожності і перенапруженості психічних процесів і станів студента. Друга складова анкети була

спрямована на визначення актуальних проблем дидактичної адаптації та входження у новий колектив однолітків в університеті та у гуртожитку, а також рівня розвитку навчально-професійної мотивації. Третя складова дозволила визначити наявність у студентів психосоматичних ознак переживання стресів. Остання складова анкети за методикою «незакінчених речень», модифікованою відповідно до мети дослідження, дозволила дослідити характер міжособистісних взаємин з ровесниками, батьками та самоставлення студента, ієрархію цінностей, рівень впевненості у собі та у привабливому майбутньому, ставлення до здорового та якісного життя, рівень емоційно-чуттєвого, інтелектуально-пізнавального, вольового та соціально-комунікативного аспектів розвитку. Як додаткові методи застосовувались веб-анкетування, тест ціннісних орієнтацій (М. Рокича), тест Дембо-Рубінштейна (на визначення рівня самооцінки), проєктивні методики: «Неіснуюча тварина», «Дім-Дерево-Людина», тест «Вибір кольору» (М. Люшера), педагогічне та психологічне спостереження, контент-аналіз відповідей студентів на запитання «Чому Ви обрали цей фах?», «Яким Ви бачите своє майбутнє?», «Ваша стратегія життя?», «Чим подобається Вам навчання в університеті?», «Що порадили б Ви своєму найкращому другові?», «Чи подобається Вам атмосфера в групі?», експертне оцінювання, самоаналіз студентами власної поведінки, психологічних особливостей особистості та проблем міжособистісних взаємин. Дослідження вимагало індивідуального комплексного підходу та реалізації принципу «анонімності» у зв'язку з високою особистісною значущістю вирішення проблеми адаптації для респондента. Згідно гіпотези експерименту передбачалось, що процес адаптації на першому курсі відбувається неоднорідно, з певними загостреннями і спадами, що може призводити до нервових зривів і стресових реакцій. Реалізація індивідуального підходу психологів і педагогів до особистості першокурсника допоможе подолати бар'єри адаптації. В одних студентів формування нового стереотипу відбувається стрибкоподібно, в інших – послідовно, залежно від індивідуально-типологічних особливостей і досвіду вирішення аналогічних проблем. Адаптація студентів загострюється сучасними умовами вступу до ЗВО, що інколи призводять до несамостійного та несвідомого вибору фаху (особливо для комерційних студентів з недостатнім балом ЗНО), що знижує мотивацію навчання та адаптивний ресурс, при цьому базова потреба розвитку особистості у самоствердженні переноситься у царину розваг чи реалізації специфічних потреб і здібностей. Оволодіння новою соціальною роллю – роллю студента як майбутнього фахівця може носити як адекватні, так і спотворені форми, пов'язані з набуттям небажаних звичок.

За результатами проведеного констатуючого педагогічного експерименту методом веб-опитування встановлено наступне. На початку навчання, у вересні 2018-2019 н.р. першокурсники відчували ейфорію від досягнення важливої мети (86%), очікування успіху у навчанні та привабливість майбутнього (79%). Зрозуміло, вступ до університету в житті молодшої людини – самостійний і відповідальний крок, що викликає переживання ейфорії від власного успіху. Однак, через 2-3 місяці (жовтень-листопад 2018-2019 н.р.) за результатами комплексної анкети з адаптації студентів 67% респондентів відмітили відсутність життєвої перспективи, 27,3% – роздратування з різних причин, 72,7% першокурсників почали відчувати труднощі у навчанні та спілкуванні, а також стресові реакції, зміни у самопочутті, що свідчить про наявність синдрому дезадаптації. Виявлено, що 39% студентів потребують індивідуальної психологічної консультації у

конфіденційному режимі. Для усіх студентів із синдромом дезадаптації організовано збірні групи для проведення соціопсихологічних тренінгів з розвитку адаптивного потенціалу особистості впродовж 2-го та 3-го семестрів навчання.

