

них, оскільки характеризуються невимушеністю, прискореним темпом мовлення на комунікативно ненавантажених ділянках і певною недбалістю вимови звукових сегментів. Серед основних причин варіативності приголосних у мовленнєвому потоці можна виділити комбінаторно-позиційні та просодичні чинники, а також комунікативну динаміку мовленнєвого повідомлення. Максимальні зміни диференційних ознак фонем спостерігаються під впливом просодичної структури та тісно пов'язаного з нею комунікативного навантаження. Це свідчить про вторинність комбінаторно-позиційних чинників щодо просодичних.

Abstract. The proposed research provides information on phonetic processes in the development of the English and German languages in a comparative aspect. The methodological basis of the work is the comparative method, which makes it possible to highlight common and distinctive phonetic features in the composition of the studied units in both languages. It has been established that German and English spoken languages contribute to significant modifications of the quantitative and qualitative characteristics of consonants and vowels, as they are characterized by ease, an accelerated pace of speech in communicatively unloaded sections, and a certain carelessness in the pronunciation of sound segments. Among the main reasons for the variability of consonants in the speech stream, combinatorial-positional and prosodic factors, as well as the communicative dynamics of the speech message, can be singled out.

Keywords: phonetic processes, systematic approach, analysis, English language, German language.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Duden Deutsches Universalwörterbuch / hrsg. und bearb. vom Wissenschaftlichen Rat und den Mitarbeitern der Dudenredaktion unter der Leitung von G. Drosdowski. Mannheim; Leipzig; Wien; Zürich: Dudenverlag, 2000. 224 s.
2. Колесник О. С., Гаращук К. В. Теоретична фонетика англійської мови: навч. Посібник. Житомир, 2015. 233 с.
3. Fernandez M. C. Vowel change in English and German: a comparative analysis. Spain: 2017/2018. 27 p.
4. Beekes R. S. P. Comparative Indo-European Linguistics: An Introduction. Amsterdam. Philadelphia: John Benjamins Publishing Company. 2011. 29, 171.
5. Salmons J. A History of German: what the past reveals about today's language. Oxford: Oxford UP. 2012. 236 p.

УДК 378.091.212.316.614.6

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗВО: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

М. В. Тимощук, Ю. В. Кушнір

Анотація. У роботі висвітлено питання соціально-психологічної адаптації студентів першого курсу ВНЗ. Авторами розглянуто теоретичні підходи до визначення терміна «адаптація», проаналізовано наукові напрацювання у сфері адаптації студентів до умов навчання в університеті, виокремлено форми адаптації, вплив саморозвитку та самовиховання до покращення рівня адаптації першокурсників, розглянуто роль позанавчальної діяльності як фактору адаптації студентів першокурсників.

Ключові слова: адаптація, адаптаційний процес, саморозвиток, самовиховання, форми адаптації.

Постановка проблеми. Життя людини – це безперервне пристосування до умов настільки ж безперервно мінливого середовища, це вироблення нових форм поведінки, спрямованих на досягнення певних цілей. Загальновідомо, що початок навчання у закладі вищої освіти – один із ключових періодів професійної підготовки майбутніх спеціалістів. Проблема адаптації студентів перших курсів у новому освітньому середовищі є однією з превалюючих на цьому життєвому етапі, адже перша невдача може призвести до розчарування, втрати перспектив, відчуження, пасивності. Подальша успішність навчання також залежить від успішності адаптації людини, яка кілька місяців тому переступила поріг університету. Перший курс може стати точкою опори для студента, а може призвести до різних деформацій у поведінці, спілкуванні та навчанні. Саме на першому курсі формується ставлення молодшої людини до навчання, до майбутнього професійної діяльності, продовжується «активний пошук себе», формується образ майбутньої професії, професійних поглядів. Першокурсники переживають руйнацію ідеалізованого уявлення про навчання у ЗВО, формування відносин з новими людьми, а також проблеми з освоєнням навчальної програми. Основним критерієм успішного ста-

новлення студентів ЗВО та прояву ними інтересу до обраної професії є блокування внутрішнього дискомфорту та можливість навчання поза зоною конфлікту. Кожен першокурсник проходить процес адаптації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми адаптації молоді до нових умов життєдіяльності та взаємин неодноразово ставали об'єктом досліджень вітчизняних (Л. В. Зданевич, В. Л. Кікоть, В. А. Петровський, О. В. Симоненко, Т. В. Серeda, О. І. Гончаров, А. Д. Ерднієв, М. І. Лісіна, А. В. Фурман) і зарубіжних учених (Е. Еріксон, Д. Клаузен, З. Фройд та ін.).

