

УДК 378.147:378.014.25

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7\(53\)-702-720](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7(53)-702-720)

Павлюк Роман Олександрович кандидат педагогічних наук, доцент, заступник декана з науково-методичної та навчальної роботи Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, тел.: (044) 295-78-58, <https://orcid.org/0000-0002-8957-6158>

Клішевич Наталія Анатоліївна кандидат педагогічних наук, доцент, декан Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, тел.: (044) 294-03-94, <https://orcid.org/0000-0002-5611-6454>

Музиченко Ірина Вікторівна кандидат психологічних наук, заступник декана з науково-педагогічної та соціально-гуманітарної роботи Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доцент кафедри практичної психології, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, тел.: (044) 294-00-26, <https://orcid.org/0000-0003-3539-6730>

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ НА ОСНОВІ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «УНІВЕРСИТЕТСЬКІ СТУДІЇ»

Анотація. У статті представлено особливості процесу адаптації студентів до умов навчання в закладі вищої освіти на прикладі викладання дисципліни «Університетські студії» на Факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка.

У процесі дослідження питання адаптації студентів-першокурсників до умов навчання в закладі вищої освіти виокремлено деякі практики українських та зарубіжних університетів. Також з'ясовано причини, які можуть підвищувати процес адаптації студентів у процесі здобуття вищої освіти. До чинників, які впливають на процес адаптації студентів у нинішніх умовах віднесено негативний досвід переживання локдаунів під час пандемії Covid-19, неналагодженості процесу дистанційного навчання в школі та умови воєнного стану і ведення активних бойових дій на території України.

В результаті аналізу наукових праць українських та зарубіжних вчених виокремлено особливості адаптації студентів в умовах дії воєнного стану, змішаної форми та дистанційної форми навчання; представлено різні способи сприяння успішній адаптації студентів до навчання в університеті – використання різних психологічних практик, залучення студентів до позанавчальної діяльності, через викладання дисципліни «Вступ до спеціальності» із залученням викладачів відповідної спеціальності.

На наше переконання та за досвідом багаторічної практики ефективним є впровадження в освітній процес для студентів-першокурсників на самому початку навчання тренінгових та ознайомчо-адаптаційних дисциплін. Такою дисципліною на Факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка є «Університетські студії», яка складається із трьох модулів – Лідерство служіння, Я – студент, Вступ до спеціальності. Ця дисципліна викладаються на початку університетського навчання студентів і має неабиякий адаптаційний потенціал.

Загальною метою дисципліни «Університетські студії» є формування уявлення про основні питання самоорганізації, освітньої діяльності у закладі вищої освіти; особливості професії (відповідно до освітньої програми навчання) у сучасних реаліях; формування системи спеціальних знань у галузі лідерства служіння. Завданнями дисципліни є формування загальних та спеціальних компетентностей відповідно до конкретної освітньої програми та формування відповідних результатів навчання та сприяти адаптації студентів до навчання в закладі вищої освіти.

Ключові слова: адаптація, студент-першокурсник, Університетські студії, заклад вищої освіти.

Pavliuk Roman Oleksandrovysh PhD in Education, Associate Professor, Deputy Dean on Academic Affairs of the Faculty of Psychology, Social Work and Special Education, Associate Professor of the Department of Special and Inclusive Education, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv, tel. (044) 295-78-58, <https://orcid.org/0000-0002-8957-6158>

Klishevych Nataliia Anatoliivna PhD in Education, Associate Professor, Dean of the Faculty of Psychology, Social Work and Special Education, Associate Professor of the Department of Social Pedagogy and Social Work, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv, tel. (044) 294-03-94, <https://orcid.org/0000-0002-5611-6454>

Muzychenko Iryna Viktorivna PhD in Psychology, Deputy Dean for Scientific, Pedagogical and Social and Humanitarian Work of the Faculty of Psychology, Social Work and Special Education, Associate Professor of the Department of Practical Psychology, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv, tel. (044) 294-00-26, <https://orcid.org/0000-0003-3539-6730>

ADAPTATION OF STUDENTS TO LEARNING CONDITIONS IN AN INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION BASED ON STUDYING THE DISCIPLINE «UNIVERSITY STUDIOS»

Abstract. The article presents the features of the process of adapting students to the conditions of study at a higher education institution using the example of teaching

the discipline «University Studios» at the Faculty of Psychology, Social Work and Special Education of Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University.

In the process of studying the issue of adaptation of first-year students to the conditions of study at a higher education institution, some practices of Ukrainian and foreign universities were identified. The reasons that may increase the process of adaptation of students in the process of obtaining higher education were also clarified. Factors that influence the process of adaptation of students in the current conditions include the negative experience of experiencing lockdowns during the Covid-19 pandemic, the lack of proper organization of the distance learning process at school, and the conditions of martial law and active hostilities in Ukraine.

As a result of the analysis of scientific works by Ukrainian and foreign scientists, the peculiarities of students' adaptation in the conditions of martial law, blended and distance learning were identified; various ways of promoting the successful adaptation of students to studying at the university are presented - the use of various psychological practices, involving students in extracurricular activities, through teaching the discipline «Introduction to the specialty» with the involvement of teachers of the relevant specialty.

In our opinion and based on our experience of many years of practice, it is effective to introduce training and introductory and adaptation disciplines into the educational process for first-year students at the very beginning of their studies. Such a discipline at the Faculty of Psychology, Social Work and Special Education of the Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University is «University Studios», which consists of three modules – Servant Leadership, I am a Student, Introduction to the Specialty. This discipline is taught at the beginning of students' university studies and has a remarkable adaptive potential.

The general goal of the discipline «University Studios» is to form an idea of the main issues of self-organization, educational activities in a higher education institution; features of the profession (in accordance with the educational program of study) in modern realities; formation of a system of special knowledge in the field of servant leadership. The objectives of the discipline are to form general and special competencies in accordance with a specific educational program and to form appropriate learning outcomes, and to promote students' adaptation to studying at a higher education institution.

Keywords: adaptation, first-year student, University studios, higher education institution.

Постановка проблеми. Навчання в закладі вищої освіти пов'язане зі великою здатністю особистості до самоорганізації, оскільки змінюються звичні до цього етапу види діяльності, які вимагають власної відповідальності. Крім того, змінюється соціальна роль особистості та особливості соціальної взаємодії з оточуючими. Нерідко це призводить до особистої дезадаптації та виникнення різних розладів – тривожності, депресії тощо.

