

СУБ'ЄКТИВНА ОЦІНКА СИТУАЦІЇ ТА АДАПТАЦІЙНА ГОТОВНІСТЬ ЯК ЧИННИКИ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Сафін О. Д. доктор психологічних наук,
професор, завідувач кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
<https://orcid.org/0000-0001-5745-8635>

Діхтяренко С. Ю. кандидат психологічних наук,
доцент, професор кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
<https://orcid.org/0000-0003-4506-1221>

Вираженість різних компонентів досліджуваних параметрів відображає складну картину процесу академічної адаптації здобувачів до освітнього середовища ЗВО (значно вищий рівень комунікативного і мотиваційного компонентів і нижчий - психофізіологічного; вища вираженість соціально-психологічного компонента адаптаційної готовності та нижча - психологічного; вищий рівень значущості взаємовідносин порівняно зі ставленням до діяльності). Найсильнішими чинниками академічної адаптації є значущість взаємодій з адміністрацією та однокурсниками, з якими склалися гарні та погані стосунки, і значущість лекційних занять. Прямим чинником адаптаційної готовності є її психологічний компонент. Адаптаційна готовність здобувачів децю менше пояснює загальну академічну адаптацію. Проте вона є посередником зв'язку значущості ситуацій та адаптації. Як відносно стабільне утворення адаптаційна готовність може виконувати роль амортизатора у системі відносин в освітньому середовищі. Тому отримані результати може бути використано для соціально-психологічного супроводу академічної адаптації здобувачів на різних її рівнях.

Ключові слова: значущість; стресогенність; взаємодія; академічна адаптація; адаптаційна готовність.

Вступ. Умови соціальної активності молоді характеризуються новими викликами, динамічністю та мінливістю. Не є винятком і освітньо-розвивальна активність молодого покоління. Перехід освітнього простору до змішаного варіанту у пандемійний період і під час воєнного часу, уточнення стратегічних напрямків розвитку освіти зумовлюють актуальність розгляду питань академічної адаптації до освітнього середовища, адаптаційної готовності.

Теоретичне підґрунтя. Дослідники сходяться на думці, що академічна адаптація - це прийняття, усвідомлення здобувачем норм, принципів і правил освітньої системи, опанування ними. Іншими словами, це здатність до успішної взаємодії в освітньому середовищі (Hassan M., Fang S., Malik A.A. et al., 2023). Слабкими сторонами академічної адаптації є: мотивація до навчання, ясність освітніх цілей, залучення до академічної взаємодії та задоволеність загалом академічним середовищем (Choi S., Yoo I.,

Kim D., An S., Sung Y., Kim C., 2023). Зарубіжними дослідниками акцентується увага на проблемі хімічної адикції здобувачів, що виникає внаслідок тривожності та проблем міжособистісної взаємодії, як негативного чинника, що впливає на академічну адаптацію (Mishra S., 2020; Páramo M.F., Cadaveira F., Tinajero C., Rodríguez M.S., 2020; Rumrill S., Castruita Rios Y., Yasuoka M., Zhou K., Umucu E., 2024).

Серед досліджень можна зустріти праці, в яких представлено методiku діагностики академічної адаптації здобувачів до ЗВО, яка складається зі шкал, що оцінюють часткові компоненти академічної адаптації (особистісний, емоційно-оцінний, пізнавальний, мотиваційний, комунікативний та психофізичний), а також містить інтегральну шкалу. Представлено структурні компоненти академічної адаптації: сталість самооцінки, орієнтація на самостійність у навчанні та спілкуванні з однолітками, психофізіологічне неблагополуччя,

уникнення неприємностей в освітньому середовищі на засадах саморегуляції і планування дій, прагнення до покращення нормативної поведінки, соціальна успішність, а також загальне емоційне благополуччя. Що стосується співвідношення ситуації стресу і компонентів адаптації, то показано, що адаптація і стресостійкість здобувачів прямо і значуще взаємопов'язані.

