

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ

### Резюме

У статті проводиться аналіз соціально-психологічної адаптації та психологічних особливостей адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання в умовах пандемії. Розглядаються та аналізуються основні елементи, переваги та недоліки дистанційної освіти, а також прогнозуються перспективи її розвитку в сучасній Україні. **Мета** статті полягає у дослідженні соціально-психологічної адаптації та психологічних особливостей адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання в умовах пандемії.

Для виявлення особливостей адаптації майбутніх психологів до умов дистанційного навчання застосовано **методи** ІКТ та було проведено дослідження на освітній платформі Google Classroom за допомогою Blank Quiz. Вибірку склали 40 студентів I-IV курсів Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету, спеціальності 053 «Психологія».

Проведене дослідження виявило, що у здобувачів вищої освіти виникають соціально-психологічні труднощі в адаптації до онлайн навчання, а саме: зміна соціального статусу; адаптація до нового формату навчання, соціальна адаптація до викладачів та до групи в цілому; великий обсяг самостійної роботи; труднощі з тайм-менеджментом та розподілом часу; труднощі оволодіння новими видами діяльності, професійними вміннями, знаннями та навичками.

**Результати** дослідження показали, що більшість студентів за час дистанційного навчання опанували вміння самостійної роботи, підвищили свій рівень знань. Найбільшою проблемою, яка постала в даному питанні – відсутність живого спілкування з викладачами, одногрупниками та робота в університетській аудиторії. Натомість позитивно відзначили мобільність і доступність. Потенціал та ефективність дистанційних технологій оцінюється респондентами доволі високо.

**Висновки.** Спираючись на результати дослідження ми можемо зробити висновок про те, що рівень соціально-психологічної адаптації студентів першого та четвертого курсу майже однаковий. Це свідчить про те, що студенти однаково були не готові до різких змін та переходу на дистанційне навчання. Натомість, старшокурсники мають більші показники, які вказують на швидкість пристосовування до нових змін та здатність внутрішнього самоконтролю.

**Ключові слова:** дистанційне навчання; інформаційно-комунікаційні технології; освітні платформи; освітні технології; пандемія; психологічні особливості адаптації; соціально-психологічна адаптація; Covid 19; Google Classroom

**Вступ.** Феномен адаптації на сьогоднішній день займає важливе становище в житті суспільства, та, зокрема, у тих, хто в цей період здобувають освіту, у студентської молоді. 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. Тому для майбутніх фахівців процес адаптації є важливим етапом професійної підготовки.

Період адаптації кожна людина проходить неоднаково. 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 буде 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 першокурсників проявляли другий вид адаптації.

В. Семиченко 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 (Семиченко, 2002).

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).

Досліджуючи питання адаптації студентів-першокурсників у ЗВО можна зазначити, що адаптаційний період, який починається з перших днів навчання є дуже важливим етапом, адже саме в цей час відбувається «активне, творче пристосування студентів нового прийому до умов вищої школи, в процесі якого в студентів формуються оптимальні взаємини, покликання до обраної професії, раціональний колективний режим праці та побуту» (Семиченко, 2002).

Повертаючись до подій сьогодення, зокрема пандемії COVID-19, можна стверджувати, що адаптивність та готовність до змін відіграє значну роль в нашому житті. Так, традиційні форми навчання вмиль перетворилися на дистанційну систему навчання. Саме ця система допомагає гнучко та швидко реагувати на потреби суспільства, створювати системи загального обміну інформацією та безперервного самонавчання. В науковій літературі значна увага приділяється проблемам дистанційного навчання. Зокрема, теоретичними, методологічними та методичними проблемами дистанційного навчання займалися такі науковці, як В. Кухаренко, С. Вітвицька, В. Ясулайтіс, Е. Полат, А. Петров, О. Тищенко та багато інших.

Дистанційне навчання є новою формою навчання, що будується на тих самих цілях та змісту, що і очне навчання, але має різні форми подачі матеріалу та взаємодії суб'єктів навчального процесу. Дистанційне навчання формується на таких дидактичних принципах як: принципи системності, науковості, систематичності, активності, наочності, диференціації та індивідуалізації 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.

Водночас, у студентів виникають психологічні труднощі в адаптації до онлайн навчання, а саме: зміна соціального статусу; адаптація до нового формату навчання, соціальна адаптація до викладачів та до групи в цілому; великий обсяг самостійної роботи; труднощі з тайм-менеджментом та розподілом часу; труднощі оволодіння новими видами діяльності, професійними вміннями, знаннями та навичками. Життя і здоров'я студентів багато в чому визначаються рівнем

їхньої адаптивності – вродженої та набутої здатності до адаптації, тобто пристосування до всього різноманіття життя за будь-яких умов. Традиційність досліджень процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО може створювати уявлення про вивченість цього питання, хоча його складність і міждисциплінарний характер змушують звертатися до нових його сторін. Зокрема, досить досліджено те, яку роль в адаптації до дистанційного навчання у ЗВО, управлінні часом в період надзвичайної ситуації відіграє здатність особистості керувати власним часом. Тому в період дистанційного навчання постає актуальна проблема – адаптація студентів до умов дистанційного навчання (Стрельцова, 2009).

**Мета** статті полягає у дослідженні соціально-психологічної адаптації та психологічних особливостей адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання в умовах пандемії.