Виклад основного матеріалу. У науковій літературі адаптація є багатовимірним і багатаспектним поняттям. На думку вчених, адаптацію слід розглядати як процес пристосування організму (фізіологічна адаптація) або особистості (психологічна адаптація) до зміни зовнішнього середовища. Якщо йдеться про побудову нових міжособистісних стосунків, то мається на увазі соціально-психологічна адаптація. Нам імponує визначення, запропоноване Л. Зданевич. Дослідниця використовує поняття «адаптація» для позначення: процесу, під час якого відбувається пристосування суб'єкта до нового середовища; рівноваги, яка встановлюється між суб'єктом і середовищем; результату процесу пристосування (адаптаційність як якісний етап у цьому процесі); мети, яку ставить перед собою суб'єкт [1].

На слухну думку Л. В. Зданевич, вступ до навчального закладу у значної частини студентів супроводжується дезадаптацією, відсутністю референтної групи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу, напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу самостійної роботи і самовідповідальності загалом. Постійне вирішення проблем адаптації потребує від першокурсника значної мобілізації своїх можливостей для успішного входження в нове оточення, внутрішньої самоорганізації, вміння розподілити час і сили в навчальному режимі, а також стимулює роботу з виявлення й усвідомлення життєвих цінностей, уточнення перспективних планів [1].

Науковцями визначено фактори, що умовно можна розділити на зовнішні та внутрішні, які сприяють успішній психологічній та педагогічній адаптації студентів-першокурсників в освітньому процесі вищої школи. Зовнішні фактори вміщують пристосування особистості до об'єктивних ситуацій, з якими можна зіткнутися тільки у вищому навчальному закладі, та внутрішні, спрямовані на вирішення конфліктів особистості, а також пов'язаних з цим проблем. Ці фактори умовно поділяються на три блоки: соціологічний (вік, соціальне походження, тип довузівської освіти студента), педагогічний (організація середовища, матеріально-технічна база установи, рівень педагогічної майстерності викладацького складу) та психологічний блок, який містить індивідуально та соціально-психологічні фактори (інтелектуальні можливості, спрямованість, мотивація навчання, особистісний адаптаційний потенціал). За даними українських і зарубіжних досліджень, проблеми, з якими стикаються першокурсники в когнітивній, психологічній і ціннісно-мотиваційній сферах адаптації до навчального процесу, виражаються в труднощах встановлення міжособистісних контактів, слабкій мотивації до навчання, низькій нормативній поведінці, відмові виконувати навчальні вимоги та погане відвідування. Такі студенти особливо піддаються стресовому впливу екзаменаційних сесій, що призводить до підвищення рівня тривожності, емоційної нестабільності, імпульсивності, дратівливості, низької толерантності до фрустрації. Головне завдання освітнього процесу у закладі вищої освіти на початковому етапі навчання – це адаптація та створення сприятливого клімату для студентів перших курсів [2]. У процесі цього мають реалізуватися педагогічні умови, які сприяють виявленню та корекції вихідних негативних тенденцій професійного становлення, що виникли у перші місяці навчання.

Вітчизняні та зарубіжні вчені переконані, що сукупність багатьох факторів визначає готовність студента до навчання. Науковці вважають академічну, соціальну, особистісно-емоційну та інституційну адаптацію студентів першого курсу університету основними факторами, які негативно впливають на навчання [7]. Сучасна наукова спільнота також виділяє такі категорії факторів впливу, як сімейне походження, фактори, пов'язані зі студентом, соціальні фактори, економічні фактори, цілі студентів, інституційний досвід та інституційні фактори. Навчальний процес більшою чи меншою мірою пов'язаний із когнітивним стресом; це також може бути одним із факторів, що впливають на студентів першого курсу [6].

