

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ  
КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ ТА  
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

## КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему

*«Психологічні чинники соціальної адаптації  
першокурсників в умовах освітнього  
середовища закладу вищої освіти»*

Виконав: здобувач 2 курсу,  
групи ПС-21м  
Спеціальності 053 «Психологія»  
Джунь А.Б.  
Керівник: Лебідь О.В.,  
д-р пед. н., проф.

м. Дніпро  
2023

**АНОТАЦІЯ**  
**кваліфікаційної роботи**  
**Джунь Анастасії Богданівни**  
**на тему:**  
**«Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища закладу вищої освіти»**

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності «Психологія» (у форматі Магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена дослідженню аспекту соціальної адаптації студентів-першокурсників до умов ЗВО.

Для успішного досягнення поставленої мети у першому розділі було розглянуто та досліджено теоретичні засади даної концепції, проаналізовано наукову психологічну літературу, завдяки котрій дана дефініція до понять «адаптація», «соціальна адаптація».

Обґрунтовано, що адаптація головним чином сприяє у виробленню фіксованих способів поведінки, що дозволяють справлятися з труднощами у подальшому житті.

З'ясовано, що навчальний процес включає в себе інтенсивне розумове навантаження, сприйняття великого інформаційного потоку, високу емоційну напругу, чітку регламентацію праці і відпочинку. В свою чергу все це вимагає від студентів-першокурсників кардинальної перебудови системи звичок і психологічних вмінь, які складають основу культури навчальної праці.

Доведено, що адаптація студентів першого курсу буде здійснюватися ефективно тільки за умови створення мотиваційного спрямування на роботу.

Увага акцентується на тому факті, що існує необхідність розроблення систему заходів по формуванню такої структури навчального закладу, яка б формувала б у студента уявлення про місце навчання.

В ході експериментального дослідження на емпіричному рівні було виявлено та описано особливості адаптації студентів першого курсу ЗВО, а також досліджено психологічні особливості соціальної адаптації студентів першого курсу ЗВО.

За результатами експериментального дослідження у роботі виявлено, що 38% респондентів мають високий рівень адаптації і їм характерно те, що вони почуваються впевнено у будь-якій малознайомій ситуації, не відчують скутості, напруги. З низьким рівнем адаптації виявлено 63% респондентів, для них характерно те, що вони почуваються невпевнено, не вміють налагоджувати контакти з людьми.

Діагностовано самооцінку респондентів: 61,67% респондентів мають адекватну самооцінку, 26,67% респондентів мають завищену самооцінку і 11,67% респондентів мають занижену самооцінку.

Визначено, що соціально-психологічний тренінг спрямований на розвиток особистості, формування комунікативних умінь та навичок, засвоєння міжособистісної взаємодії.

За результатами проведеного дослідження, відзначено прогресуючі результати у студентів ЕГ, які пройшли курс тренінгу. Практична значущість полягає в тому, що було розроблено програму, яка може застосовуватися для формування стресостійкості студентів.

**Перелік ключових слів:** *адаптація, соціальна адаптація, студенти-першокурсники, самооцінка.*

## **SUMMARY**

**qualification work**

**Dzhun Anastasiia**

**on the topic:**

### **" Psychological Factors of Social Adaptation of Freshmen in the Educational Environment of a Higher Educational Institution "**

The qualification work of the 2nd-year candidate for a Master's degree in the specialty "Psychology" (Alfred Nobel University, Dnipro, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work) is dedicated to researching the concept of social adaptation of first-year students to the conditions of higher education institutions.

In order to successfully achieve the set goal, in the first part, the theoretical foundations of this concept were examined and researched, the scientific psychological literature was analyzed, thanks to which the definition of the terms "adaptation" and "social adaptation" was given.

It is substantiated that adaptation mainly contributes to the development of fixed ways of behavior that allow coping with difficulties in later life.

It was found that the educational process includes an intense mental load, processing of a large flow of information, high emotional tension and the clear need to regulate work time and rest time. In turn, all this requires first-year students to radically reorganize their system of habits and psychological skills that form the basis of the culture of educational work.

It has been proven that the adaptation of first-year students will be carried out effectively only under the condition of creating a motivational orientation to work.

Attention is focused on the need to develop a system of measures to form such a structure of an educational institution, which would form a student's idea of the place of study.

In the course of an experimental study at the empirical level, the peculiarities of adaptation of students of the first year of vocational education and training were

identified and described, and psychological peculiarities of social adaptation of students of the first year of vocational education and training were also investigated.

According to the results of the experimental part of our research, it was found that 38% of the respondents have a high level of adaptation and are characterized by an assurance of confidence in any unfamiliar situation and do not feel psychological discomfort or tension. 63% of respondents were found to have a low level of adaptation, they are characterized by the fact that they feel insecure and do not know how to establish contact with people.

Self-esteem of respondents was diagnosed: 61.67% of respondents have adequate self-esteem, 26.67% of respondents have overestimated self-esteem and 11.67% of respondents have underestimated self-esteem.

It was determined that social-psychological training is aimed at personality development, the formation of communicative abilities and skills, assimilation of interpersonal interaction.

According to the results of the conducted research, progressive results were noted in EG students who completed the training course. The practical significance of the research lies in the fact that a program has been developed that can be used to form students' stress resistance.

**Keywords:** *adaptation, social adaptation, first-year students, self-esteem.*

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....</b>	<b>7</b>
1.1. Феномен соціальної адаптації як предмет наукового аналізу .....	7
1.2. Особливості процесу соціальної адаптації першокурсників до нового освітнього середовища .....	14
<b>Висновки до розділу 1.....</b>	<b>21</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....</b>	<b>24</b>
2.1. Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища закладу вищої освіти .....	24
2.2. Обґрунтування методів і методичного інструментарію емпіричного дослідження.....	30
2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження	38
<b>Висновки до розділу 2.....</b>	<b>47</b>
<b>РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА З ПІДВИЩЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....</b>	<b>50</b>
3.1. Особливості соціально-психологічного тренінгу для студентів закладу вищої освіти .....	50
3.2. Структура та етапи впровадження програми	58
3.3. Аналіз результативності програми.....	66
<b>Висновки до розділу 3.....</b>	<b>76</b>
<b>ВИСНОВКИ .....</b>	<b>77</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>80</b>
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>87</b>