**Завдання дослідження:** 1) здійснити теоретичний аналіз проблеми адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання у закордонних та вітчизняних наукових джерелах; 2) аналіз та інтерпретація результатів дослідження адаптації майбутніх психологів до дистанційного навчання в умовах пандемії.

**Методики дослідження.** Досліджуючи проблему новітніх освітніх трендів в організації навчання у вищій школі в умовах викликів сьогодення, ми використали ряд методів наукового дослідження. Одним із ключових методів на початковому етапі дослідження був метод аналізу літератури. Він дозволив з'ясувати зміст основних понять нашого дослідження, у тому числі освітнього тренду, інформатизації освітнього процесу у вищій школі, інформаційно-комунікаційних технологій навчання (ІКТ), візуалізації, мережевого спілкування та ін. Використання методу порівняння дозволило порівняти погляди вітчизняних науковців на проблему нашого дослідження. За допомогою методу синтезу було визначено практико-прикладні аспекти використання ІКТ під час організації дистанційного формату освітнього процесу у вищій школі, у тому числі виявлено особливості ефективного використання окремих засобів ІКТ.

Для виявлення особливостей соціально-психологічної адаптації майбутніх психологів до умов дистанційного навчання нами було проведено дослідження на освітній платформі Google Classroom за допомогою Blank Quiz. Вибірку склали 40 студентів I-IV курсів Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету, спеціальності 053 «Психологія».

**Результати.** За результатами проведеного дослідження було виявлено наступні показники.

**1. Запитання «Що для вас є найважчим на дистанційному навчанні?»**

Для визначення відношення студентів до дистанційного навчання було проведено авторську анкету, яка складалася з 8 запитань. Групові та індивідуальні показники зведено у таблицях.

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за відповідями на запитання анкети «Що найважчого є для студента на дистанційному навчанні», ми можемо побачити на рис. 1.

Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за показниками складнощів

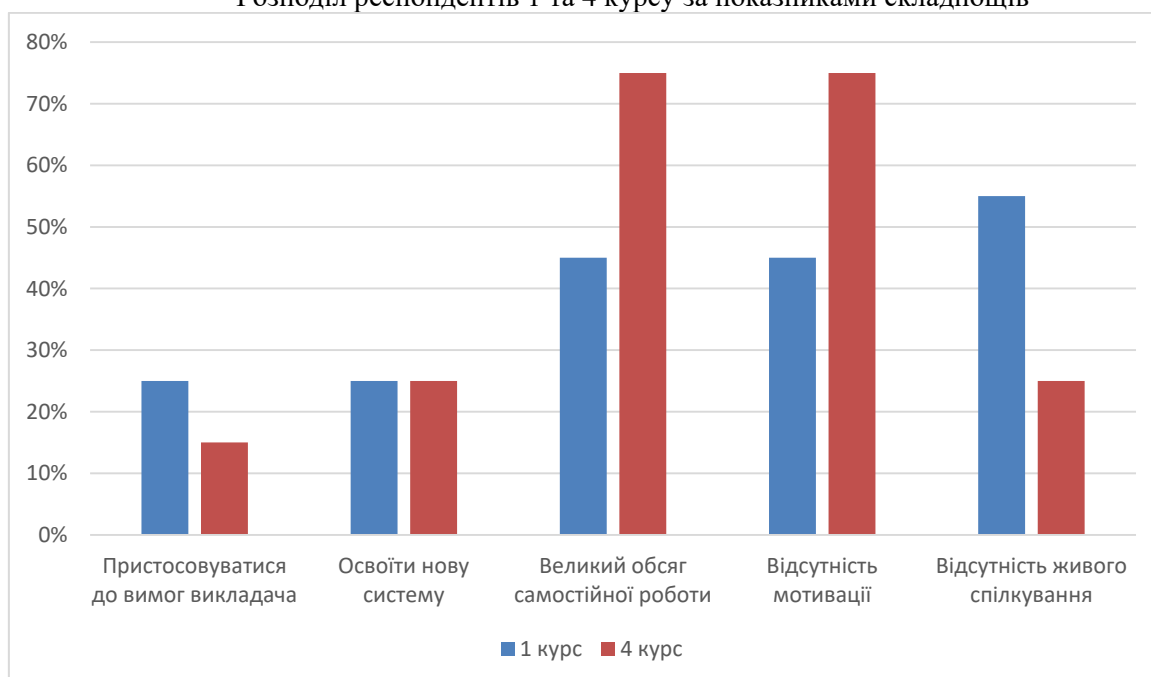


Рис.1. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «Що найважчого є для студента на дистанційному навчанні»

Дані результати говорять про те, що студентам 1 курсу найважчим на дистанційному навчанні є: відсутність живого спілкування, відсутність мотивації та великий обсяг самостійної роботи. Для студентів 4 курсу найважчими є відсутність мотивації та великий обсяг самостійної роботи. Так, можна говорити про те, що через відсутність живого спілкування з одногрупниками та викладачами, у студентів зникає мотивація до навчальної діяльності.

*2. Запитання «Які причини сповільнюють або заважають швидше адаптуватися до дистанційного навчання?»*

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за відповідями на запитання анкети «Які причини сповільнюють або заважають швидше адаптуватися до дистанційного навчання?» ми можемо побачити на рис. 2.

Дані результати говорять про те, що студенти 1 курсу виділяють наступні причини серед адаптації до дистанційного навчання: відсутність живого спілкування, власна неорганізованість та невміння розподіляти свій час. Студенти 4 курсу вказують наступне: невміння розподіляти свій час та відсутність живого спілкування. Дані результати є схожими, тому що всім однаково не вистачає комунікації один з одним та самоорганізації навчальної діяльності.