У сучасних працях наводиться визначення академічного стресу як психологічного феномена, що виявляє себе різноманітними варіантами реагування і можливостями розв'язання напруження у здобувачів у ситуаціях невизначеності та ризику. Цікаво, що у зарубіжних дослідженнях виокремлено траєкторії сприйманого академічного стресу, а також захисні чинники у розглядуваному контексті (Willison J., Sabir F., Thomas J., 2017). Корейські дослідники в результаті аналізу отриманих емпіричних даних доходять висновку, що життєстійкість знижує вплив академічного стресу на академічну адаптацію (Zhao S., Zhang Y., Yu C., Zhang H., Xie M., Chen P., Lin D., 2023). Таким чином, простежується зростання наукового інтересу до різних аспектів проблем адаптаційної готовності здобувачів до освітнього середовища ЗВО, стресогенності ситуації входження до нього, виокремлення особливостей академічної адаптації здобувачів і визначення її структурних компонентів.

Мета – обґрунтування чинників адаптації здобувачів закладів вищої освіти до навчання.

Методи – тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Під адаптаційною готовністю розуміють схильність особистості не лише до сприйняття, а й до прийняття мінливого середовища, здійснення в аспекті нової ситуації можливих дій, що встановлюють паритет між вимогами і можливостями цього середовища. Сприяючи ефективності діяльності у новій ситуації, адаптаційна готовність містить симбіоз минулого досвіду,

орієнтацію особистості на взаємодію з новими, динамічними умовами освітнього середовища. Що стосується структури адаптаційної готовності, то у низці досліджень емпірично виявляються її компоненти: психологічний, психофізіологічний, соціально-психологічний.

Вибірка дослідження включала 165 респондентів, які навчаються у ЗВО. Середній вік - 22,4 роки, жіночої статі - 60%, 61% - жителі районного центру, 15% - передмістя і села, 24% мешкають у мегаполісі. Здобувачів, які навчаються за напрямками підготовки бакалаврату - 76%, магістратури - 24%. Здобувачів-першокурсників - 42%, тих, хто навчається на 2-5 курсах - 58%.

Діагностична батарея містила: шкали діагностики адаптаційної готовності особистості, методику діагностики академічної адаптації, авторські шкали значущості та стресогенності ситуацій в освітньому середовищі ЗВО, які демонстрували прийнятний рівень надійності (інтегральний коефіцієнт альфа Кронбаха за 8 шкалами - 0,833). Застосовано статистичні процедури: обчислення описової статистики, однофакторний дисперсійний аналіз із повтореннями, кореляційний аналіз за Пірсоном, прямий покроковий регресійний аналіз, шляховий аналіз. Статистичний пакет: IBM SPSS Statistics 26. Описову статистику та результати порівняння для отриманих показників подано у табл. 1. Із таблиці однофакторного дисперсійного аналізу із повтореннями видно, що більш вираженими компонентами академічної адаптації є комунікативний і мотиваційний, відмінності між якими відсутні. При цьому показники особистісного, пізнавального та емоційно-оцінного компонентів теж суттєво не відрізняються. Найбільш вираженим компонентом адаптаційної готовності є соціально-психологічний. В оцінюванні ситуацій освітнього середовища найбільш значущою є взаємодія з однокурсниками та з викладачами, з якими склалися добрі стосунки.