Важливим на початку університетського навчання є процес адаптації особистості до нових умов, який полягає у створенні якомога комфортніших умов для пристосування особистості до умов навчання та зайняття свого місця в університетській спільноті.

Сьогодні в Україні процеси адаптації студентів до умов навчання в закладі вищої освіти деструктуризуються багатьма чинниками. З-поміж них є негативний досвід переживання локдаунів під час пандемії Covid-19 та неналагодженості процесу дистанційного навчання в школі. Але нині до чинників дестабілізації особистості та її механізмів адаптації додано дуже суттєвий – умови воєнного стану та ведення активних бойових дій на території України. З лютого 2022 року люди стикаються з постійними повітряними тривогами, які дуже часто відбуваються вночі, що порушує режим сну, створює стресові ситуації та негативно впливає на всі процеси в розвиткові особистості та її нормальній життєдіяльності. Навіть у процесі навчання учні та студенти не можуть сконцентруватися та зосередитись на здобутті знань через переривання освітнього процесу та необхідністю перебування в укриттях під час постійних повітряних тривог.

У зв'язку із цим, варто звернути увагу на організацію якомога ефективного процесу адаптації особистості в закладі вищої освіти в стресогенних умовах, які нині превалюють в Україні.

На теоретичному рівні питання адаптації студентів-першокурсників є досить дослідженим у педагогічних та психологічних науках. Зокрема питання адаптації розглянено у працях українських дослідників Т. Йопи [4], А. Остапова [4], О. Кравченко [5], Ю. Підвальної [5], А. Гедзик [5], Ю. Щербяк [11], О. Патряк [11]. З-поміж зарубіжних вчених варто звернути увагу на дослідження Els C. M. van Rooij, Ellen P. W. A. Jansen та Wim J. C. M. van de Grift [13] про особливості адаптації студентів до навчання та її вплив на академічні успіхи; дослідження Нако, А. Н., Shikongo, P. T., Mbongo, E. N. [15], у яких висвітлюються концептуальні питання психологічної адаптації студентів до навчання в університеті; особливості успішної адаптації студентів-першокурсників представлено в роботах Samašonok K., Šimkienė A., & Valentukevičiūtė R. [17] та інших.

Крім того, в останніх дослідженнях вчених представлено різні умови, які тим чи тим чином впливають на процес адаптації студентів до навчання в закладі вищої освіти: особливості адаптації студентів в умовах дії воєнного стану [2], змішаної форми навчання [3] та дистанційної форми навчання [6]. В дослідження також представлено різні способи сприяння успішній адаптації студентів до навчання в університеті – використання різних психологічних практик [1], залучення студентів до позанавчальної діяльності [5], через викладання дисципліни «Вступ до спеціальності» із залученням викладачів відповідної спеціальності [10] тощо.

На наше переконання та за досвідом багаторічної практики ефективним є впровадження в освітній процес для студентів-першокурсників на самому

початку навчання тренінгових та ознайомчо-адаптаційних дисциплін. Такою дисципліною на Факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка є «Університетські студії», яка складається із трьох модулів – Лідерство служіння, Я – студент, Вступ до спеціальності [8]. Ця дисципліна викладаються на початку університетського навчання студентів і має неабиякий адаптаційний потенціал.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Деякі дослідники [6, с.40] виділяють такі виклики для студентів-першокурсників в процесі їхньої адаптації до умов навчання в закладі вищої освіти: адаптація до онлайн-навчання; адаптація в новому закладі освіти, колективі; дотримання академічної доброчесності; старанність і самостійність у навчанні; відповідальність за власні вчинки і чесне здобуття оцінок; толерування думок інших, взаємоповага та підтримка; гідна та моральна поведінка під час освітнього процесу та поза ним; воєнний стан в Україні. Варто зауважити, що такі виклики дослідниця виділяє в умовах дистанційної форми організації освітнього процесу та врахування дії воєнного стану в Україні.

Т. Йопа та А. Остапов вказують на те, що новий вид навчання в ЗВО висуває нові вимоги студентам-першокурсникам до їхнього фізичного, психічного, соціального стану здоров'я. Дослідники зауважують, що значне ментальне, емоційне, навчальне навантаження провокує психологічні стреси; тривале знаходження в навчальних аудиторіях приводить до гіподинамії; відсутність навичок, або невміння раціональної організації режиму дня – до незбалансованого й нерегулярного харчування; а в підсумку – до погіршення здоров'я [4, с.16].

Емоційний фон студентів-першокурсників часто характеризується наявністю негативних емоцій через стрес при переході до іншої форми навчання, порівняно зі школою. За даними досліджень Ж. Новікової [7, с.212], студенти-першокурсники мають високий рівень реактивної особистісної тривожності та високий рівень схильності до стресу. Дослідниця вважає, що для подолання такого стану студентів ефективними можуть бути тренінги для першокурсників з метою зниження рівня негативних емоцій та формування емоційної стійкості.

У дослідженні О. Іванченко, О. Мельнікової та Г. Мікаєляна [3] вказується, що багато студентів-першокурсників на початку навчання в ЗВО відчувають напругу і втому від занять через дуже великий обсяг роботи, яку треба виконати самостійно. Також більшість студентів визнають проблеми з опанування нових форм організації освітнього процесу (лекції, практичні та семінарські заняття, самостійна робота тощо), з пристосовуванням до вимог викладачів, зі складністю раціональної організації відпочинку і робочого часу, налагодженням режиму дня і харчування. Крім того, вчені встановили, що причинами складності адаптації до навчання у закладі вищої освіти є недостатня підготовка в школі.

Серед психологічних проблем адаптації до навчання в університеті дослідники виділяють підвищення тривожності, внутрішню напругу, порушення сну, невпевненість у своїх силах [3].

Сьогодні в умовах дії воєнного стану та ведення активних бойових дій на території України деякі університети перейшли в змішаний або дистанційний формат надання освітніх послуг здобувачам. На думку вчених [2] дистанційна форма навчання не дає можливості виявити особливості кожного студента, а викладач не завжди може проконтролювати доброчесність студентів. Останні, в свою чергу, це розуміють і стають більш пасивними, тобто виникає потреба в особистій мотивації та вмінні вчитися самостійно. Також дослідники [2] вказують, що студенти зустрічаються з такими труднощами дистанційного навчання в умовах дії воєнного стану: нестабільна робота Інтернету; труднощі в зосередженні і роботі на заняттях; спокуса займатись дома іншими справами, не навчанням; важкість вирішення організаційних питань навчання.