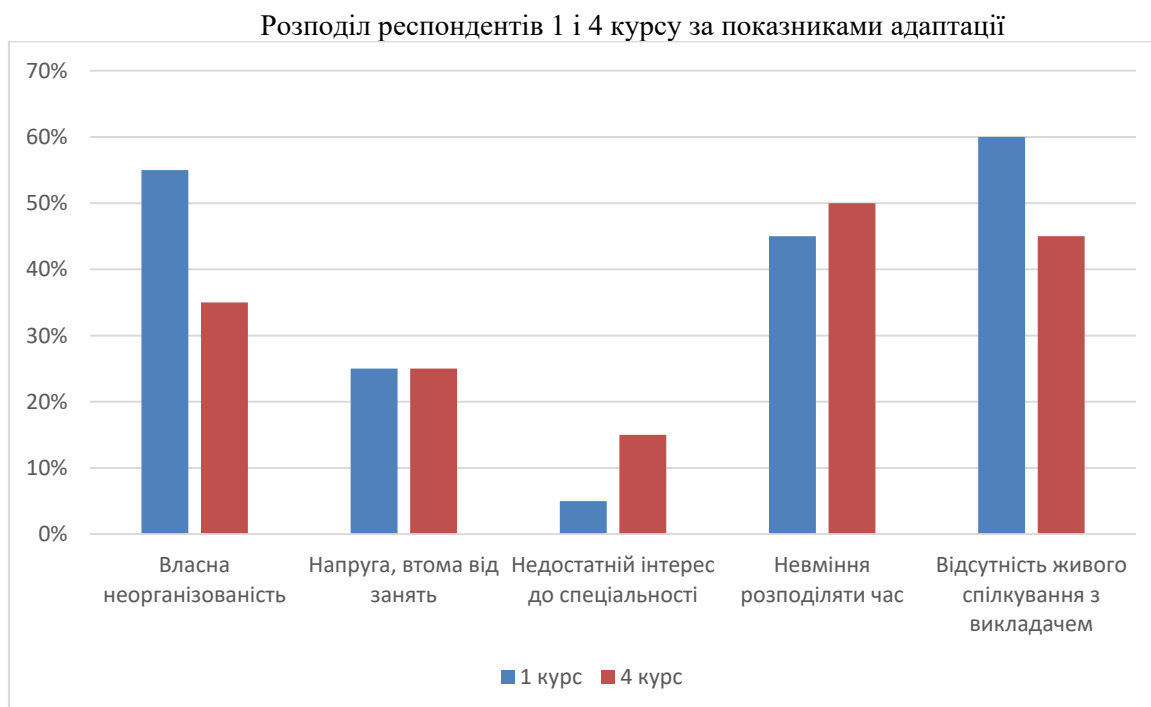


Рис. 2. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «Які причини сповільнюють або заважають швидше адаптуватися до дистанційного навчання?»

*3. Запитання «З якими з цих проблем ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?»*

На запитання «З якими з цих проблем ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?», студенти мали обрати які психологічні стани тривожності, внутрішньої напруги в них виникали, чи порівнювали вони себе з іншими, або, взагалі, не відчували жодних проблем.

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за відповідями на запитання анкети «З якими з цих проблем ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?», ми можемо побачити на рис. 3.

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за показниками проблем

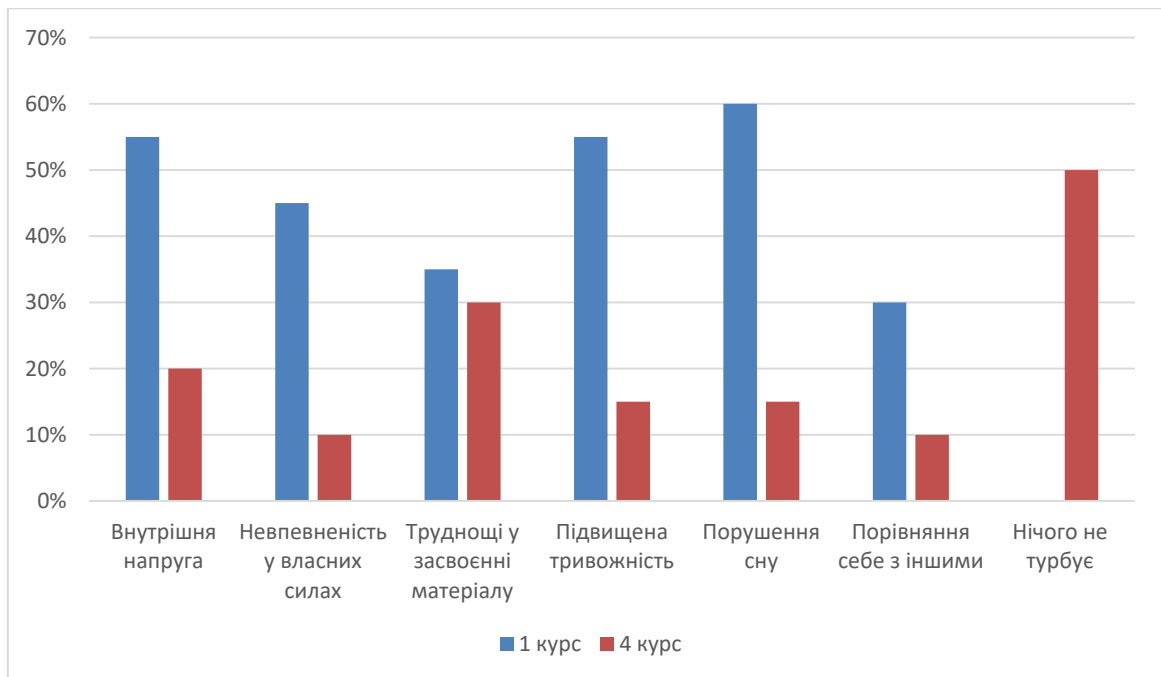


Рис. 3. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «З якими з цих проблем ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?»