Вираженість компонентів адаптаційної готовності та академічної адаптації

Компоненти	Середнє	Стандартна помилка	Результати дисперсійного аналізу
Компоненти адаптаційної готовності			
Психофізіологічний	15,2	0,18	F(2, 385)=186,143; p<0,001
Психологічний	14,1	0,18	
Соціально-психологічний	17,1	0,17	
Компоненти академічної адаптації			
Особистісний	5,1	0,06	F(5, 379)=22,95; p<0,001
Емоційно-оціночний	5,2	0,06	
Пізнавальний	5,0	0,05	
Мотиваційний	5,4	0,06	
Комунікативний	5,4	0,05	
Психофізіологічний	4,7	0,05	
Оцінка ситуацій в освітньому середовищі з позиції значущості			
Лекція (значущість)	3,7	0,06	F(7, 375)=98,109; p<0,001
Практичні заняття (значущість)	4,3	0,05	
Взаємодія з однокурсниками, з якими склались гарні стосунки (значущість)	4,5	0,04	
Взаємодія з однокурсниками, я якими склались погані стосунки (значущість)	2,5	0,06	
Взаємодія з викладачами, з якими склались гарні стосунки (значущість)	4,4	0,05	
Взаємодія з викладачами, з якими склались погані стосунки (значущість)	3,4	0,06	
Взаємодія з адміністрацією	4,1	0,05	
Неформальні стосунки в освітньому середовищі (позаучбові, гуртки, секції і т. п.), значущість	3,6	0,06	

Примітка: F - емпіричне значення дисперсійного аналізу, p - рівень значущості.

За результатами кореляційного аналізу встановлено взаємозв'язки між показниками академічної адаптації здобувачів та усіма компонентами адаптаційної готовності (у діапазоні 0,188-0,456 за $p<0,001$). Також виявлено, що всі показники значущості ситуацій освітнього середовища взаємопов'язані з академічною адаптацією (у діапазоні 0,144-0,357 за $p<0,001$).

У межах пошуку чинників академічної адаптації серед компонентів адаптаційної готовності та ставлення до освітнього середовища було виконано процедуру регресійного аналізу. Результати подано у табл. 2. Як видно із табл. 2, психологічний компонент адаптаційної готовності є найважливішим прогностичним чинником академічної адаптації; чинниками академічної адаптації здобувачів також є показники значущості різноманітних характеристик освітнього середовища - взаємодії з адміністрацією, з

однокурсниками, з якими склалися гарні взаємовідносини, з однокурсниками, з якими склалися погані стосунки, значущість лекційних занять.

На наступному етапі дослідження проведено шляховий аналіз для перевірки гіпотези щодо ролі адаптаційної готовності та ставлення до різних галузей освітнього середовища в академічній адаптації здобувачів. Представлені показники свідчать на користь узгодженості моделі, яка пояснює 35% дисперсії академічної адаптації здобувачів прямим спрямованим зв'язком значущості взаємовідносин з адміністрацією, з однокурсниками, з якими склалися гарні і погані стосунки, а також значущості лекційних занять з академічною адаптацією. При цьому показники адаптаційної готовності є прямими чинниками академічної адаптації, а також відіграють посередницьку роль зв'язку відносин та адаптації.

**Відношення до освітнього середовища і компоненти адаптаційної готовності
як чинники академічної адаптації (N=165)**

Показник	Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти Бета	t	Значущість
	B	Стд. помилка			
Константа	7,58	1,39		5,51	<0,01
Психологічна адаптаційна готовність	0,47	0,07	0,33	7,42	<0,01
Взаємодія з адміністрацією	0,94	0,20	0,22	4,52	<0,01
Лекція (значущість)	0,76	0,20	0,17	3,94	<0,01
Взаємодія з однокурсниками, з якими склались гарні стосунки	0,88	0,29	0,16	3,24	0,001
Взаємодія з однокурсниками, з якими склались погані стосунки	0,49	0,16	0,14	2,86	0,004
R ² =0,36; F=39,96; p<0,001					

Порівняльний аналіз компонентів академічної адаптації дозволив встановити, що мотиваційний і комунікативний компоненти є найбільш вираженими, за ними розташовуються особистісний, емоційно-оцінний і пізнавальний компоненти, найменш виражений психофізіологічний компонент адаптації. Ці дані узгоджуються із раніше отриманими результатами, відповідно до яких психофізіологічний компонент був найменш вираженим, порівняно із рештою, а рівень мотиваційного та комунікативного - більш вагомим. У зв'язку з цим не викликає подиву вищий рівень соціально-психологічної адаптаційної готовності здобувачів, що, вочевидь, є підставою для підкріплення мотиваційного та комунікативного аспектів академічної адаптації. Те саме можна сказати і про оцінки «стосункових» ситуацій в освітньому середовищі, де домінують значення взаємодії з однокурсниками та викладачами, з якими склалися гарні стосунки. Однак подальший аналіз засвідчив, що не усе є таким однозначним.

