

author focuses on the peculiarities of the development of emotional intelligence at different stages. The main criteria for the development of emotional intelligence have been identified and further prospects for scientific research have been identified. The essence of emotional intelligence is revealed in the ability of the individual to understand their own attitudes, which are represented in emotions, and to manage the emotional sphere on the basis of intellectual analysis and synthesis.

Keywords: speech, intelligence, emotional intelligence, ontogeny, development.

Отримано: 10.06.2019

УДК 159.922.6

О.О. Горова

ORCID ID 0000-0001-9022-3432

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

О.О. Горова. *Психологічна адаптація студентів до навчання у закладі вищої освіти.* Психологічна адаптація юнаків до студентського життя є однією із ключових проблем у психології юнацтва. Вступ до закладу вищої освіти, як один із основних етапів особистісного та професійного самовизначення, пов'язаний з низкою труднощів. Йдеться про встановлення системи стосунків з одногрупниками та викладачами, вибір продуктивних стратегій засвоєння професійних знань, умінь і навичок, особистісний розвиток у навчальній діяльності, які відповідають трьом основним рівням адаптації – соціальному, діяльнісному та суб'єктному.

У статті аналізуються основні психологічні чинники успішної адаптації юнаків до навчання у закладі вищої освіти з позицій транзактного аналізу Е. Берна та соціогенетичного підходу Е. Еріксона. Основними ресурсами адаптації вважаються его-ідентичність, використання продуктивних его-станів та вироблення адекватної життєвої позиції. У статті також описано загальну структуру та результати впровадження програми успішної адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти.

Ключові слова: юнацький вік, адаптація, его-ідентичність, его-стани, життєва позиція.

Е.А. Горовая. *Психологическая адаптация студентов к обучению в заведении высшего образования.* Психологическая адаптация юношей к студенческой жизни является одной из ключевых проблем в психологии юношества. Поступление в вуз, как один из основных этапов личностного и профессионального самоопределения, связан с рядом трудностей. Речь идет об установлении системы отношений с одногруппниками и преподавателями, выборе продуктивных стратегий усвоения профессиональных знаний, умений и навыков, личностном развитии в учебной деятельности, соответствующих трем основным уровням адаптации – социальному, деятельностному и субъектному.

В статье анализируются основные факторы успешной адаптации юношей к учебе в вузе с позиций транзакционного анализа Э. Берна и социогенетического подхода Э. Эриксона. Основными ресурсами адаптации считаются эго-идентичность, использование продуктивных эго-состояний и выработка адекватной жизненной позиции. В статье также описаны об-

ця структура и результати впровадження програми успішної адаптації студентів к обученію в заведенні вищого образования.

Ключевые слова: *юношеский возраст, адаптация, эго-идентичность, эго-состояния, жизненная позиция.*

Постановка проблеми. Однією з ключових проблем сучасного юнацтва є труднощі в адаптації до навчання у закладі вищої освіти. Вимоги, що висувуються до юнаків у старшій школі, суттєво відрізняються від тих, які є у закладах вищої освіти. Окрім того, оточенням поцінуються різні стилі поведінки та стратегії у спілкування юнаків.

Вітчизняні дослідження проблеми адаптації носять переважно констатувальний характер. Однак, вкрай мало спроб надати психологічну підтримку першокурсникам, що вступають до закладів вищої освіти. Водночас, існує ряд зарубіжних концепцій, у яких вбачаємо ресурси для розвитку в юнаків здатності адаптуватися до умов навчання у таких закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У найбільш загальному сенсі адаптацію слід розглядати як процес активного пристосування до вимог оточуючого середовища. У контексті навчання у закладі вищої освіти наслідком успішної адаптації є стійка адаптованість в типових проблемних ситуаціях без патологічних змін структури і без порушень норм тієї групи, в якій протікає активність індивіда (А. Налчаджян). Вагомий внесок у розуміння проблеми адаптації студентів до навчання у закладах вищої освіти зробили Г. Балл, Г. Ложкін, А. Налчаджян, А. Реан, Т. Яценко, Ф. Березін, Н. Завацька, О. Захаров. Загальні положення про адаптацію особистості до життя належать Л. Анциферовій, К. Абульхановій-Славській, О. Кроніку.