Результати даних відповідей свідчать про те, що у студентів 1 курсу значно частіше виникали порушення сну, внутрішня напруга, підвищена тривожність, невпевненість у власних силах, порівняння себе з іншими та труднощі у засвоєнні матеріалу. Серед студентів 4 курсу, 50% респондентів обрали варіант «Нічого не турбує». Це свідчить про те, що для першокурсників навколишнє середовище є новим, і їм набагато важче перейти на нову освітню програму, познайомитися із студентською групою, викладачами та самостійно засвоювати навчальний матеріал.

#### 4. Запитання «Які стратегії вирішення навчальних завдань ви обираєте?»

Для визначення стратегій вирішення навчальних завдань, ми запитали у студентів «Які стратегії вирішення навчальних завдань ви обираєте?».

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за відповідями на запитання анкети «Які стратегії вирішення навчальних завдань ви обираєте?», ми можемо побачити на рис. 4.

Розподіл респондентів 1 і 4 курсу за показниками стратегій вирішення завдань

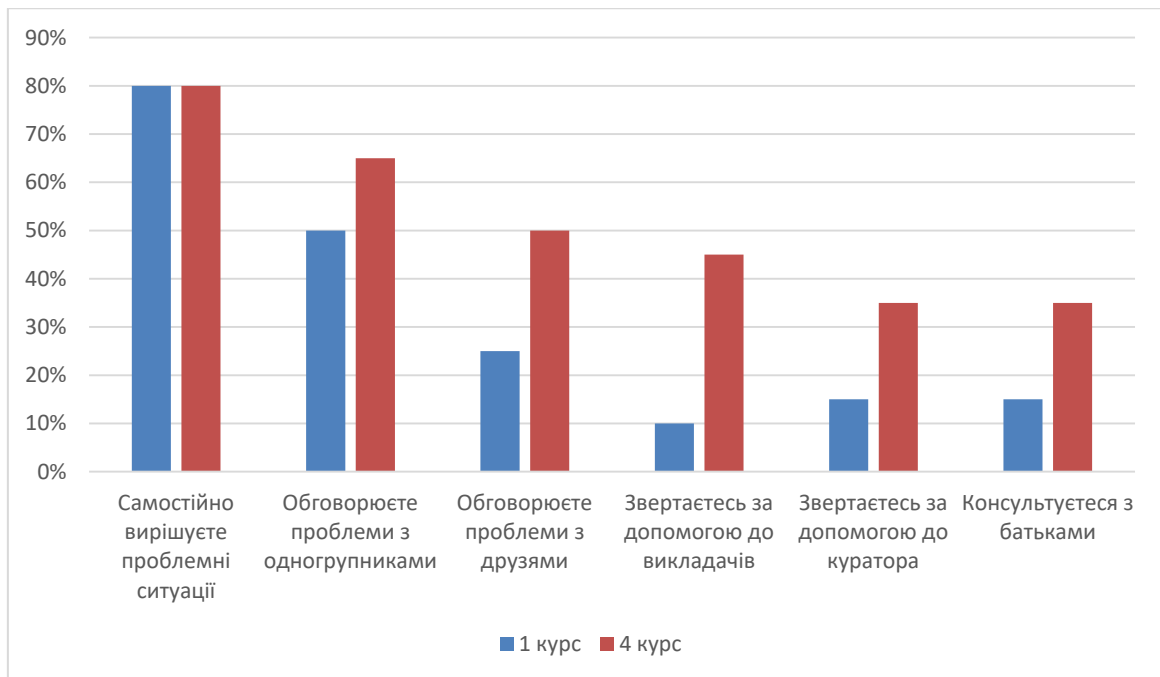


Рис. 4. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «Які стратегії вирішення навчальних завдань ви обираєте?»

Дані результати вказують на те, що студенти першого та четвертого курсу надають перевагу самостійному пошуку вирішення проблемних питань, натомість, студенти четвертокурсники можуть також звернутися до одногрупників, викладачів та до куратора. Це свідчить про те, що першокурсники мало знайомі з одногрупниками та викладачами університету, що зупиняє їх звернутися до них по допомогу. Причинами цього можуть бути: відсутність живого спілкування, рівень комунікативних навичок та психологічні особливості особистості.

#### 5. Запитання «Як ви оцінюєте морально-психологічний клімат у вашій групі?»

Для визначення оцінки морально-психологічного клімату під час дистанційного навчання, респондентам було задано запитання «Як ви оцінюєте морально-психологічний клімат у вашій групі?». Студенти мали вказати: «Оптимістичний та дружелюбний», «Не зовсім комфортний, наявні конфлікти», «Постійні конфлікти, відсутня дружелюбність».

