

**АДАПТАЦІЯ ПСИХО-ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ПЕРШОКУРСНИКІВ
ДО НАВЧАННЯ У ВНЗ**

**Г. А. Єрошенко, Н. А. Улановська-Циба, Н. О. Передерій,
А. В. Ваценко, О. Б. Рябушко, О. В. Клепець, К. В. Шевченко**

Полтавський державний медичний університет (м. Полтава, Україна)

Вступ. Навчання у вищому навчальному закладі України потребує від здобувачів вищої освіти достатньо високого рівня розумової працездатності, можливості запам'ятовувати велику кількість інформації з різних дисциплін в короткі строки, вміння спілкуватися з великою кількістю людей, приймати рішення в різних ситуаціях [1, 2].

Основна частина. Особистісно-орієнтований підхід у підготовці здобувачів вищої освіти першого року навчання у ВНЗ спрямований на студента. При такому напрямі підходу надається велика увага на особливості мотиваційної, особистісно-пізнавальної сфери студента. Тісна взаємодія викладача зі студентом і спрямованість навчального процесу на його особистість формує в подальшому мотивацію і саморозвиток майбутнього лікаря. З урахуванням часу, який витрачає студент на свою професійну діяльність, фізичні та емоційні навантаження, великої кількості матеріалу, який необхідно опрацювати – все це приводить до того, що студент першого року навчання відчуває напругу, з'являється тривожність, що знижує мотивацію. Нервово-емоційний стан та напруженість розумової діяльності студентів супроводжуються погіршенням політико-соціологічної й екологічної обстановки, а також недотриманням режиму відпочинку та харчування і іншими особистісними факторами [1, 2, 3].

Великі розумові та емоційні навантаження студентів пов'язані з високою вимогливістю викладачів, потребами самостійного опрацювання матеріалу, здатністю приймати важливі рішення в нових умовах вузівської діяльності. Позитивна взаємодія здобувача освіти з викладачами визначає значною мірою виправданість очікувань щодо якості навчання, задоволеність вибором спеціальності, оцінюванням

власних реальних здібностей. Процес адаптації студентів першокурсників, пов'язаний з пошуком нового сенсу освіти після закінчення школи і це традиційно викликає не аби яку зацікавленість у них [3, 4].

Адаптацію, як правило, пов'язують з різними аспектами учбової діяльності та соціалізацією студентів. При цьому, менш за все приділяється увага особливостям їх психо-емоційного стану, а саме емоційна сфера визначає потреби та можливості у процесі навчання та їх перебіг. Емоції надають осмислення учбовим (навчальним) мотивам. На цьому фоні позитивно впливає на студентів підтримка і спілкування з викладачами в їх навчальній діяльності. Увага з боку викладача до емоційного і внутрішнього світу студента надає атмосферу психологічної безпеки та комфорту, що призводить до активної мотивації студентів у навчанні [4, 5].

Викладачу вкрай необхідно звертати увагу на фактори навчання, які мають вплив на емоційний стан студентів. Результати навчання визначаються не тільки відношенням до предмету та викладача (суб'єктивні фактори), а і якістю, складністю, формою та способами викладання матеріалу (об'єктивні фактори). Викладачу необхідно володіти знаннями, які надають можливість розпізнати емоційний стан студентів, це надає розуміння при комунікації на заняттях і в подальшому має успіх у навчально-професійній діяльності [1, 5].

Висновки. Таким чином, адаптація психо-емоційного стану першокурсника знаходиться в безпосередній залежності як від властивостей власної нервової системи так і від факторів навчання, що обумовлюють гармонійний розвиток зрілої особистості, як майбутнього професіонала, готового до успішної реалізації свого потенціалу.

Література

1. Atamanchuk NM. Emotsiynе zdorov'ya student-s'koyi molodi: resurs art-tehnik. Materialy I mizhnarodnoyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi Psykholoho-pedahohichni koordynaty rozvytku osobystosti; 2020 Cherv 2-3; Poltava; 2020. s. 6-9. [in Ukrainian].
2. Hun'ko AD. Tryvozhnist' studentiv na pochatkovykh etapakh navchannya u ZVO. Zbirnyk naukovykh statey z aktual'nykh problem filosofiyi kul'turolohiyi, psykholohiyi, pedahohiky ta istoriyi. 2021;37(1):145-48. [in Ukrainian].
3. Lysenko OP, Kavatsyuk NS. Sotsial'no-psykholohichna adaptatsiya pershokursnykiv do student-s'koho zhyttya ta yiyi korektsiya metodom sfokusovanoyi terapiyi. Naukovi zapysky. 2005;97:65-70. [in Ukrainian].
4. Pylypenko NM. Motyvatsiyni mekhanizmy adaptatsiyi osobystosti suchasnoho studenta do navchal'nykh zmin. Praktychna psykholohiya ta sotsial'na robota. 2008;8(113):46-54. [in Ukrainian].
5. Perih I. Psykhychnе zdorov'ya studentiv yak faktor adaptatsiyi do navchannya u VNZ. Osvita rehionu. 2011;3:299. [in Ukrainian].