Існують об'єктивні ризики дезадаптації студентської молоді: соціальна незахищеність, явища глобалізації, економічна криза, що провокує на компромісний вибір професії, нестабільність у державі, у зв'язку з війною на сході, що руйнує незрілу особистість і її майбутню перспективу та викликає явища алкоголізму, наркоманії тощо, що може спрямувати до криміногенного середовища. Серед суб'єктивних чинників особливої уваги заслуговують вольові якості особистості, між якими психологи виділяють такі – цілеспрямованість, самостійність, відповідальність, почуття вчасності, стресостійкість, дисциплінованість, орієнтація студента на завершеність дій, яка виступає як фактор, що впливає на організацію циклу дій від початку до кінця [2, с. 25]. Внутрішні фактори охоплюють актуальний рівень шкільної підготовки, спрямованість особистості, творчість мислення та стійке бажання оволодіти програмою професійної технічної підготовки. Проаналізуємо проблеми дидактичної адаптації студентів-першокурсників. Дидактична адаптація як оволодіння студентами новою моделлю навчання у ЗВО. Форми та методи навчання у вищій та у середній школах мають значні відмінності. У ЗВО – це самостійна робота та самоосвіта. Для викладачів навчити студентів вчитися більш важливо, ніж озброїти їх конкретними предметними знаннями. Однак, деякі викладачі використовують технології навчання, які не забезпечують поступовий перехід від шкільної системи до системи навчання у технічному університеті, не враховують наявний рівень шкільної підготовки, мотивації навчання та навичок самостійної роботи першокурсника. Гальмує адаптацію першокурсників і те, що навчально-виховний процес часто починається без необхідної індивідуальної діагностики знань і особистісних якостей студентів: здібностей, ієрархії ціннісних орієнтацій, мотивації, її спрямованості та стійкості тощо. Тому доцільно педагогам, кураторам, психологам проводити оперативну первинну діагностику рівня знань і здібностей студентів, а також важливих особистісних якостей, що складають ресурс адаптації першокурсників [7]. Студент повинен сформувати свій індивідуальний стиль навчально-професійної діяльності. Це головне новоутворення розвитку особистості у студентському віці [1].

Результати проведеного автором експерименту свідчать, що студенти 1-го курсу у більшості не здатні оптимально самоорганізуватися в процесі навчання. Змістовна та організаційна самостійність розвинені лише у 23% першокурсників; високий нейротизм виявлено у 21,20% студентів. Нецікаві лекції відзначили 23% студентів, на високі вимоги педагогів вказали 23,5% усіх респондентів. Кореляція показників підкреслює важливість навичок самостійної роботи студентів і неспівпадання досвіду навчання у середній школі вимогам вищої школи. Результати дослідження показують, що 38% респондентів зазначають небажання вчитись; відповідно недостатність практичних знань – 18,83%; відсутність необхідної літератури – 13,75%. Обмаль навичок самостійної роботи з інформацією; недостатнє вміння конспектувати, працювати з науковою та навчальною літературою – 27%. Це вказує на недостатній досвід першокурсників самостійного пошуку необхідної інформації та здатність застосовувати її на практиці, а також недооцінку викладачами перехідного періоду у студентів для подальшого якісного навчання.

Важливо визначити особистісне значення навчання та фаху для кожного студента, що є передумовою формування мотивації досягнень його особистості. Це активізує розумову діяльність, розвиток творчого потенціалу і працездатності студентів-першокурсників, оскільки обсяг інформації, що потребує інтелектуальної обробки значно збільшується.