Розподіл респондентів 1 курсу за відповідями на запитання анкети «Як ви оцінюєте морально-психологічний клімат у вашій групі?», ми можемо побачити на рис. 5.

Відповідно до співвідношення показників соціально-психологічного клімату у групі студентів 1 курсу під час дистанційного навчання, ми можемо побачити, що у 85% респондентів вказали оптимістичний та дружелюбний клімат, у 15% - не зовсім комфортний клімат.

Розподіл респондентів 4 курсу ми можемо побачити на рис. 6.

Спираючись на дані результати ми можемо бачити, що 95% студентів вказали оптимістичний соціально-психологічний клімат у групі, та 5% - не зовсім комфортний. Дані результати свідчать, що незважаючи на дистанційне навчання, студенти спілкуються в месенджерах і підтримують дружній зв'язок.

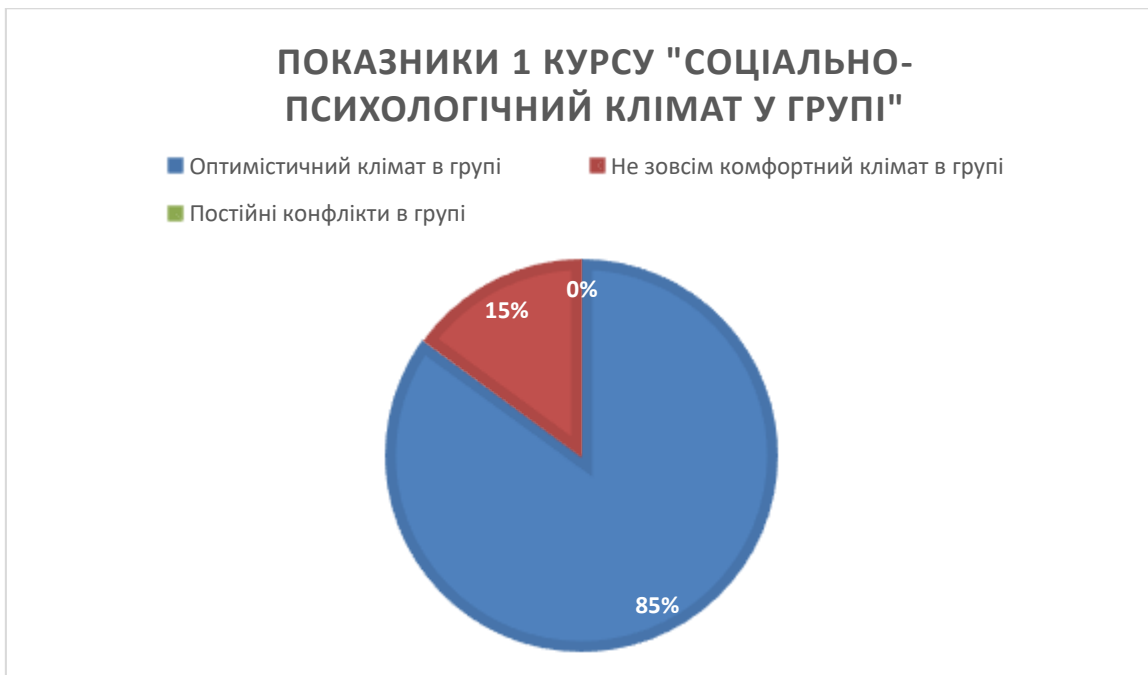


Рис. 5. Розподіл студентів 1 курсу за показниками соціально-психологічного клімату



Рис.6. Розподіл студентів 4 курсу за показниками соціально-психологічного клімату

#### 6. Запитання «Що для вас стало досягненням під час дистанційного навчання?»

Дане запитання допомагає проаналізувати наслідки дистанційного навчання для студента та розвинути рефлексивні навички.

Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання анкети «Що для вас стало досягненням під час дистанційного навчання?» ми можемо побачити на рис. 7.

Результати даних відповідей свідчать про те, що для студентів першого курсу досягнення пов'язані із почуттям самостійності та дорослішання. Студенти четвертого курсу найбільшим досягненням обрали «Досвід користування різними ресурсами», «Розвиток самостійності та відповідальності» та «Відчуття свободи у плануванні розпорядку дня». Це свідчить про те, що під час дистанційного навчання студенти відчули незалежність від відвідування університету, та самостійність у плануванні навчального процесу.