Деякими дослідниками [11] встановлено, що проблеми, пов'язані із засвоєнням знань на першому курсі, можна пояснити не низьким рівнем підготовки в школі, а несформованістю таких рис особистості, як готовність до навчання, здатність вчитися самостійно, контролювати й оцінювати себе, знати власні особливості пізнавальної діяльності; невмінням правильно розподіляти свій час для самостійної підготовки. Успішність процесу адаптації залежить від психологічних властивостей особистості та рівня її розвитку, що визначається оптимальним рівнем особистісної регуляції діяльності й поведінки. Критеріями адаптованості слід вважати інтеграцію студента в освітнє середовище, визначення власного місця в соціальній і професійній структурі, загальний рівень здоров'я, здатність розвиватися відповідно до власного потенціалу життєдіяльності, суб'єктивне почуття самоповаги.

У наших попередніх дослідженнях [16] прослідковується схожа теза стосовно підготовленості студентів до навчання у закладі вищої освіти та їхньої адаптації до такого процесу. Результати попереднього дослідження засвідчують, що в умовах дії воєнного стану та попереднього досвіду навчання в дистанційному форматі у період карантинних обмежень, якість засвоєння знань та адаптація залежить в основному від психолого-педагогічної підтримки студентів та якості методичного забезпечення організації освітнього процесу, рівня забезпеченості студентів інформаційними ресурсами з боку університету. Разом з тим, студенти віддають пріоритет очному або змішаному процесу навчання, у якому краще розвиваються навички незалежності, самостійності, впевненості та толерантності. Тобто процес адаптації до навчання у закладі вищої освіти стає більш комфортним та менш стресогенним.

Різні дослідники виділяють різні форми, методи та засоби успішної та ефективної адаптації студентів до умов навчання в закладі вищої освіти.

Так, наприклад, на думку Н. Атаманчук [1], на початкових етапах навчання у ЗВО застосування арт практик пришвидшує адаптацію студентської молоді до специфіки закладу освіти, знижує втому, запобігає негативним емоційним станам та їхнім виявам, пов'язаних із навчанням. У результаті дослідження ефективності застосування різних арт практик, науковиця доходить висновку,

що такі техніки допомагають студентам-першокурсникам: зміцнити психологічне здоров'я; знизити втому; покращити соціально-психологічний клімат у колективі; пізнати себе та оточення; встановити контакт з учасниками освітнього процесу; звернутися до реальних проблем або фантазій, які з якихось причин важко вербалізувати; підвищити самооцінку; усвідомити свою унікальність; мотивувати особисте зростання, навчання; розвивати творчі здібностей, креативно самовиражатися; отримувати позитивні емоції; заспокоїтися [1].

Деякі дослідники [5] вказують, що адаптаційним процесам до навчання в закладі вищої освіти сприяє активне залучення студентів-першокурсників до соціально-виховних заходів – лекторіїв, флешмобів, майстер-класів, творчих заходів, професійно орієнтованих заходів тощо.

На думку С. Тезікової та інших [10], адаптаційним процесам студентів-першокурсників до навчання в закладі вищої освіти сприяє сучасна переорієнтація викладання дисципліни «Вступ до спеціальності», який став тією відправною точкою, з якої починається занурення першокурсника у спеціальність їхнього вибору та специфіку навчання за освітньою програмою. Також дослідники акцентують на важливому аспекті – викладачами цієї дисципліни стали фахівці, чия базова освіта відповідає напряму підготовки здобувачів.

Дослідження зарубіжних вчених стосовно адаптації студентів-першокурсників до умов навчання в закладі вищої освіти в основному є співзвучними з українськими. Проте різняться чинники, які впливають на цей процес та умови ефективної адаптації студентів.

Так, наприклад, у дослідженні литовських вчених [17.] з питання адаптації студентів першого курсу та можливостей її забезпечення вказується, що серед загальних труднощів превалюють відсутність точних інструкцій щодо завдань та велика їх кількість одночасно з різних предметів, надмірне навчання за модульною системою, надмірне навчальне навантаження на лекціях та під час підготовки до іспитів, а також складність лекційного змісту без прикладів та практичних вправ для опанування та закріплення теми. Серед особистісних труднощів адаптації вченим вдалось з'ясувати, що переважають такі: відсутність здатності раціоналізувати розподіл часу на заняттях, домашні завдання та вільний час, а також нездатність зосередитися під час лекцій та відсутність мотивації до навчання.

Серед позитивних практик сприяння процесу адаптації студентів-першокурсників до навчання в університеті дослідники [17] виокремлюють участь викладача як у формальній (викладання дисциплін, знання професійних потреб студентів тощо), так і в неформальній діяльності зі студентами, яке зосереджується на використанні заходів, спрямованих на цілеспрямований розвиток особистості студентів, щоб допомогти їм справлятися зі стресом, заохочення студентів до активної участі в діяльності закладу освіти та у спілкуванні з іншими однокурсниками чи викладачами.

В університетах Іспанії процес адаптації студентів до навчання в закладах вищої освіти розглядається на основі трьох чинників [12]: мотивація, академічний добробут та академічне середовище.

За даними досліджень [12], мотивація студентів до навчання визначає їхню початкову адаптацію та процес переходу в адаптований стан; чинник «академічне благополуччя» та його роль у процесі адаптації залежить від попередніх академічних досягнень першокурсників (балом для вступу в університету), із соціальним та сімейним середовищем; академічне середовище ефективно впливає на адаптацію студентів до навчання в закладі освіти за умови відсутності панівних соціальних норм та певних форм культурного та соціального зневажання.

У дослідженнях [18] стосовно питань адаптації студентів першого курсу до умов навчання в закладах вищої освіти Китаю вказується, що студенти першого курсу, які походять із сільської місцевості, живуть у бідних сім'ях, розмовляють діалектами або спеціалізуються на науці та техніці, гірше адаптуються. Також дослідниками встановлено, що процесу адаптації сприяє не тільки надання чітких і конкретних стратегій подолання труднощів, а й опосередкована соціальна підтримка.

Дослідження норвезьких вчених [13] щодо впливу адаптації студентів першого курсу на їхні академічні успіхи показало, що академічна адаптація залежала від внутрішньої мотивації, саморегульованої поведінки в навчанні та задоволення від програми навчання.