Адаптація студентів до навчання у закладі вищої освіти передбачає складне багатоаспектне включення студентів у нову систему вимог і контролю, новий колектив, а для деяких і нове середовище (А. Андрєєва, В. Слободчиков).

Ідеї, що найчастіше використовуються в дослідженнях адаптації, належать О. Зав'яловій [6]:

- Адаптація є цілісним, системним процесом взаємодії людини та оточуючого середовища.

- Основним механізмом адаптації є протиріччя між інтересами людини і суспільства, потребами особистості тощо.

- Системотворчим, регулюючим та організуючим чинником адаптації є ціль, пов'язана з провідною потребою людини.

- Особливості адаптації визначаються психологічними властивостями особистості, зокрема рівнем її особистісного розвитку.

- Критеріями адаптованості можна вважати знаходження людиною свого місця в соціально-професійній структурі, загальний рівень здоров'я, здатність розвиватися відповідно до свого потенціалу, суб'єктивне відчуття реалізованості.

- Процес адаптації має вікову динаміку, яка передбачає певні етапи, що пов'язані як з особистісними, так і з соціальними змінами.

У багатьох дослідженнях отримала розвиток ідея Ф.Березіна про те, що адаптація є процесом встановлення оптимальної відповідності особистості та оточуючого середовища. Відтак, відкриваються перспективи до розуміння адаптації як передусім особистісного процесу, ефективність якого пов'язана з особистісними ресурсами.

Мета та завдання дослідження. У статті ставиться мета дослідити психологічну адаптацію юнаків до навчання у закладах вищої освіти за трьома рівнями: соціальним, діяльнісним та суб'єктивним; проаналізувати психологічні чинники успішної адаптації студентів до навчання з позицій соціогенетичного підходу Е. Еріксона та транзактного аналізу Е. Берна; виокремити основні ресурси психологічної адаптації до навчання особистості. Завдання дослідження полягає у розробці та апробації програми адаптації молоді до навчання у закладах вищої освіти, яка допомагає підвищити її ефективність.

Основні результати дослідження. Аналіз результатів досліджень Ф.Б. Березіна, П.С. Кузнецова, А.О. Реана, Т.Шибутані та інших дозволяють виокремити три основні рівні адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти:

- Соціальний рівень, який пов'язаний із встановленням системи стосунків з одногрупниками. Прикладом цього рівня може бути ситуація, коли студент вибудовує стратегії навчальної діяльності, виходячи з соціальних норм, власного статусу в групі, загального групового результату діяльності.

- Діяльнісний рівень відповідає етапам здобуття професійних знань, умінь та навичок. Студенти, що знаходяться на цьому рівні, обирають ті стратегії діяльності, котрі дозволяють здобути необхідні в майбутній професії знання, такі студенти орієнтовані на вирішення навчальних задач, часом ігноруючи групові стосунки.

- Суб'єктивний рівень є індикатором повноцінної адаптації до навчання у закладі вищої освіти. Студенти, що знаходяться на суб'єктивному рівні, у навчальній діяльності орієнтуються на власний розвиток як майбутнього професіонала, а власні особистісні якості розглядають як умову та ресурс професійного зростання.

У особистісному розвитку студентської молоді мають місце такі основні протиріччя соціально-психологічного характеру: у цей період молода людина здійснює вибір професії, оволодіває нею і починає випробувати себе в інших сферах життя, самостійно планує свою діяльність і поведінку, активно відстоює самостійність суджень і дій; на основі синтезу наявних знань, життєвого досвіду, самостійних міркувань і дій формується світогляд, етичні та естетичні погляди. Більшість з них переходять зі сфери теоретичних уявлень у сферу практичних дій [3].