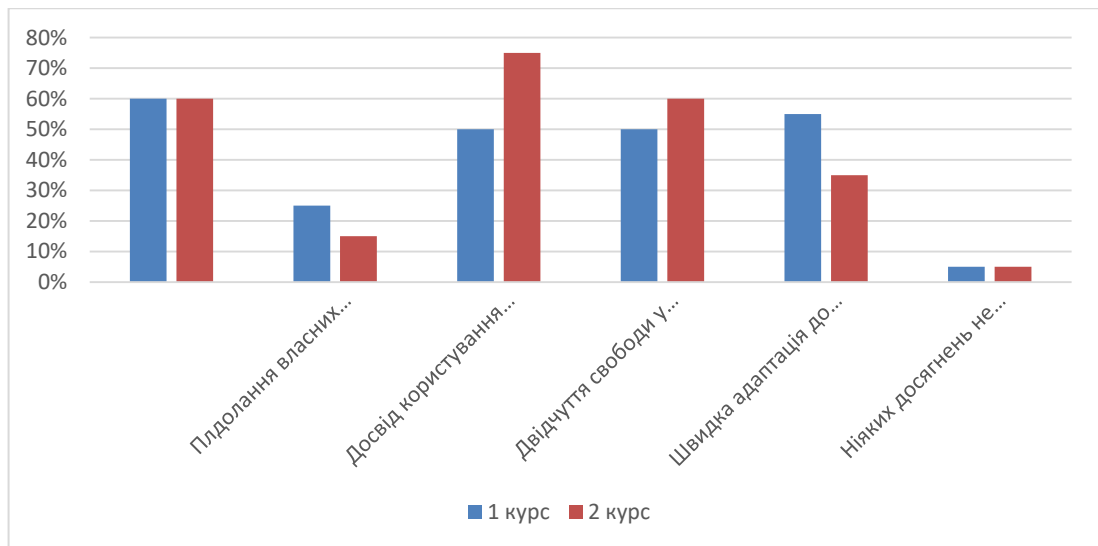


Рис. 7. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «Що для вас стало досягненням під час дистанційного навчання?»

*7. Запитання «З якими труднощами Ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?»*

Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання анкет «З якими труднощами Ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?» ми можемо побачити на рис. 8.

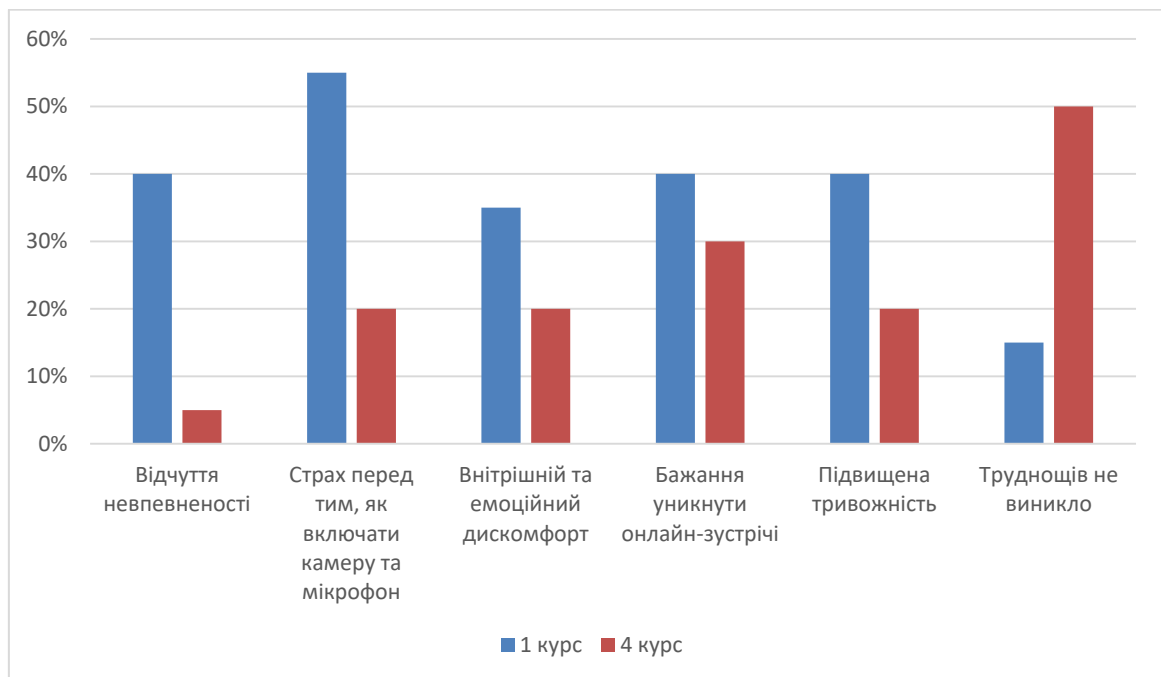


Рис. 8. Розподіл респондентів 1 та 4 курсу за відповідями на запитання «З якими труднощами Ви зіштовхнулися під час дистанційного навчання?»

Спираючись на дані результати ми можемо бачити, що четвертокурсники, а саме 50% обрали варіант «Труднощів не виникло», що може бути зумовлено тим, що студенти особисто знайомі з викладачами та студентською групи, і до дистанційного навчання мали досвід живого спілкування. В свою чергу, студенти першого курсу вказали, що мають труднощі в таких показниках: «Страх, перед тим як включати камеру», «Бажання уникнути онлайн-зустрічі», «Підвищена тривожність» та «Відчуття невпевненості». Це означає, що нова ситуація для першокурсників є стресом, який супроводжується почуттям тривожності, фрустрації та не впевненості у власних силах.

*8. Запитання «На вашу думку, під час дистанційного навчання, чи змінилася Ваша самооцінка?»*



Для визначення рівня самооцінки під час дистанційного навчання, респондентам було задано запитання «На вашу думку, під час дистанційного навчання, чи змінилася Ваша самооцінка?». Студенти мали вказати: «Так, стала вище я став впевненіший в собі», «Так, стала зниженою», «Ні, не змінилася». Співвідношення індивідуальних показників 1 курсу ми можемо побачити на рис. 9.



Рис. 9. Результати дослідження рівня самооцінки студентів 1 курсу під час дистанційного навчання

Відповідно до співвідношення показників рівня самооцінки студентів під час дистанційного навчання, ми можемо побачити, що у 65% респондентів самооцінка не змінилася, у 25% - самооцінка підвищилась, та у 10% - знизилась.