Вплив мотивації на якість навчальної діяльності відбивають два закони Р. Йеркса та Д. Додсона: 1) збільшення інтенсивності мотивації підвищує якість діяльності до рівня оптимуму мотивації (найвищих показників успішності діяльності), а потім поступово зменшується. Ця закономірність не поширюється на пізнавальну мотивацію, постійне зростання якої збільшує результативність навчальної діяльності; 2) ускладнення діяльності суб'єкта знижує оптимум його мотивації. Саме мотиви навчання визначають продуктивність дидактичного процесу і мають значний вплив на адаптацію студентів [6; 8]. У результаті констатувального експерименту визначено такі внутрішні перепони дидактичної адаптації першокурсників: невміння організувати самостійну роботу, відсутність навичок конспектування, опрацювання навчальної бібліографічної літератури, невміння пристосуватися до нових, суттєво відмінних від шкільних вимог, методів, форм навчання та контролю знань тощо. Це говорить про те, що адаптація першокурсників бере свій початок ще в старших класах школи.

Адаптація до навчання у вищій школі розпочинається зі створення передумов для успішного навчання: свідомого вибору фаху, готовність до навчання у технічному університеті, формування життєвих планів, пов'язаних з майбутнім навчанням, інтенсифікацією підготовки до ЗНО, формування привабливого образу майбутньої навчальної та фахової діяльності, усвідомлення позитивного взаємозв'язку своїх здібностей і якостей особистості з успіхом у фаховій та соціальній діяльності, набуття досвіду самостійності, розвиток цілеспрямованості, організованості, саморегуляції, відповідальності, можливостей і практичних навичок проживання на відстані від батьків. Усі ці якості центруються навколо мотивації першокурсника [6; 8]. Також виявлено такі зовнішні перепони: недостатня (без самостійної роботи) кількість інформації на лекції, її надмірна різноманітність, інколи суперечливість, монотонність; обсяг та ступінь важкості завдань, що перевищує можливості студента їх інтелектуально опрацювати; невизначені вимоги, нерівномірність академічного навантаження, що досягає найвищого рівня під час сесії; авторитарна модель педагогічного спілкування викладача, критичні обставини та ризик під час прийняття рішень. Так, 15,1% респондентів вказали «Боюся сесії», «Боюся зробити помилки». Непорозуміння з окремими викладачами (студенти пояснюють через отримання нижчих оцінок, ніж очікували) виділили усього 17.88% першокурсників.

Така психологічна невідповідність особистості призводить до виникнення суперечностей між внутрішніми можливостями студента та зовнішніми вимогами якісного навчання в університеті. Для їх вирішення необхідна індивідуальна педагогічна та психологічна підтримка першокурсників. Можна визначити такі критерії готовності студентів до навчання у технічному університеті: когнітивний – розуміння студентами мети свого навчання, його зв'язку із майбутньою фаховою діяльністю, знання структури і змісту професійної галузі знань; мотиваційний – прагнення до самостійності, стійкий інтерес до нових знань, бажання володіти фаховою термінологією; операційний – володіння методами засвоєння професійно- значущої інформації, володіння навичками самостійної роботи; емоційно- вольовий: особистісне ставлення до характеру і

результату навчання, вміння будувати позитивні міжособистісні відносини, вироблення певних комунікативних навичок, вміння виявляти і долати труднощі, наявність соціально схвалених ціннісних орієнтацій і моральних якостей, впевненість в успіху, висока самоорганізація, отримання задоволення від самостійного здобуття професійно значущої інформації; інформаційний – мовна, інформаційно-технічна і предметна компетентність.

Виявлено такі причини дезадаптації першокурсників: 1) негативні переживання, пов'язані із втратою вчорашніми учнями шкільного колективу з його взаємодопомогою та моральною підтримкою батьків (96%); 2) недостатня психологічна готовність до оволодіння основами фаху, 3) невизначена професійна перспектива (67%); 4) невміння самостійно регулювати власну поведінку (56%); 5) низький рівень розвитку навчально-професійної мотивації (38%); 6) відсутність оптимального режиму праці та відпочинку в нових умовах ЗВО, що викликає психосоматичні реакції організму (35%); 7) проблеми особистого життя, становлення міжособистісних стосунків студентів у групі (40%); 8) слабка шкільна підготовка, що не відповідає високим вимогам викладачів, звичка «навчатися, але не вчити» (24%); 9) важке налагодження позитивних взаємин із співмешканцями у гуртожитку, а також умов побуту й самообслуговування (15%).