У результаті кореляційного аналізу показників встановлено взаємозв'язки між академічною адаптацією здобувачів та усіма компонентами адаптаційної готовності (психологічний, соціально-психологічний і психофізіологічний), що свідчить на користь їхньої стійкої

сполученості. Цей результат узгоджується із раніше отриманими даними про зв'язок адаптаційної готовності та адаптованості здобувачів. Водночас усі показники значущості ситуації освітнього середовища також взаємопов'язані з академічною адаптацією. Отже, значущість навчальних занять, значущість взаємодій із викладачами, адміністрацією та однокурсниками (незалежно від стосунків, що склалися, - гарних чи поганих) пов'язана з академічною адаптацією. Можна припустити, що значущість ситуацій являє собою особистісну зацікавленість здобувача у встановленні рівноважних стосунків усередині системи, що в процесі навчання створює певну зону комфорту з погляду упорання із різноманітними ситуаціями завдяки наявності адаптаційної готовності, яка передбачає вміння пристосуватися до ситуації.

У результаті регресійного аналізу за кроковим методом встановлено, що психологічний компонент адаптаційної готовності пояснює близько 18% дисперсії академічної адаптації здобувачів. До регресійної моделі не увійшов психофізіологічний компонент готовності, що може бути пов'язано із відносною стабільністю психофізіологічних ресурсів особистості, та соціально-психологічний компонент, можливо, з огляду на вагомішу значущість власне стосунків в

академічному середовищі. Водночас значущість ситуацій освітнього середовища пояснює вагомішу частку дисперсії (19%) академічної адаптації здобувачів, що може бути зумовлено з її оцінкою для адаптації. Причому йдеться знову ж таки не про їхню напруженість, а отже, як можна припустити, про достатню зацікавленість у ситуації для досягнення адаптованості загалом в академічному середовищі. Зазначимо, що в результаті регресійного аналізу встановлено, що чинниками академічної адаптації є значущість взаємодії як з адміністрацією ЗВО, так і з однокурсниками (з якими склалися гарні і погані стосунки), але відсутня значущість взаємодії із викладачами. При цьому значущість лекцій є позитивним чинником. Очевидно, оцінка занять тут пояснює певну частину дисперсії академічної адаптації. Ці результати співвідносяться із раніше отриманими даними іншою групою дослідників. Так, було встановлено, що емоційні компоненти ставлення до освітнього середовища є чинниками академічної адаптації здобувачів ЗСО. Шляховий аналіз підтвердив гіпотезу про провідну роль значущості стосунків з адміністрацією та однокурсниками, а також лекційних форм занять у ЗВО, психологічного і соціально-психологічного компонентів адаптаційної готовності здобувачів для їхньої академічної адаптації. В отриманій моделі встановлено, що компоненти адаптаційної готовності є як прямими чинниками академічної адаптації, так і медіаторами прямого зв'язку між ставленням до освітнього середовища (значущістю його компонентів) та академічною адаптацією. Посередництво адаптаційної готовності у цій моделі посилює пояснену дисперсію академічної адаптації і, отже, може враховуватися для розробки програм академічної адаптації. Відсутність зв'язку зі значущістю взаємодії із викладачами, з якими склалися суб'єктивно оцінювані гарні чи погані стосунки, з академічною адаптацією не свідчить про відсутність їхньої ролі у ній, але може свідчити про

зменшення ролі безпосереднього контакту із викладачем у сучасній ситуації оцінювання у ЗВО за рахунок значного впровадження тестової системи. Водночас адаптація значною мірою впливає на академічну успішність. Тому досвід входження в освітнє середовище ЗВО, відображений в адаптаційній готовності, і значущість взаємодії в освітньому середовищі можна розглядати як підґрунтя академічної успішності здобувачів.