У дослідженнях [14] щодо особливостей адаптації до навчання в закладах вищої освіти в Кореї переважна більшість студентів стикається зі стресом та депресією, які виникають через зміну умов проживання, нові умови навчання за обраною спеціальністю. Дослідники вказують на необхідність створення спеціалізованих програм підтримки, спрямованих на управління стресом та депресією, щоб допомогти студентам першого курсу ефективно адаптуватися до університетського життя та підтримки їхнього психічного здоров'я.

Загалом, дослідження підтверджують [15], що основними проблемами у процесі адаптації до навчання в університеті, з яким стикаються студенти-першокурсники є стрес, тривога та страхи, депресія, самооцінка, важливість самооцінки, ознаки високої та низької самооцінки, а також стратегії подолання труднощів щодо адаптації до університетського навчання.

Одним із успішних механізмів сприяння адаптаційному процесу студентів до навчання в університеті можуть бути консультаційні програми управління стресом, позанавчальна діяльність, а також психологічні та академічні консультаційні послуги, які мають бути орієнтовані на потреби студентів [15].

Мета статті – охарактеризувати ефективні стратегії у сприянні процесу адаптації студентів-першокурсників до умов навчання в закладі вищої освіти на прикладі викладання навчальної дисципліни «Університетські студії» на Факультеті психології, соціальної роботи спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка.

Виклад основного матеріалу. У практиці Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка багато років з метою адаптації студентів першого курсу викладається дисципліна «Університетські студії», яка складається із трьох взаємопов'язаних модулів – Лідерство служіння, Я – студент, Вступ до спеціальності [8]. Саме із вивчення цієї дисципліни розпочинається шлях студента в університеті.

Представимо зміст, структуру та особливості викладання дисципліни «Університетські студії» та її адаптаційний потенціал для студентів-першокурсників.

Загальною метою дисципліни «Університетські студії» [8] є формування уявлення про основні питання самоорганізації, освітньої діяльності у закладі вищої освіти; особливості професії (відповідно до освітньої програми навчання) у сучасних реаліях; сформувати систему спеціальних знань у галузі лідерства служіння. Завданнями дисципліни є формування загальних та спеціальних компетентностей відповідно до конкретної освітньої програми та формування відповідних результатів навчання.

Загальний обсяг дисципліни 4 кредити ЄКТК / 120 год. Розподіл виділ діяльності студента представлено в таблиці 1.

Таблиця 1.

Опис навчальної дисципліни «Університетські студії»

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Університетські студії		
Вид дисципліни	Обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	4/120	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	3	
Обсяг кредитів	4	4
Обсяг годин, в тому числі:	120	120
Аудиторні	56	16
Модульний контроль	8	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	56	104
Форма семестрового контролю	залік	залік
Змістовий модуль «Лідерство служіння»		
Вид дисципліни	Обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	1/30	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	1	
Обсяг кредитів	1	1
Обсяг годин, в тому числі:	30	30

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Аудиторні	14	4
Модульний контроль	2	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	14	26
Форма семестрового контролю	-	-
Змістовий модуль «Я – студент»		
Вид дисципліни	Обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	1/30	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	1	
Обсяг кредитів	1	1
Обсяг годин, в тому числі:	30	30
Аудиторні	14	4
Модульний контроль	2	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	14	26
Форма семестрового контролю	-	-
Змістовий модуль «Вступ до спеціальності»		
Вид дисципліни	Обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	2/60	
Курс	1	1
Семестр	1	1
Кількість змістових модулів з розподілом:	2	
Обсяг кредитів	2	2
Обсяг годин, в тому числі:	60	60
Аудиторні	28	8
Модульний контроль	4	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	28	52
Форма семестрового контролю	-	-

Викладання дисципліни розпочинається під час першого тижня навчання студентів в університеті з модуля «Лідерство служіння». Формат викладання цього модуля – тренінговий. Варто зауважити, що під час першого тижня навчання студенти знайомляться тільки із цим модулем, ніяких інших дисциплін не передбачається розкладом. Такий підхід забезпечує можливість студентам зануритись у процес навчання в університеті у найменш стресовий спосіб та сприяє усвідомленню студентам їхньої нової соціальної ролі та формуванню стосунків у академічній групі.

Модуль «Лідерство служіння» складається із 7 практичних занять, які розподілені за такою тематикою: Практичне заняття 1. Корпоративна культура та цінності університету (2 год); Практичне заняття 2-3. Лідерство служіння: пріоритет сучасного лідера (4 год); Практичне заняття 4-5. Психологічні особливості ефективної взаємодії в команді (4 год); Практичне заняття 6-7. Конфлікти та способи їх розв'язання з позицій лідерства служіння (4 год) [8].

Для глибшого розуміння суті лідерства служіння, як частини корпоративної культури Київського столичного університету імені Бориса Грінченка студентам пропонується іще певні завдання для самостійної роботи [8]:

1. Заповніть таблицю (зразок таблиці додається). Запишіть 10 власних цінностей та цінностей університету. Порівняйте отримані данні. Що є спільним, а що відмінним?
2. На прикладі сучасного лідера (вітчизняного або зарубіжного) визначте 10 його лідерських якостей.
3. Дайте відповідь на питання: Чим подобається вам, обраний лідер? Які лідерські якості ви вважаєте найголовнішими? Чому?
4. Написати есе на тему: «Я – частина команди».

Модуль завершується модульною контрольною роботою, яка виконується в тестовому форматі та має на меті перевірку засвоєння студентами базових термінів корпоративної культури Університету з позиції лідерства служіння та командної взаємодії.

Наступним модулем викладається «Я – студент», який має на меті ознайомлення студентів з університетом, особливостями організації освітнього процесу.

Модуль «Я – студент» складається з лекційних (6 год), семінарських (8 год) занять, самостійної роботи студентів та модульної контрольної роботи. Тематика модуля розподілена так [8]:

Тема 1. Я в Університеті Грінченка

Лекція 1. Я в Університеті Грінченка.

Історія та структура Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. Поняття корпоративної культури. Корпоративна культура Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. Постать Бориса Грінченка в розвитку національної культури та його місце і роль для Університету. Історія та структура Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка.

Семінарське заняття 1. Київський столичний університет імені Бориса Грінченка – традиції та інновації освітньої діяльності.

Семінарське заняття 2. Корпоративна культура Університету.

Тема 2. Я і освітній процес.