Показники рівня самооцінки студентів 4 курсу ми можемо побачити на рис. 10.



Рис. 10. Розподіл студентів 4 курсу за рівнем самооцінки

Спираючись на дані результати ми можемо бачити, що у 90% респондентів самооцінка не змінилася, та у 10% - підвищилась.

Підсумовуючи результати авторської анкети на визначення відношення студентів до дистанційного навчання студентів 1 та 4 курсу, можна констатувати той факт, що тривалий час навчання в університеті, розуміння вимог викладачів та живе знайомство з групою, впливають на емоційний стан та самооцінку студентів.

**Дискусія.** Однією із основних аспектів загального адаптаційного процесу є психічна адаптація, яка характеризує стійкість особистості до умов середовища, та забезпечує взаємодію індивіда та середовища. Можемо виокремити три аспекти психічної адаптації, а саме: психічна адаптація, соціально-психологічна адаптація та біологічна адаптація:

Психічна адаптація – це процес взаємодії особистості із середовищем, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, що забезпечити задоволення своїх основних потреб і реалізацію значимих ланцюгів.

Соціально-психологічна адаптація – процес набуття людьми визначеного соціально-психологічного статусу, оволодіння тим чи іншим соціально-психологічними рольовими функціями;

Біологічна адаптація – пристосування організму до стійких і змінних умов середовища (температури, атмосферного тиску, вологості та з іншими фізичними умовами і впливами).

На функціонування адаптаційних процесів особистості впливають, в більшій мірі, показники особистості. Серед них виділяють адаптивність, неадаптивність та дезадаптивність. А.В. Фурман розуміє адаптивність як справжню чи відносну гормонійність між суб'єктивними цілями і кінцевими результатами діяльності, що супроводжується позитивним ставленням – оцінкою, розумінням, прийняттям особистості до навколишнього світу і самого себе (Фурман, 2000).

С.А. Ворожбит окреслив чинники успішної адаптації студентів до навчання у ВНЗ: - розвинутий інтелект; - наявність позитивного соціального статусу; - розвинута увага; - стать ( за дослідженнями науковця чоловіки адаптуються краще ніж жінки через більшу впевненість у власних силах) - рівень розвитку розумових можливостей. Після проведеного аналізу вивчення проблеми ми вважаємо за потрібне класифікувати психологічні чинники адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі для більш зручного проведення їх подальшого аналізу і дослідження (Ворожбит, 2013).

**Висновки.** Спираючись на результати дослідження ми можемо зробити висновок про те, що рівень соціально-психологічної адаптації студентів першого та четвертого курсу майже однаковий. Це свідчить про те, що студенти однаково були не готові до різких змін та переходу на дистанційне навчання. Натомість, старшокурсники мають більші показники, які вказують на швидкість пристосовування до нових змін та здатність внутрішнього самоконтролю.

Стосовно результатів методики на самооцінку психічних станів, ми можемо констатувати, що показники першокурсників переважають над показниками четвертокурсників. Дані результати вказують на те, що студенти 1 курсу більш схильні до фрустрації, агресивності та тривожності під час адаптації до дистанційного навчання.

Стосовно результатів діагностики самоорганізації діяльності, можемо зазначити той факт, що студенти-психологи четвертого курсу володіють кращими навичками самоорганізації та цілепокладання. Натомість, студенти першого курсу проявили перевагу у цілеспрямованості та наполегливості, що свідчить про їх організованість та вольові здібності.

Для проведення математичного аналізу з виявлення відмінностей у психологічних особливостях адаптації майбутніх психологів, нами були використані наступні математичні методи. За допомогою критерію Колмогорова-Смірнова виявили тип розподілу ознаки (додаток В), а також, використовуючи критерій t-Ст'юдента, встановили чи наявна статистично значуща відмінність показників соціально-психологічної адаптації між 1 і 4 курсом.

Після математично-статистичної обробки даних було встановлено, на основі підтвердженої гіпотези  $H_0$ , про те, що статистично значуща відмінність показника адаптації між 1 і 4 курсом не існує.

Отже, за результатами дослідження, ми можемо стверджувати, що на соціально-психологічну адаптацію студентів-психологів під час дистанційного навчання впливають процеси самоорганізації, самоконтролю власних психічних станів, характерологічні особливості і якості особистості.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Ворожбит, С. А. (2013). Особливості стратегій соціально-психологічної адаптації студентів під впливом почуття довіри. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Психологічні науки, 114, 30-35. Взято з [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH\\_2013\\_114\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_9)

Мельник, Ю.В., Бороденко, Н.Д. & Богданова, Н.В. (2017). Деякі проблеми організації дистанційного навчання в ВНЗ. П'ята міжнародна науково-практична конференція. 26 травня 2017, Київ, Україна: КНУБіА.

Плотнікова, О. (2001). Важливість вивчення індивідуальних особливостей першокурсників у період дидактичної адаптації. Рідна школа, (10), 62–64.

Прибилова, В.М. (2013). Проблеми та переваги дистанційного навчання у вищих навчальних закладах України. Проблеми сучасної освіти, (4), 27-37.

Семиченко, В. А. (2002). Психологія діяльності. Київ : Вид: А. Н. Ешке, 248.