Розуміння особливостей адаптації студентів розширюється застосуванням основних ідей соціогенетичної концепції Е. Еріксона [11]. Рання юність розглядається в контексті розвитку еґо-ідентичності чи ролівої плутанини. Для студентів, котрі знаходяться на шляху успішної адаптації, характерними є пошук себе, професійне та особистісне самовизначення, формування планів на майбутнє, усвідомлення ролівої позиції. Деадаптованість пов'язана із кризою ідентичності, яка проявляється у надмірній зосередженості на минулому, плутанині у ставово-рольовій поведінці, деформації моральних та світоглядних установок. Основним особистісним ресурсом на цьому етапі є вірність – передусім собі, власним життєвим принципам, власному вибору, а також друзям, стилю життя, професії тощо.

Забезпечити ефективність процесу адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти дозволяє розуміння особистості, запропоноване Е. Берном в рамках теорії транзактного аналізу [2, 10].

Стани "Я" або еґо-стани (ЕС) – одні із основних понять транзактного аналізу. У різні моменти часу людина перебуває в одному з 3-х станів: дитини, коли ресурсом розвитку стають емоції; дорослого, коли йдеться про прийняття відповідальності; та батька, коли найважливішою стає турбота про інших.

Особливу увагу слід звернути на стан дитини, яка, на думку Е. Берна, може набувати рис вільної або ж адаптивної дитини. Саме вміння активізувати внутрішню адаптивну дитину, на нашу думку, є одним з основних особистісних ресурсів адаптації студентів. Звісно, цей стан може бути ресурсним лише на окремих етапах студентського життя. Зокрема, конфліктні ситуації потребують активізації в студентів стану дорослого. А батьківський стан є умовою ефективної взаємодопомоги та саморозвитку. Розуміння студентами особливостей власних еґо-станів є передумовою успішної адаптації до студентського життя та й навчальної успішності в цілому.

Ще одна ідея Е. Берна вдало реалізується у спробах допомогти студентам адаптуватися до навчання у закладі вищої освіти. Автор описує 4 основні життєві позиції: Я – Ок, Ти – Ок, Я – не Ок, Ти – не Ок.

Об'єднавши всі можливі комбінації цих переконань, ми отримуємо чотири твердження про себе та інших людей, які відповідають різним типам адаптації (рис. 1.).

Окреслені теоретичні вподобання знайшли своє відображення в авторській програмі успішної адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти (табл. 1).

Реалізація запропонованої програми здійснювалася як в межах навчальних занять, так і в спеціально організованих тренінгах. У тренінгу використовувалися вправи з транзактного аналізу, психодрами, позитивної психотерапії, когнітивно-поведінкового підходу.

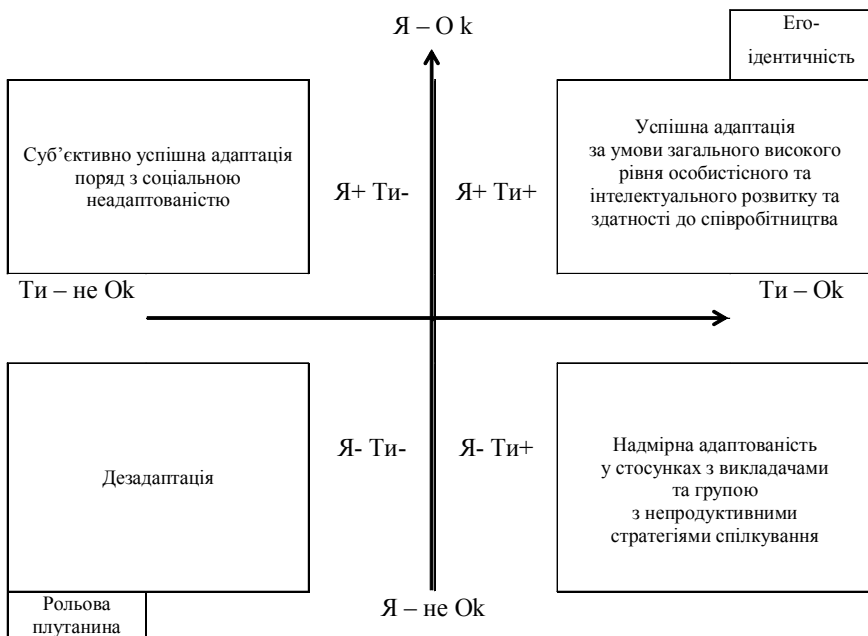


Рис. 1. Життєві позиції студентів у процесі адаптації до навчання у закладі вищої освіти