Лекція 2. Я і освітній процес.

Основні поняття та положення організації освітнього процесу в Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка. Спеціальність та кваліфікація. Структура навчального плану та освітньо-професійної програми підготовки. Поняття навчально-методичного забезпечення дисципліни. Особливості організації освітнього процесу в Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка.

Семінарське заняття 3. Організація освітнього процесу в Університеті.

Тема 3. Я у цифровому середовищі Університету.

Лекція 3. Я у цифровому середовищі Університету.

Електронний кампус. Електронні сервіси. Електронний навчальний курс.

Корпоративна пошта. Онлайн календар. Гугл диск.

Семінарське заняття 4. Електронне середовище Університету.

Семінарські заняття проходять в інтерактивній формі, що дозволяє студентам познайомитись зі структурою університету у сприятливій ігровій формі. Також передбачена екскурсія в музей Бориса Грінченка, який розташований в адміністративному корпусі Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. На семінарських заняттях студентам пропонуються такі форми роботи [8]:

1. Створити «карту» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка, використовуючи візуальні засоби і надіслати в електронному курсі для викладача.

2. Створити для візуалізації Місії, Візії, Цінностей Київського столичного університету імені Бориса Грінченка (на вибір), використовуючи корпоративну символіку (покликання на різні корпоративні «фішки» - ПЕРЕЙТИ) та засоби ІКТ і надіслати в електронному курсі для викладача.

3. Підготуватись до Квест-заняття «Хто допомагає організувати мені освітній процес». Поновити знання про особливості організації освітнього процесу в Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка. Заняття проходить відповідно до розкладу у очному форматі.

4. Створити власну Модель сучасного смарт-університету, коротко представивши його мету та структуру. Виконане завдання надіслати в електронному курсі для перевірки викладачем.

Для самостійної роботи студентам запропоновано таке завдання: Переглянути художній фільм «Приховані фігури» (2016 р.). На основі перегляду фільму написати есе на тему: «У кожного свій шлях до успіху».

Завершується модуль виконанням модульної контрольної роботи, яка має на меті перевірку засвоєння знань студентів про університет, його історію та структуру, про структуру факультету, особливості корпоративної культури університету та особливості організації освітнього процесу у Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка.

Наступним модулем викладається «Вступ до спеціальності», який органічно вплітається з викладанням інших дисциплін тієї чи тієї освітньої програми. Зміст модуля є різним відповідно до кожної спеціальності. Для прикладу розглянемо структуру модуля «Вступ до спеціальності» для студентів, які навчаються за освітніми програмами спеціальності Психологія.

Модуль «Вступ до спеціальності» складається двох взаємопов'язаних змістових модулів. Обсяг цього модуля для денної форми навчання такий: 60 год,

із них: лекції – 14 год, семінарські заняття – 14 год, модульний контроль – 4 год, самостійна робота – 28 год [8].

Змістовий модуль 1. Психологія як галузь професійної діяльності

Лекція 1. Психологія як наука та прикладна галузь (2 год.)

Місце психології в системі людинознавства. Психологія як наука та сфера професійної діяльності. Актуальні та перспективні завдання психології. Специфіка теоретичної, прикладної та практичної психології. Система психологічної служби як основа загальнодержавної системи охорони психічного здоров'я населення України. Головна мета і завдання системи психологічної служби України.

Лекція 2. Психологічна професія у соціальному вимірі (2 год.)

Історія виникнення професії «психолог». Суспільна місія сучасного психолога. Види та функції професійної діяльності психолога. Поняття про психологічну просвіту, профілактику, психодіагностику, психологічне консультування, психокорекцію, психотерапію та реабілітацію. Базові методи діяльності психолога.

Лекція 3. Нормативно-правові засади професійної діяльності психолога (2 год.)

Особливості діяльності психолога, що вимагають дотримання специфічних етичних правил поведінки у процесі виконання службових обов'язків. Міжнародні та регіональні документи про права людини як узагальнені моральні норми співіснування людства. Етичні принципи професійної діяльності психологів. Рівні етичних регуляторів діяльності психолога. Аксіологічні принципи професійної діяльності психолога.

Семінарське заняття 1. Мотивація вибору професії психолога.

Семінарське заняття 2. Переваги та ризики професії психолога.

Семінарське заняття 3. Стереотипи та міфи щодо психології та психолога.

Семінарське заняття 4. Принципи та правила роботи психолога.

Змістовий модуль 2. Професіоналізм особистості та діяльності психолога

Лекція 4-5. Кваліфікаційні характеристики та критерії професіоналізму психолога (2 год.)

Зміст професіограми та психограми психолога. Сутність провідних кваліфікаційних характеристик психолога. Компоненти професіоналізму діяльності та особистості психолога. Фахова компетентність як ядро професіоналізму діяльності психолога. Професійна придатність психолога та її критерії. Вимоги до особистості психолога. Чинники та умови формування фахової ідентичності психолога. Рівні професіоналізму психолога та їх характеристика.

Лекція 6. Зміст професійної діяльності психолога (2 год.)

Різновиди професійної діяльності вітчизняного психолога. Провідні функції та завдання сучасного бізнес-психолога. Особистісні якості та кваліфікаційні характеристики практичного та соціального психолога. Зміст професіоналізму особистості та діяльності психолога-консультанта.

Лекція 7. Професійне становлення та вдосконалення психолога (2 год.)

Поняття про професійне становлення особистості. Специфіка професійного становлення психолога. Стадії професійного становлення психолога. Роль фахового навчання у особистісно-професійному становленні психолога. Нормативні кризи професійного циклу психолога. Умови успішної фахової самореалізації психолога.

Семінарське заняття 5. Індивідуальний стиль роботи психолога.

Семінарське заняття 6. Консультування в роботі психолога.

Семінарське заняття 7. Роль психолога у реалізації ідей сталого розвитку суспільства.

Форми роботи на семінарських заняттях є досить різноманітними, залежать від теми, що розглядаються. Але на жодному семінарському занятті не відбувається «розповіді студента про почуте на лекції чи прочитане у рекомендованій літературі для самостійного опрацювання», всі заняття походять в інтерактивній формі, до сприяє глибокому засвоєнню знань про майбутню професію та сприяє адаптаційним процесам.