Висновки і перспективи подальших досліджень. На перебіг адаптації студентів-першокурсників впливає комплекс суб'єктивних і об'єктивних чинників: організація навчально-виховного процесу, що створює оптимальні психолого-педагогічні умови для розвитку потенціалу адаптованості та самореалізації індивідуальних можливостей студентів, формує систему колективних та індивідуальних форм навчання; профілізація та фундаменталізація навчання; моделювання робочих ситуацій, що спонукають до професійної діяльності тощо; а також, усвідомлення студентами особистісного значення та цінності професійної освіти; розвиток суб'єктності, позитивного ставлення до себе та свого якісного майбутнього, професійної рефлексії, а також пізнання та розуміння власних індивідуальних особливостей мотивації та адекватної моделі професійної успішної діяльності.

Для успішної адаптації першокурсникам потрібно приділити особливу увагу на рівні індивідуального підходу до розвитку їхньої особистості. Дослідження підтверджують, що психодіагностика адаптаційних властивостей студентів-першокурсників важлива для подолання синдрому дезадаптації. Останній негативно відбивається на роботі пізнавальних процесів (сприймання, уваги, пам'яті, мислення, уяви), а також викликає стресогенні реакції емоційно-почуттєвої сфери (непевненість у собі та своєму майбутньому, негативне самопочуття, поганий настрій, недовіра до оточуючих, конфліктність поведінки) і мотиваційно-сміслової царини (відсутність мотиву збереження здоров'я та життя, відсутність сенсу майбутньої фахової діяльності, неусвідомлення соціальної значущості професійної самореалізації, розмитий чи несформований життєвий план). Результат розвитку адаптивних властивостей залежить від того, яка спеціальна робота здійснюється керівництвом, педагогічним колективом, психологами і органами студентського самоврядування у першому семестрі навчання. Інтенсивний розвиток адаптаційного потенціалу студента на першому курсі значно підвищує якість його освіти у подальшому навчанні.

Список використаних джерел:

1. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Москва: Педагогика-Пресс, 1996. 536 с.
2. Винославська О.В. Психологія: навч. посіб. Київ: ІНКOS, 2005. 351 с.
3. Казміренко В.П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молоді людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 6. С. 76-78.
4. Нікітіна І.В. Суб'єктне самовизначення молоді людини у період повноліття. Київ: КНТ, 2008. 192 с.
5. Development of Specialist's Personality. Розвиток особистості фахівця. Развитие личности специалиста: навч. посіб. / С.В. Іванов, В.М. Криворотько, І.В. Нікітіна та ін. Київ: НУХТ, 2014. 339 с.
6. Нікітіна І.В. Розвиток мотивації студентів. Практикум: навч. посіб. Київ: НУХТ, 2017. 326 с.
7. Нікітіна І.В. Психологічна безпека особистості студента в процесі адаптації. [Psychology security of the Student's Personality in the adaptation process]. *Всеукраїнський науково-практичний журнал «Директор школи, ліцею. Гімназії»*. Спеціальний тематичний випуск "Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору". № 6. Кн. 2. Том I (79). Київ: Гнозис, 2018. 456 с., С. 361– 367.
8. Маслоу А. Мотивация и личность. Москва: Евразия, 1998. 235 с.
9. Eysenck H.J. Encyclopedia of Psychology. New York: Herder and Herder, 1972, V. 1. 25 p.
10. Hartmann H. Ego Psychology and the problem of adaptation. New York, 1958. 312 p.