Таблиця 1

Структура програми успішної адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти

Рівень адаптації	Ресурс адаптації			
	Его-ідентичність	Адаптивна дитина	Дорослий	Продуктивна позиція
Суб'єктивний рівень	Пошук рольових ресурсів	Побудова еґо-грам	Рефлексія особистісних якостей	Пошук особистісних ресурсів
Діяльнісний рівень	Аналіз рольового репертуару	Практикум по транзакціям	Аналіз ефективних способів мисленнєвої діяльності	Аналіз ситуаційних чинників прояву різних позицій
Соціальний рівень	Рольові ігри	Тестування ефективних транзакцій	Усвідомлення референтних стосунків	Рольова взаємодія

Для розуміння динаміки в результаті впровадження програми адаптації студентів використано опитувальник соціально-психологічної адаптації, розроблений К. Роджерсом та Р. Даймонд в адаптації О. Осницького [8]. Результати впровадження програми успішної адаптації студентів представлено в табл. 2.

Таблиця 2

Результати впровадження програми успішної адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти

Окремі шкали опитувальника соціально-психологічної адаптації	До впровадження програми	Після впровадження програми	Динаміка
Адаптивність	42%	74%	+32%
Деадаптивність	82%	36%	-46%
Прийняття себе	46%	68%	+22%
Неприйняття себе	54%	43%	-11%
Прийняття інших	28%	76%	+48%
Неприйняття інших	69%	29%	-40%
Емоційний комфорт	27%	74%	+47%
Емоційний дискомфорт	72%	26%	-46%

В результаті впровадження програми успішної адаптації підвищилися показники за шкалами адаптивності, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту. Водночас, знизилися показники дезадаптованості, неприйняття себе, неприйняття інших, емоційного дискомфорту. Отримані результати дають підстави для висновку про поліпшення адаптації студентів на соціальному (прийняття/неприйняття інших), діяльнісному (емоційний комфорт/дискомфорт), суб'єктному (прийняття/неприйняття себе) рівнях. Водночас, слід відмітити поліпшення загальної адаптованості студентів, залучених до участі в програмі.

Для вивчення динаміки еґо-станів студентів, що переважають у студентсько-викладацькій взаємодії, ми використали опитувальник структурних станів-Я [1]. Результати представлені в табл. 3.

Отримані результати дозволяють стверджувати про оптимізацію еґо-станів, що використовують студенти. Відмітимо, що вибудувалося більш збалансоване співвідношення еґо-станів, що використовуються. При цьому незначно зросла кількість ситуацій, в яких студенти використовують еґо-стани адаптивної дитини та дорослого, що сприяє ефективній адаптації. Водночас, відмітимо незначне зростання по шкалі "турботливий батько", що ми розглядаємо як ресурс "турботи про себе". Частота використання еґо-стану вільної дитини знизилася, однак, зважаючи на загальний

розподіл, можна стверджувати, що у студентів збереглися достатні ресурси для творчості та внутрішньої свободи.

Таблиця 3.

Динаміка его-станів студентів в результаті впровадження програми успішної адаптації

Его-стани	До впровадження програми	Після впровадження програми	Динаміка
Вільна дитина	32%	21%	-11%
Адаптивна дитина	27%	28%	+1%
Дорослий	12%	22%	+10%
Турботливий батько	16%	17%	+1%
Контролюючий батько	13%	12%	-1%

Для вивчення рольового репертуару, який використовують студенти, ми використали опитувальник рольової компетентності за П.П.Горностаєм (табл.4.).

Таблиця 4

Результати дослідження рольової компетентності студентів

Показники рольової компетентності	До впровадження програми	Після впровадження програми	Динаміка
Рольова гнучкість та чутливість	40,0%	50,0%	10,0%
Рольова глибина та здатність до рольових переживань	50,0%	66,7%	16,7%

Аналізуючи отримані результати, слід відмітити зростання в результаті впровадження програми успішної адаптації показників рольової гнучкості та чутливості, а також рольової глибини та здатності до рольових переживань. Незначні зміни, що відбулися, є достатніми для успішної адаптації, а більші перспективи рольової компетентності відкриваються на етапах індивідуалізації та інтеграції.