Для прикладу продемонструємо декілька завдань до семінарських занять з модуля «Вступ до спеціальності» [8]:

- Виконання рефлексивної вправи «Історія професійного самовизначення». Виконання практичного завдання спрямоване на розвиток умінь самоаналізу – Складіть казку чи есе, де проаналізуйте історію власного професійного самовизначення, вказавши на чинники (що) і суб'єкти (хто) впливу при виборі вами професії, опишіть формування професійних намірів і планів (швидко чи тривале, самостійне чи нав'язане, однозначне чи альтернативне) та успішність їх втілення.

- Виконання вправи «Аналіз професійного вибору». Виконання практичного завдання спрямоване на розвиток умінь самоаналізу – Кожна професія має як свої переваги, так і недоліки. Водночас кожна людина, зайнята професійною діяльністю, характеризується як сприятливими, так і несприятливими для неї якостями. Заповніть таблицю, яка допоможе вам краще усвідомити переваги та слабкі місця обраної вами професії психолога.

- Виконайте рефлексивну практику «Піраміда прагнень». Для цього впишіть у таблицю близько 15-ти своїх прагнень, пов'язаних з майбутньою професійною діяльністю. Приміром, це може бути матеріальна забезпеченість, нові друзі, побудова кар'єри тощо. Далі, спираючись на піраміду потреб, розроблену американським психологом А. Маслоу (опис дивитись у додаткових навчальних ресурсах), співвіднесіть ваші професійно орієнтовані прагнення з рівнями потреб. Наприклад, заробіток може забезпечити задоволення фізіологічних потреб, стабільність і безпеку, отримання і переробку інформації – це 1, 2 і 4 рівень. У таблиці напроти зафіксованих прагнень зазначте рівні потреб, які ці прагнення можуть

задовольнити. зробіть висновок щодо можливостей обраної професії психолога для задоволення ваших потреб і прагнень.

Для виконання самостійної роботи студентам пропонуються такі завдання [8]:

1) Спираючись на опрацьований теоретичний матеріал та самоаналіз, здійсніть анкетування за темою «Підгрунття професійного самовизначення» (зміст анкети - у доданому файлі); 2) Навести приклади виробничих завдань психолога відповідно до провідних напрямів прикладної психології – просвіти, профілактики, консультування, діагностики, корекції, реабілітації. Результати оформити у таблиці, послуговуючись зразком; 3) Створити герб особистості психолога, що включає такі компоненти: професійне кредо (девіз), професійні цінності (3 позиції), професійні прагнення (3 позиції), професійно значущі якості (5-7 позицій). Наприклад, девіз «Допомагаючи іншим, зростаю сама!», цінності – психологічна гармонія, прагнення – опанування нової діагностичної методики, якості – компетентність....; 4) Зобразити мапу власного професійного становлення, де глобальні цілі будуть позначені як пункти місцевості, куди хочеться потрапити. Також позначаються дороги до мети, перешкоди на шляху до неї, супутники тощо.

У модулі «Вступ до спеціальності» передбачено виконання двох модульних контрольних робіт, які мають на меті перевірку засвоєних знань студентів відповідно до тематики змістових модулів.

Важливим елементом викладання всіх модулів дисципліни «Університетські студії» є чітке встановлення дедлайнів виконання робіт та чітке оцінювання робіт студентів відповідно до встановлених критеріїв. Тож, на початку викладання кожного модуля студентів ознайомлюють зі змістом та структурою модуля, його тривалістю, визначають дедлайни та знайомлять студентів з критеріями оцінювання. Всю цю інформацію студент може знайти в електронному навчальному курсі до дисципліни, доступ до якого має кожен студент через свій корпоративний акаунт та персональний кабінет студента в Цифровому кампусі університету (<https://digital.kubg.edu.ua/>).

Важливо також при викладанні дисципліни «Університетські студії» ознайомлення студентів із загальною системою оцінювання. Оцінювання здобувачів вищої освіти відбувається відповідно до Уніфікованої системи оцінювання навчальних досягнень студентів Київського столичного університету імені Бориса Грінченка – накопичувальна бально-рейтингова система, що передбачає оцінювання студентів за всі види аудиторної та позааудиторної освітньої діяльності у вигляді проміжного, підсумкового (семестрового) контролю, а також атестації [9].

Оцінювання студентів з дисципліни «Університетські студії» здійснюється за формулою середньозваженої із застосуванням коефіцієнту до кожного модуля, оскільки дисципліна складається із трьох окремих модулів, які мають різний обсяг – Лідерство служіння 1 кредит ЄКТС, Я – студент 1 кредит ЄКТС, Вступ до спеціальності 2 кредити ЄКТС. Розрахунок рейтингової оцінки

студента має такий вигляд: Залік (комплексний) (100 балів) - Змістовий модуль «Лідерство служіння» max 112 балів ($112 \div 100 = 1,12$, $K = 1,12$); Змістовий модуль «Я – студент» max 77 балів ($77 \div 100 = 0,77$, $K = 0,77$); Змістовий модуль «Вступ до спеціальності» max 154 балів ($154 \div 100 = 1,54$, $K = 1,54$) [8].

Розрахунок оцінки за курс:

$$X = \frac{Q_1x_1 + Q_2x_2 + \dots + Q_nx_n}{Q_1 + Q_2 + \dots + Q_n}$$

де X - середньозважена оцінка, Q з індексом – загальний обсяг навчального часу, відведеного на вивчення навчальної дисципліни протягом семестру; X з індексом - семестрова оцінка (оцінка за змістовий модуль).

Наприклад, студент/студентка отримав/отримала такі оцінки за змістовими модулями: Лідерство служіння – 96 А, Я – студент – 92 А, Вступ до спеціальності – 86 В.

$$x = \frac{(96 \times 30) + (92 \times 30) + (86 \times 60)}{30 + 30 + 60} = \frac{2880 + 2760 + 5160}{120} = \frac{10800}{120} = 90A$$

Тобто за 100-бальною шкалою оцінка дорівнює 90 А.

Звісно, викладання дисципліни «Університетські студії» не є єдиним засобом адаптації студентів-першокурсників до навчання в закладі вищої освіти. В Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка широко розповсюджена кураторська підтримка, студентське наставництво, робота Соціально-психологічної служби, Центру підтримки студентів з інвалідністю, участь студентів в соціальному проєкті «З Києвом і для Києва» та багато іншого. Проте багаторічний досвід запровадження викладання такої дисципліни на початку навчання студентів-першокурсників є дуже ефективним у процесі їхньої адаптації до університетського навчання.