References transliterated

1. Vygotskii L.S. Pedagogicheskaja Psikhologija [Pedagogical Psychology]. M.: Pedagogica-Press, 1996. 536 s.
2. Vynoslavs'ka O.V. Psykholohia: Navchal'nyi Posibnyk [Psychology: Educational Guide]. K.: INKOS, 2005. 351 s.
3. Kazmirenko V.P. Prohrama Doslidzhennia Psykhosotsial'nykh Chynnykiv Adaptatzii Molodooi Liudyny do Navchannia u VNZ ta Maibutn'oi Profesii [Program of Research of Psychological Factors of Young People Adaptation to Study at Higher Educational Institution and Future Profession]// *Practychna Psykholohia ta Social'na Robota*. 2004. № 6. S. 76-78.
4. Nikitina I.V. Subiectne Samovyznachennia Molodooi l'udyny u Period Povnolittia [Subject Self-Determination of Young People at the Period of Majority]. K.: KNT, 2008. 192 s.
5. Development of Specialist's Personality. Rozvytok Osobystosti Fakhivtsia. Razvitiie lichnosti spetsialista: Educational Guide / S.V. Ivanov, V.M. Kryvorot'ko, I.V. Nikitina etc. K.: NUKT, 2014. 339 s.
6. Nikitina I.V. Rozvytok Motyvatsii Studenta. [Development of Student's Motivation]. Workshop. Educational Guide. NUKT, 2017. 326 s.
7. Nikitina I.V. Psykholohichna Bezpeka Ocobystosti Studenta v Protsesi Adaptatsii [Psychology Security of the Student's Personality at the Adaptational Process]. *Vseukrains'kyi Naukovo-Praktychnyi Zhurnal "Dyrekтор shkoly, Litseiu, Himnazii"*.

Spetsial'nyi Tematychnyi Vypusk "Vyshcha Osvita Ukrainy u Konteksti intehratsii do Yevropeis'koho Osvitnioho Prostoru". № 6. Кн.2. Том I (79). К.:Hnozys, 2018. 456 s., S. 361–367.7

8. Maslou A. Motivacia i lichnost' [Motivation and Personality]. M.: Evrasia, 1998. 235 s.
9. Eysenck H.J. Encyclopedia of Psychology / H. J. Eysenck, W. Arnold and R. Meilt (EDS). New York: Herder and Herder, 1972, V. 1. 25 p.
10. Hartmann H. Ego Psychology and the problem of adaptation. New York, 1958. 312 p.

Nikitina I.V. Individual approach to First Year Student`s Personality in the process of adaptation: Results of the experiment. The article analyzes the results of ascertain pedagogical experiment about investigation of the first year student's adaptation process empirical facts in the 2018-2019 academic year of the study at National University of Food Technologies. Substantiation of the Individual approach to Students's first year necessity in process of adaptation made in thith work. Such adaptational mechanisemes as Accustomedation, Adjustment, Reprodusement, Interadition, Creation, Management and Selfmanagementare distinquished here. Succesful adaptational criterions are noticed in thise article. There are such as Cognitive, Motivative, Effective, Informational, Will-Power and Emotional. The actual transitional period of the first year Student's effective individual didactic adaptation are point out at that item. Correlation between adaptation and selfrealization processes of the Students's first recruitment are determined. Author analysed the own experience of the Freshmans individual interactive in the Psychological Facilitation Centre at National University of Food Technologies. Objective and subjective circumstances complex of the succesful First year Student's adaptation described here. The adaptation barriers and the ways of its overcoming are defined at the work. Into our research the practical psychological and pedagogical recommendations about the Personality's Student adaptation properties development and improvement the quality of education for Higher School Teachers, Academical Groups Curators and Student's Leaders were made.

Key words: adaptation process; Student's Personality; adaptation qualities of the Student; negative adaptation factors, the ways of improvement the quality of Technical University Student's Education; Pedagogics and Psychology of Higher Professional School.