Висновки. Адаптаційна готовність здобувачів є системним особистісним утворенням, що характеризує наявність досвіду входження в освітнє середовище за різними рівнями (психофізіологічним, психологічним, соціально-психологічним), завдяки якому «запускаються» механізми, що забезпечують успішне його опанування у нових ситуаціях навчання у ЗВО. Суб'єктивна оцінка дозволяє аналізувати ситуацію, зокрема й в освітньому середовищі, з позиції власного досвіду, засвоєних норм і правил. Іншими словами, сприйняття ситуації суб'єктом, ставлення до неї, її інтерпретація та значущість визначають вибір тієї чи іншої поведінкової стратегії. Суб'єктивна оцінка ситуації в освітньому середовищі може зумовлювати прояв стресогенності. Так, за даними емпіричних досліджень інших авторів, у переважної більшості здобувачів (понад 77%) відзначають виражену стресогенність способу життя загалом, стресогенною є ситуація проміжної атестації. Наведено значущі чинники, що мають суб'єктивну стресогенність для здобувачів педагогічного ЗВО: усне та письмове опитування, обсяг завдань у тексті самостійної роботи, а також тривалість навчальних занять.

Показано, що чинниками академічної адаптації здобувачів є взаємодії з адміністрацією та однокурсниками, значущість лекційних занять. Виявлено, що психологічний компонент адаптаційної готовності є чинником академічної адаптації. Шляховий аналіз підтвердив гіпотезу провідної ролі стосунків з адміністрацією та однокурсниками, лекційних занять у їхній академічній

адаптації. Психологічний і соціально-психологічний компоненти адаптаційної готовності також відіграють важливу роль в академічній адаптації здобувачів. Встановлено, що компоненти адаптаційної готовності є прямими чинниками академічної адаптації. Крім того, вони є медіаторами прямого зв'язку між ставленням до освітнього середовища та академічною адаптацією. Зроблено висновки про те, що посередництво адаптаційної готовності у представленій моделі може бути рекомендовано для розроблення програм академічної адаптації.

Новизна результатів дослідження полягає в отриманні невідомих раніше даних про чинники академічної адаптації. Встановлено прямий спрямований зв'язок адаптаційної готовності, сформованої на основі досвіду адаптації здобувачів, з академічною адаптацією та її опосередковувальну роль у зв'язку ставлення до освітнього середовища та академічної адаптації. У межах вивчення проблеми академічної адаптації

найважливішим для дослідників є те, що серед різноманітних (зокрема абсолютизованих у системі освіти) чинників адаптації одні справді роблять внесок у цей процес, а інші виявляються незначущими, а то й такими, що навіть підривають його.

Основними обмеженнями дослідження є: аналіз вибірки здобувачів безвідносно до курсу навчання і диспропорція вибірки за статтю (осіб жіночої статі більше). Є також обмеження, пов'язані з оцінкою повсякденних стресорів, що впливають на академічну адаптацію здобувачів, і ставленням до цифрових освітніх технологій, включно із технологіями тестування. У наступних роботах може бути проаналізовано роль соціально-психологічної служби ЗВО у взаємодії ставлення здобувачів до освітнього середовища ЗВО та їхньої академічної адаптації. Потребують також дослідження, спрямовані на встановлення причин стресогенності окремих форм роботи у ЗВО і способів зниження їхнього негативного впливу.