Висновки. Результати досліджень розвідок українських та зарубіжних вчених вказують на важливість та актуальність питання адаптації студентів-першокурсників до навчання в закладі вищої освіти. Разом із тим, вченими запропоновано багато різних практик, які можуть застосовуватись як засоби сприяння адаптації студентів до навчання в університеті.

Практика Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету упродовж багатьох років переконливо доводить про ефективність запровадження викладання дисципліни «Університетські студії» на початковому етапі навчання студентів в університеті. Важливо, що така дисципліна викладається в тренінговій та інтерактивній формі і має беззаперечний інтерес у студентів. Крім того, ця дисципліна дозволяє формувати групову взаємодію студентів у колективі, формувати уявлення про нові соціальні ролі студента, ознайомлювати студентів з особливостями організації освітнього

процесу у закладі вищої освіти, формувати з перших днів навчання в університеті знання про майбутню професійну діяльність за обраним фахом.

Література:

1. Атаманчук Н.М. (2020). Адаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти за допомогою психологічних арт-практик. *Проблеми мотивації особистості в сучасному освітньому просторі* : колективна монографія / наук. ред. Л.В. Герасименко, В.Ф. Моргун. Кременчук : Щербатих О.В. С.110-128.
2. Грекова А.В., Бурдіна Я.Ф., Грідіна І.Р., Ширикалова А.О. (2023). Вплив воєнного стану на адаптацію студентів першого курсу медичного університету. *Одеський медичний журнал*. 2 (183). С. 111-117. DOI 10.54229/2226-2008-2023-2-21.
3. Іванченко О.З., Мельнікова О.З., Мікасян Г.Р. (2021). Особливості адаптації студентів першого курсу в умовах змішаної форми навчання в період карантинних обмежень. *Медична освіта*. 4. С. 25-31. DOI: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2021.4.12515>.
4. Йопа Т.В., Остапов А.В. (2021). Адаптація студентів-першокурсників до умов навчання в закладах вищої освіти. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. № 2 (340), Ч. II. С. 16-27. DOI: 10.12958/2227-2844-2021-2(340)-2-16-27.
5. Кравченко О., Підвальна Ю., Гедзик А. (2024). Адаптація студентів першого курсу до навчання у закладі вищої освіти. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 1 (12). С. 253-267. DOI: 10.31499/2618-0715.1(12).2024.305359.
6. Непорада І.М. (2023). Адаптація до навчання студентів-першокурсників до дистанційного навчання в умовах воєнного стану. *Імідж сучасного педагога*. 1 (208). С. 39-44. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1\(208\)-39-44](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1(208)-39-44).
7. Новікова Ж.М. (2020). Превалювання емоцій у психологічній адаптації студентів першого курсу. *The 3d International scientific and practical conference "Man and Environment, Trends and Prospects"* (February 10-11, 2020). SH SCW "NEW ROUTE", Tokyo, Japan. С.209-213.
8. Павлюк Р.О., Столярчук О.А., Литвиненко О.О., Музиченко І.В. (2024). Університетські студії. Робоча програма навчальної дисципліни. URL: <https://rg.kubg.edu.ua/registry/grpd/2117>.
9. Положення про організацію освітнього процесу в Київському столичному університеті імені Бориса Грінченка. URL: https://kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/vdd/documenty_grinchenko_university/rozdil_10/Polozhennia_pro_orhanizatsiiu_osv_protseesu.pdf.
10. Тезікова С.В., Петрукович С.В., Таран О.М., Плотніков Є.О. (2024). Адаптація першокурсників до навчання в університеті: з досвіду викладання Вступу до спеціальності. *Психолого-педагогічні науки*. 4. С. 160-168. DOI: 10.31654/2663-4902-2024-PP-4-160-168.
11. Щербяк Ю., Патряк О. (2023). Адаптація першокурсників до нових умов освітнього середовища у закладах вищої освіти як соціально-педагогічна проблема. *Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗВНУ*, С. 85-98. DOI: <https://doi.org/10.54937/2023.9788056110096>.
12. Corti F., Llanes J., Dorio Alcaraz I., Freixa Niella M. (2023). Initial adaptation among university student: The case of the social sciences. *PLoS ONE*. 18 (11): e0294440. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294440/>
13. Els C. M. van Rooij, Ellen P. W. A. Jansen & Wim J. C. M. van de Grift. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *Eur J Psychol Educ* 33, 749–767. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>.
14. Eun-Mi Noh. (2024). The impact of stress and depression on the adaptation to college life of first-year health students. *Journal of Korean Academy of Dental Administration*. Vol. 12. Iss. 1. 1-7. DOI: <https://doi.org/10.22671/JKADA.2024.12.1.1>.

15. Hako, A. N., Shikongo, P. T., & Mbongo, E. N. (2023). Psychological Adjustment Challenges of First-Year Students: A Conceptual Review. In P. Aloka & K. Mukuna (Eds.), *Handbook of Research on Coping Mechanisms for First-Year Students Transitioning to Higher Education* (pp. 191-210). IGI Global Scientific Publishing. DOI: <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-6961-3.ch012>.
16. Klishevych, N., Pavliuk, R., Sulitskyi, V., Liakh, T. (2022). *Education in the Conditions of Pandemic and War: Ukrainian Students' Representative Opinions*. E-learning vol.14. E-learning in the Transformation of Education in Digital Society: monograph. STUDIO NOA for University of Silesia in Katowice, Poland, Katowice–Cieszyn.
17. Samašonok K., Šimkienė A., & Valentukevičiūtė R. (2025). Adaptation Of First-Year Students And Possibilities For Ensuring It. *Journal of Humanities and Social Sciences Studies*, 7(1), 29-42. DOI: <https://doi.org/10.32996/jhsss.2025.7.1.4>
18. Wang A., Chen L., Zhao B., Xu Y. (2006). First-Year Students' Psychological and Behavior Adaptation to College: The Role of Coping Strategies and Social Support. *US-China Education Review*. Vol. 3, No.5 (Serial No.18). 51-57. URL: [https://eric.ed.gov/?id=ED497417/](https://eric.ed.gov/?id=ED497417)

References:

1. Atamanchuk N.M. (2020). Adaptatsiia studentiv-pershokursnykiv do navchannia u zakladakh vyshchoi osvity za dopomohoiu psykholohichnykh art-praktyk [Adaptation of first-year students to studying in higher education institutions through psychological art practices]. *Problemy motyvatsii osobystosti v suchasnomu osvitnomu prostori : kolektyvna monohrafiia / nauk. red. L.V. Herasymenko, V.F. Morhun. Kremenchuk : Shcherbatykh O.V.* S.110-128.
2. Hrekova A.V., Burdina Ya.F., Hridina I.R., Shyrykalova A.O. (2023). Vplyv voiennoho stanu na adaptatsiiu studentiv pershoho kursu medychnoho universytetu [The impact of martial law on the adaptation of first-year medical university students]. *Odeskyi medychnyi zhurnal*. 2 (183). S. 111-117. DOI 10.54229/2226-2008-2023-2-21.
3. Ivanchenko O.Z., Melnikova O.Z., Mikaelian H.R. (2021). Osoblyvosti adaptatsii studentiv pershoho kursu v umovakh zmishanoi formy navchannia v period karantynnykh obmezhen [Peculiarities of adaptation of first-year students in blended learning during the period of quarantine restrictions]. *Medychna osvita*. 4. S. 25-31. DOI: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2021.4.12515>.
4. Iopa T.V., Ostapov A.V. (2021). Adaptatsiia studentiv-pershokursnykiv do umov navchannia v zakladakh vyshchoi osvity [Adaptation of first-year students to the conditions of study in higher education institutions]. *Visnyk LNU imeni Tarasa Shevchenka*. № 2 (340), Ch. II. S. 16-27. DOI: 10.12958/2227-2844-2021-2(340)-2-16-27.
5. Kravchenko O., Pidvalna Yu., Hedzyk A. (2024). Adaptatsiia studentiv pershoho kursu do navchannia u zakladi vyshchoi osvity [Adaptation of first-year students to studying at a higher education institution]. *Sotsialna robota ta sotsialna osvita*. 1 (12). S. 253-267. DOI: 10.31499/2618-0715.1(12).2024.305359.
6. Neporada I.M. (2023). Adaptatsiia do navchannia studentiv-pershokursnykiv do dystantsiinoho navchannia v umovakh voiennoho stanu [Adaptation to teaching first-year students to distance learning under martial law]. *Imidzh suchasnoho pedahoha*. 1 (208). S. 39-44. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1\(208\)-39-44](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-1(208)-39-44).
7. Novikova Zh.M. (2020). Prevaliuvannia emotsii u psykholohichnii adaptatsii studentiv pershoho kursu [The prevalence of emotions in the psychological adaptation of first-year students]. *The 3d International scientific and practical conference “Man and Environment, Trends and Prospects”* (February 10-11, 2020). SH SCW “NEW ROUTE”, Tokyo, Japan. S.209-213.
8. Pavliuk R.O., Stoliarchuk O.A., Lytvynenko O.O., Muzychenko I.V. (2024). Universytetski studii [University studios]. *Robocha prohrama navchalnoi dystsypliny*. URL: <https://rg.kubg.edu.ua/registry/rpnd/2117>.

9. Polozhennia pro orhanizatsiiu osvithnoho protsesu v Kyivskomu stolychnomu universyteti imeni Borysa Hrinchenka [Regulations on the organization of the educational process at Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University]. URL: https://kubg.edu.ua/images/stories/Departaments/vdd/documenty_grinchenko_university/rozdil_10/Polozhennia_pro_orhanizatsiiu_osv_protsesu.pdf.
10. Tezikova S.V., Petrukovych S.V., Taran O.M., Plotnikov Ye.O. (2024). Adaptatsiia pershokursnykiv do navchannia v universyteti: z dosvidu vykladannia Vstupu do spetsialnosti [Adaptation of first-year students to university studies: from the experience of teaching Introduction to the specialty]. *Psykhologo-pedahohichni nauky*. 4. S. 160-168. DOI: 10.31654/2663-4902-2024-PP-4-160-168.
11. Shcherbiak Yu., Patriak O. (2023). Adaptatsiia pershokursnykiv do novykh umov osvithnoho seredovyshcha u zakladykh vyshchoi osvity yak sotsialno-pedahohichna problema [Adaptation of first-year students to new conditions of the educational environment in higher education institutions as a socio-pedagogical problem]. *Naukovi proiekty sotsialno-humanitarnoho fakultetu ZUNU*, S. 85-98. DOI: <https://doi.org/10.54937/2023.9788056110096>.
12. Corti F., Llanes J., Dorio Alcaraz I., Freixa Niella M. (2023). Initial adaptation among university student: The case of the social sciences. *PLoS ONE*. 18 (11): e0294440. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294440/>
13. Els C. M. van Rooij, Ellen P. W. A. Jansen & Wim J. C. M. van de Grift. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *Eur J Psychol Educ* 33, 749–767. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>.
14. Eun-Mi Noh. (2024). The impact of stress and depression on the adaptation to college life of first-year health students. *Journal of Korean Academy of Dental Administration*. Vol. 12. Iss. 1. 1-7. DOI: <https://doi.org/10.22671/JKADA.2024.12.1.1>.
15. Hako, A. N., Shikongo, P. T., & Mbongo, E. N. (2023). Psychological Adjustment Challenges of First-Year Students: A Conceptual Review. In P. Aloka & K. Mukuna (Eds.), *Handbook of Research on Coping Mechanisms for First-Year Students Transitioning to Higher Education* (pp. 191-210). IGI Global Scientific Publishing. DOI: <https://doi.org/10.4018/978-1-6684-6961-3.ch012>.
16. Klishevych, N., Pavliuk, R., Sulitskyi, V., Liakh, T. (2022). *Education in the Conditions of Pandemic and War: Ukrainian Students' Representative Opinions*. E-learning vol.14. E-learning in the Transformation of Education in Digital Society: monograph. STUDIO NOA for University of Silesia in Katowice, Poland, Katowice–Cieszyn.
17. Samašonok K., Šimkienė A., & Valentukevičiūtė R. (2025). Adaptation Of First-Year Students And Possibilities For Ensuring It. *Journal of Humanities and Social Sciences Studies*, 7(1), 29-42. DOI: <https://doi.org/10.32996/jhss.2025.7.1.4>
18. Wang A., Chen L., Zhao B., Xu Y. (2006). First-Year Students' Psychological and Behavior Adaptation to College: The Role of Coping Strategies and Social Support. *US-China Education Review*. Vol. 3, No.5 (Serial No.18). 51-57. URL: <https://eric.ed.gov/?id=ED497417/>