У процесі впровадження програми адаптації шляхом процесуальної діагностики відмічено розширення репертуару позицій спілкування та поступове переважання позиції "Я – Ок, Ти – Ок".

Отже, реалізована програма підтвердила свою ефективність у розвитку в юнаків здатності адаптуватися до студентського життя.

Висновки. Психологічна адаптація до навчання у закладі вищої освіти є однією з ключових проблем сучасного студентства. Основні труднощі пов'язані з налагодженням гармонійних стосунків з новим оточенням (соціальний рівень регуляції), вибором продуктивних стратегій навчальної діяльності (діяльнісний рівень регуляції), особистісним розвитком юнаків (суб'єктний рівень регуляції). Основними ресурсами успішної адаптації в юнацькому віці є розвиток еґо-ідентичності, використання ефективних еґо-станів та вибір продуктивної життєвої позиції. Переважна більшість сучасних студентів, вступаючи до закладу вищої освіти, має досить низькі показники за вказаними характеристиками. Підвищити ефективність адаптації дозволяє ефективна психокорекційна та тренінгова робота.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробленні та апробації програми психологічного супроводу для забезпечення ефективного процесу адаптації студентів до навчання у закладах вищої освіти.

Список використаних джерел

1. Hay J. Transactional Analysis for Trainers. Sherwood Pub., 1996. 256 p.
2. Берн Э. Игры в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер.с англ./Общ. ред. М.С. Мауковского. Москва: Прогресс, 1988. 399с.
3. Винославська О.В. Психологічні особливості студентської групи. Практична психологія та соціальна робота. 2005. №7. С. 41-65.
4. Горова О. О. Психологія професійного становлення майбутніх архітекторів і будівельників: монографія. Ніжин : Вид-во ПП Лисенко М. М., 2013. 359 с.
5. Завацька Н.С. Особливості соціальної підтримки в осіб з різним ступенем соціальної адаптації. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2010. Т. 8. Вип. 7. С. 90-105.
6. Завьялова Е.К. Психологические механизмы социальной адаптации человека. Вестник Балтийской педагогической академии. Санкт-Петербург, 2001. Вып.40. С. 55-60.
7. Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН Арм ССР, 1988. 262 с.
8. Осницкий, А.К. Определение характеристик социальной адаптации. Психология и школа. 2004. №1. С.43-56.
9. Психология адаптации личности. Анализ, теория, практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗ-НАК, 2006. 479 с.
10. Стюарт Й., Джойнс В. Основы ТА: Транзакційний аналіз: Пер. з англ. Київ: ФАДА, ЛТД, 2002. 393 с.

11. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. Москва: Прогресс, 1996. 342 с.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Hay, J. (1996). Transactional Analysis for Trainers. Sherwood Pub. 256 p.

2. Bern, E. (1988). Iгры v kotoryye igrayut lyudi: Psikhologiya chelovecheskogo vzaimootnosheniy. Lyudi kotoryye igrayut v igrы: Psikhologiya chelovecheskoy sudby [Games people play: Psychology of human relationships. People play games: Psychology of human destiny] / red. M.S. Maukovskogo /. – M.:Progress Publ. – 399 p. (rus)

3. Vynoslavskа, O.V. (2005). Psykholohichni osoblyvosti studentskoi hrupy [Psychological features of the student group]. In Praktychnа psykholohiia ta sotsialna robota [Practical Psychology and Social Work]. – #7, 41-65. (ukr)

4. Gorova, O.O. (2013). Psykholohiia profesiinoho stanovlennia maibutnykh arkhitektoziv i budivelnikiv: Monohrafiia [Psychology of professional development of future architects and engineers: monograph]. – Nizhyn : PP Lysenko M.M. Publ. – 359 p. (ukr).