Враховуючи багатофакторність адаптації студентів у новому середовищі ЗВО, варто зазначити роль педагогічного управління цим процесом. Наразі недостатньо розроблено питання супроводу студентів при вирішенні проблем міжособистісного спілкування, проблем побутового характеру, проблем особистісних трансформацій. Аналізу труднощів адаптації у ЗВО присвячені численні роботи, що позначають коло проблем, які студенти часто не можуть вирішити самотійно. Однак у цих роботах фактично немає переконливих відповідей на питання, як допомогти студентам у подоланні адаптаційних бар'єрів.

На наш погляд, успішно подолати адаптаційні бар'єри можна двома шляхами: зменшенням самого адаптаційного бар'єру; збільшенням адаптаційного потенціалу особистості.

Зменшення адаптаційного бар'єру може бути досягнуто такими способами: вивчення особистісних особливостей студентів першого курсу, виявлення труднощів періоду адаптації першокурсників та особливостей їх входження у студентське життя, обробка отриманих даних (аналіз та узагальнення), проведення різноманітних заходів, спрямованих на допомогу першокурсникам в усвідомленні труднощів періоду адаптації, освоєння способів їх подолання та розвиток навичок конструктивного спілкування.

Збільшення адаптаційного потенціалу особистості може бути досягнуто шляхом оволодіння студентом навичками самовиховання та саморозвитку. Самовиховання – це керований особистістю саморозвиток. Принагідно зазначимо, що самовиховання та саморозвиток не є тотожними процесами. Саморозвиток – процес об'єктивний, не залежить від розуму і волі людини. Самовиховання – процес зміни людиною самої себе під впливом свідомості та волі. Саморозвиток – первинний. Ефективність самовиховання, як і будь-якої іншої діяльності, залежить від міри зацікавленості, мотивації, спрямованості на задоволення різноманітних матеріальних, соціальних та духовних потреб. Збільшення адаптаційного потенціалу студента-першокурсника дозволить надалі легше адаптуватися до обставин навчальної та професійної діяльності, зменшення стресових впливів на організм.

Варто зазначити, що період адаптації є індивідуальним і не має чітко виражених часових термінів. Залежно від індивідуальної активності особистості студента адаптивний процес може бути двох видів: активне адаптування; пасивне, конформне прийняття цілей і цінностей нової соціальної групи [3].

Активна адаптація сприяє успішній соціалізації студента в навчальному закладі в загальному. Першокурсник активно приймає норми, цінності нового для себе соціального середовища, але й застосовує їх у своїй діяльності, на їх основі будує відносини з людьми. Часто студент першого курсу формує нову мету – максимально реалізуватися в новому середовищі як особистість, що сприяє його швидкій адаптації до вищого навчального закладу та освітнього процесу.

Пасивна адаптація притаманна студентам, які сприймають норми нового соціального середовища, керуючись поглядом «Я такий, як усі». Такі студенти обирають пасивні моделі поведінки, прагнення реалізуватися в новому для себе середовищі не є притаманним при цій формі адаптації, особисті цілі є простими та примітивними. Цей вид адаптації не є ефективним для нормальної соціалізації студента в подальшому, призводить до низького рівня сприйняття соціальних норм та правил, слабкою інтеграцією в соціальні групи спільно з одногрупниками [4].

На нашу думку, найкращою базою для покращення адаптації студентів першого курсу до умов навчання у вищому навчальному закладі є позанавчальна діяльність. Враховуючи загальну неформальність, легкість залучення студентів, можливість встановлення нових соціальних зв'язків, цей вид діяльності має найбільший адаптаційний потенціал серед інших. Для ефективної адаптації студентів-першокурсників позанавчальна діяльність має бути спрямована на встановлення нових соціальних контактів, сприяти комунікації в моделі «студент–студент», «студент–викладач». Також важливим є формування у студента індивідуальної творчої, наукової самореалізації. Ключовим є формування поваги до думки інших, формування нових соціальних груп серед студентів, розвитку лідерських та організаційних навичок.