Стрельцова, В. Ю. (2009). Соціальна адаптація студентів інституту культури і мистецтв до

умов відкритого культурно-освітнього середовища : автореф. дис. на здобуття наук, ступеня канд. пед.наук : спец. 13.00.05 "Соціальна педагогіка". Луганськ, 22.

Фурман, А. В. (2000). Психодіагностика особистісної адаптивності. Наукове видання. Тернопіль: Економічна думка.

Хоменко-Семенова, Л. О., Алпатова О.В., & Прохоренко, Я.С. Адаптація студентів гуманітарних спеціальностей до дистанційного навчання як проблема сучасної педагогіки в умовах пандемії. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія, 17(2), 90–99.

Kokareva, A., & Khomenko-Semenova, L. (2019). Analysis of Professional Motiveness and Pedagogical Skills of Teachers. Danish Scientific Journal (DSJ): 17-22.

## REFERENCES

Vorozhbyt, S. A. (2013). Osoblyvosti stratehii sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii studentiv pid vplyvom pochuttia doviry [Features of strategies of socialpsychological adaptation of students are under act of sense of trust]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Ser. : Psykholohichni nauky, 114, 30-35. Vziato z [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH\\_2013\\_114\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_9)

Melnyk, Yu.V., Borodenko, N.D., & Bohdanova, N.V. (2017). Deiaki problemy orhanizatsii dystantsiinoho navchannia v VNZ [Some problems in the organization of distance learning in higher education]. Piata mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsii. 26 travnia 2017, Kyiv, Ukraina: KNUBiA.

Plotnikova, O. (2001). Vazhlyvist vyvchennia indyvidualnykh osoblyvostei pershokursnykiv u period dydaktychnoi adaptatsii [The importance of studying the individual characteristics of freshmen in the period of didactic adaptation]. Ridna shkola, (10), 62–64.

Prybylova, V.M. (2013). Problemy ta perevahy dystantsiinoho navchannia u vyshchych navchalnykh zakladakh Ukrainy [Problems and advantages of distance learning in higher educational institutions of Ukraine]. Problemy suchasnoi osvity, (4), 27-37.

Semychenko, V. A. (2002). Psykholohiia diialnosti [Psychology of activity]. Kyiv : Vyd: A. N. Eshke, 248.

Streltsova, V. Yu. (2009). Sotsialna adaptatsiia studentiv instytutu kultury i mystetstv do umov vidkrytoho kulturno-osvitnoho seredovyscha [Social adaptation of students of the Institute of Culture and Arts to the conditions of open cultural and educational environment] : avtoref. dys. na zdobuttia nauk, stupenia kand. ped.nauk : spets. 13.00.05 "Sotsialna pedahohika". Luhansk, 22.

Furman, A.V. (2000). Psykhodiahnostyka osobystisnoi adaptyvnosti [Psychodiagnostics of personal adaptability]. Naukove vydannia. Ternopil: Ekonomichna dumka.

Khomenko-Semenova L.O., Alpatova O.V., & Prokhorenko Ya.S. Adaptatsiia studentiv humanitarnykh spetsialnostei do dystantsiinoho navchannia yak problema suchasnoi pedahohiky v umovakh pandemii [Adaptation of humanities students to distance learning as a problem of modern pedagogy in a pandemic]. Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Seriiia: Pedahohika. Psykholohiia, 17(2), 90–99.

Kokareva, A., & Khomenko-Semenova, L. (2019). Analysis of Professional Motiveness and Pedagogical Skills of Teachers. Danish Scientific Journal (DSJ): 17-22.

**L. Khomenko-Semenova, J. Prokhorenko**

### **PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADAPTATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS TO DISTANCE LEARNING IN A PANDEMIC CONDITION**

#### **Abstract**

*The article analyzes the socio-psychological adaptation and psychological features of adaptation of future psychologists to distance learning in a pandemic. The main elements, advantages and disadvantages of distance education are considered and analyzed, as well as the prospects of its development in modern Ukraine are forecasted. The **purpose** of the article is to study the socio-psychological adaptation and psychological features of adaptation of future psychologists to distance learning in a pandemic.*

*To identify the peculiarities of the adaptation of future psychologists to the conditions of distance learning, ICT **methods** were used and research was conducted on the educational platform Google Classroom using Blank Quiz. The sample consisted of 40 first- and fourth-year students of the Faculty of Linguistics and Social Communications of the National Aviation University, specialty 053 "Psychology".*

*The study found that applicants for higher education have socio-psychological difficulties in adapting to online learning, namely: change in social status; adaptation to a new format of education, social adaptation to teachers and to the group as a whole; large amount of independent work; difficulties with time management and time allocation; difficulties in mastering new activities, professional skills, knowledge and skills.*

***The results** of the study showed that most students during distance learning have mastered the skills of independent work, improved their level of knowledge. The biggest problem that arose in this issue - the lack of live communication with teachers, classmates and work in the university audience. Instead, mobility and accessibility were positively noted. The potential and efficiency of remote technologies is highly rated by respondents.*

***Conclusions.** Based on the results of the study, we can conclude that the level of socio-psychological adaptation of first and fourth year students is almost the same. This indicates that students were equally unprepared for abrupt changes and the transition to distance learning. Instead, undergraduates have higher scores, which indicate the speed of adaptation to new changes and the ability of internal self-control.*

***Keywords:** adaptation; socio-psychological adaptation , Distance Learning; information and communication technologies; psychological features of adaptation; pandemic; educational platforms; educational technologies; Covid 19; Google Classroom*