5. Zavatska, N. Ie. (2010) Osoblyvosti sotsialnoi pidtrymky v osib z riznym stupenem sotsialnoi adaptatsii [Features of social support in people with varying degrees of social adaptation] In Aktualni problemy psykholohii : zb. nauk. prats In-tu psykholohii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. [Collection of scientific works of G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine 'Current Problems of Psychology']. Vol. 8, #7, 90-105. (ukr)

6. Zavialova, E.K. (2001). Psikhologicheskyy mekhanizmy sotsialnoy adaptatsii cheloveka [Psychological mechanisms of human social adaptation]. Vestnik Baltiyskoy pedagogicheskoy akademii [Bulletin of the Baltic Academy of Education]. – SPb. – Vol. 40, 55-60. (rus)

7. Nalchadzhyan, A.A. (1988). Sotsialno-psikhicheskaya adaptatsiya lichnosti [Socio-psyche adaptation of personality]. – Erevan: Publishing House of the Academy of Sciences of the Armenian SSR. – 262 p. (rus)

8. Osnitskiy, A. K. (2004) Opredeleniye kharakteristik sotsialnoy adaptatsii [Determination of social adaptation characteristics]. Psikhologiya i shkola. – # 1, 43-56. (rus)

9. Rean, A.A. & Kudashev, A.R. & Baranov, A.A. (2006). Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika [Psychology of personality adaptation. Analysis. Theory. Practice]. – SPb.: PRAYM-EVROZNAK Publ. – 479 p. (rus)

10. Stewart, Ian. (2002). Osnovy TA: Tranzaktsiyniy analiz [TA Fundamentals: Transactional Analysis]. By Ian Stewart, Vann Joines. – Kyiv: FADA, LTD. – 393 p. (ukr)

11. Erikson, E. (1996) *Identichnost: yunost i krizis*. [Identity: youth and crisis]. Red. and introduction by A.V. Tolstykh. – Moscow: Progress. – 342 p. (rus)

O.O. Gorova. Psychological adaptation of students to study in higher education. *The work addresses the issues of professional orientation from the standpoint of those socio-economic changes that take place in the modern Ukrainian society. The problem of professional employment and psychological support of professional orientation of boys is revealed. The possibilities of organizing psychologically comfortable conditions in the social environment for professional development of the personality are outlined.*

Under psychological adaptation to student life is one of the key issues in the youth psychology. Joining the university is one of the main stages of personal and professional self-determination and it is associated with a number of difficulties. These difficulties are establishing a system of relations with group mates and professors, the choice of productive strategies of mastering professional knowledges and skills, personal development in educational activity. These difficulties are corresponding to the three main levels of adaptation – social, activity and subjective.

Main psychological factors of successful adaptation to study at the university are analyzed in the work from position of transactional analysis (E. Bern) and sociogenetic approach (E. Erickson). Ego-identity, using of productive ego-states and the development of adequate life position are the main resources of adaptation. Results and the general structure of the program of successful adaptation of students to study at universities are described in the article.

Keywords: *adolescence, adaptation, ego identity, ego states, life position.*

Отримано: 12.05.2019.

УДК 925: 159.923

Е.З. Івашкевич, А.О. Яцюрик

РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЙОГО ПРОЯВУ У ПЕДАГОГІЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Е.З. Івашкевич, А.О. Яцюрик. Роль соціального інтелекту та особливості його прояву у педагогічній діяльності. *Соціальний інтелект індивіда у статті розглядається як своєрідний психологічний інструмент забезпечення людиною власної ефективної життєдіяльності, який організований особливим чином і не існує відірвано від соціальної активності суб'єкта. Структуру індивідуального соціального інтелекту складають певний репертуар стереотипних способів, прийомів, засобів, які дозволяють встановлювати контакт із іншими людьми та здійснювати оптимальну взаємодію в різних умовах (навіть при зниженні когнітивної емпатії у одного з членів діади, недостатньо розвиненій у суб'єкта здатності до узагальнення та раціоналізації, при розбіжностях у ціннісних орієнтаціях, морально-етичних настановленнях у суб'єктів соціальної взаємодії).*