У розрізі соціального аспекту адаптації студентів першого року навчання ключовим є рівень сприйняття та засвоєння особистістю норм та правил життя у новій соціальній групі, а

також ступенем прийняття студента в цій соціальній групі. Важливим критеріями успішності процесу адаптації студента є знаходження свого місця та ролі в соціальній групі, задоволеність своїм статусом, наявністю стійких соціальних зв'язків з однокласниками.

Вважаємо, процес адаптації студентів до умов навчання у вищому навчальному закладі варто сприймати як цілісний комплекс психологічних, соціальних та педагогічних умов, що мають на меті ефективно соціалізувати та адаптувати студента в нових для нього умовах.

Студенти-першокурсники пристосовуються до нових умов життя відповідно до нових соціальних ролей та специфіки навчального процесу у вищих навчальних закладах.

В. Кондрашова виділила три фази процесу адаптації студентів до вищого навчального закладу за часовими межами:

1. Початкова фаза – адаптація розглядається як психічна реакція організму на нові умови та закінчується приблизно в кінці I семестру.

2. Фаза перебудови пристосувальних механізмів, динамічного стереотипу та психічних процесів триває до середини II семестру.

3. Фаза виникнення стійкої адаптації – завершується в кінці I курсу. Проте у 35 % студентів адаптованості до умов вищого навчального закладу не настає [5].

Висновки. Можна дійти висновку, що процес адаптації студента першого курсу навчання до умов вищого навчального закладу – це сприйняття норм нового соціального середовища, внутрішнє та зовнішнє ставлення до цих норм та включення до системи міжособистісних стосунків у групі. Процес адаптації студентів у вищому навчальному закладі слід розглядати як комплексну проблему. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо в проведенні емпіричних досліджень щодо особливостей адаптаційного процесу студентів-першокурсників, розробці рекомендацій для покращення адаптації студентів першого курсу до умов закладу вищої освіти.

Abstract. The work highlights the issue of social and psychological adaptation of first-year university students. The authors considered theoretical approaches to the definition of the term "adaptation", analyzed scientific work in the field of adaptation of students to study conditions at the university, identified forms of adaptation, the influence of self-development and self-education on improving the level of adaptation of first-year students, considered the role of extra-curricular activities as a factor in the adaptation of first-year students.

Keywords: adaptation, adaptation process, self-development, self-education, forms of adaptation.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Зданевич Л. В. Адаптація студентів педагогічних училищ до нових умов життєдіяльності: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2003. 22 с.
2. Байбекова Л. О. Педагогічні основи адаптації студентів молодших курсів до подальшого навчання у ВНЗ. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Додаток 1 до вип. 31. Том VI(48): Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». Київ: Гнозис, 2013. С. 148–154.
3. Зданевич Л. В. Як живеться студентові? *Гуманітарні науки*. 2005. № 2. С. 174–179.
4. Очеретнюк А. О., Лисенко Д. А., Паламарчук О. В., Закалата Т. Р. та ін. Проблема адаптації студентів-медиків першого курсу до навчального процесу. *Вісник національного медичного університету імені М. І. Пирогова*. Вінниця: ВНМУ, 2018. Т. 2. С. 543–547.
5. Кондрашова В. П. Некоторые психологические показатели адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в ВУЗе. Воронеж: Вопросы вузовской педагогики, психологии и дидактики, 1972. С. 111–133.
6. Romanenko V., Nikitina G. Cognitive stress in pedagogics: general analysis. In V. Dislere (Ed.), *Proceedings of the 9th international scientific conference «Rural Environment. Education. Personality. (REEP)»*. 2016. P. 121–127.
7. Sevinc S., Gizir C. A. Factors Negatively Affecting University Adjustment from the Views of First-Year University Students. *The Case of Mersin University. Educational Sciences: Theory and Practice*. 2014. № 14(4). P. 1301–1308.