Список використаних джерел

1. Choi S., Yoo I., Kim D., An S., Sung Y., Kim C. (2023). The moderating effect of resilience on the relationship between academic stress and school adjustment in Korean students. *Frontiers in Psychology*, 13. Article ID 941129. DOI:10.3389/fpsyg.2022.941129
2. Hassan M., Fang S., Malik A.A. et al. (2023). Impact of perceived social support and psychological capital on university students' academic success: testing the role of academic adjustment as a moderator. *BMC Psychology*, 11, 1-11. DOI:10.1186/s40359-023-01385-y
3. Mishra S. (2020). Social networks, social capital, social support and academic success in higher education: a systematic review with a special focus on 'underrepresented' students. *Educational Research Review*, 29. 100307. DOI:10.1016/j.edurev.2019.100307
4. Páramo M.F., Cadaveira F., Tinajero C., Rodríguez M.S. (2020). Binge drinking, cannabis co-consumption and academic achievement in first year university students in Spain: Academic adjustment as a mediator. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 2. DOI:10.3390/ijerph17020542
5. Rumrill S., Castruita Rios Y., Yasuoka M., Zhou K., Umucu E. (2024). Drug Use Difficulties and Academic Adjustment in Student Veterans With Disabilities: A Parallel Mediation Study // *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 67, 3, 232-236. DOI:10.1177/00343552221146162
6. Willison J., Sabir F., Thomas J. (2017). Shifting dimensions of autonomy in students' research and employment. *Higher Education Research & Development*, 36, 1-14. DOI:10.1080/07294360.2016.1178216
7. Zhao S., Zhang Y., Yu C., Zhang H., Xie M., Chen P., Lin D. (2023). Trajectories of Perceived Stress among Students in Transition to College: Mindset Antecedents and Adjustment Outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 52, 9, 1873-1886. DOI:10.1007/s10964-023-01788-5

Summary

**SUBJECTIVE ASSESSMENT OF THE SITUATION AND ADAPTIVE READINESS
AS FACTORS OF ADAPTATION OF APPLICANTS TO STUDY AT A HIGHER
EDUCATION INSTITUTION**

Safin O. Doctor of Psychological Sciences, Full Professor;
The Head of the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Dikhtyarenko S. Candidate of Psychological Sciences, Docent,
Assosiated Professor of the Department of Psychology, Pavlo
Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. The adaptive readiness of students is a systemic personal formation that characterises the experience of entering the educational environment at different levels (psychophysiological, psychological, socio-psychological), which 'triggers' the mechanisms that ensure its successful mastery in new situations of studying in higher education institutions.

The purpose is substantiation of the factors of adaptation of students of higher education institutions to study.

Methods - testing, methods of mathematical statistics.

Originality. The severity of different components of the studied parameters reflects a complex picture of the process of academic adaptation of students to the educational environment of higher education institutions (a significantly higher level of communicative and motivational components and a lower level of psychophysiological components; higher severity of the socio-psychological component of adaptation readiness and lower severity of the psychological component; higher level of importance of relationships compared to attitude to activities). The strongest factors of academic adaptation are the importance of interactions with the administration and fellow students, with whom good and bad relationships have been established, and the importance of lectures. A direct factor of adaptation readiness is its psychological component. Students' adaptive readiness explains their overall academic adaptation to a lesser extent. However, it mediates the relationship between the significance of situations and adaptation. As a relatively stable formation, adaptive readiness can act as a shock absorber in the system of relations in the educational environment.

Conclusions. Subjective assessment allows to analyse the situation, including in the educational environment, from the point of view of one's own experience, learned norms and rules. In other words, the subject's perception of the situation, attitude to it, its interpretation and significance determine the choice of a particular behavioural strategy. A subjective assessment of the situation in the educational environment can lead to stressfulness. The results obtained can be used for social and psychological support of academic adaptation of applicants at different levels.

Keywords: significance; stressfulness; interaction; academic adaptation; adaptive readiness.

Концептуалізація – Сафін О. Д.

Методика – Діхтяренко С. Ю.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 19.05.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.08.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.