

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М.П. ДРАГОМАНОВА

ШЕВЧЕНКО Світлана Віталіївна

УДК 159.922.72:378.091.8-044.332 (043.3)

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ
ПІДВИЩЕННЯ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ-
ПЕРШОКУРСНИКІВ В АДАПТАЦІЙНИЙ ПЕРІОД**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ-2015

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: дійсний член НАПН України,
доктор психологічних наук,
професор
БЕХ Іван Дмитрович,
Інститут проблем виховання НАПН України,
директор.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Чернобровкін Володимир Миколайович,
Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка,
завідувач кафедри психології;

кандидат психологічних наук, професор
Хомич Галина Олексіївна,
Державний вищий навчальний заклад
«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди,
професор кафедри психології.

Захист відбудеться «02» червня 2015 року о 14.00 год. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова,9.

З дисертацією можна ознайомитись в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова за адресою: 01601, м.Київ, вул. Пирогова,9.

Автореферат розісланий «28» квітня 2015 року

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради Л.В.Долинська

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. У сучасній Україні існує ситуація постійної трансформації освітньої системи, коли змінюються орієнтири вищої освіти. Поряд з підготовкою високваліфікованих фахівців, одним з провідних завдань вищої школи стає забезпечення умов для реалізації потенціалу студентів, надання їм підтримки для майбутньої самореалізації та збереження психічного здоров'я, починаючи з перших днів перебування у вузі. Система навчання у виші характеризується постійним зростанням обсягу наукової інформації, інтенсифікацією і комп'ютеризацією навчання, збільшенням завдань для самостійної роботи. Усе це вимагає від сучасних студентів високого рівня розвитку інтелектуальних здібностей і розумової працездатності, особистісних якостей та активної життєвої позиції. Особливого значення питання розумової працездатності набуває для першокурсників, адже у них відбувається ряд емоційно-когнітивних змін, що спричинені специфікою адаптаційного процесу, новизною студентського статусу, нормативним режимом навчання у вищому освітньому закладі. Ці зміни супроводжуються станом напруженості, зниженням психічних показників розумової працездатності студентів і, як наслідок, успішності та активності в навчанні. Відтак, особливу актуальність у практиці організації навчальної діяльності й виховної роботи у вищій школі набувають питання вивчення та підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період.

У зарубіжній психології П. Фейерезен, В. Шарлот приділяли увагу вивченню вікових змін показників розумової працездатності особистості, які спираються на фронтальну концепцію когнітивного старіння. Водночас, Ф. Демпстером доведено, що зміни розумової працездатності у людини пов'язані з функціонуванням фронтальних долей її мозку. Ж. Вінокур, М. Московіч сфокусували увагу на дослідженні функцій пам'яті й наочності у процесі вікових змін працездатності. С. Квонг, Е. Ріан проаналізували внесок механізмів звички, оперативної пам'яті та швидкості обробки інформації особистості у показники розумової працездатності на різних етапах онтогенезу. Г. Бартенверфер, В. Хакер і Д. Фрезер зазначили, що об'єктивна монотонність розумової діяльності найчастіше виникає в умовах, коли ця діяльність вимагає уваги та є недостатньо творчою та вмотивованою. На їх думку, моральна мотивація знижує ефект монотонності діяльності, тим самим підвищуючи загальну працездатність особистості.

Важливий напрям дослідження психофізіологічних аспектів працездатності особистості у психології був започаткований Є.П.Ільїним, Г.С. Костюком, В.І. Рождественською. Вихідним положенням цього напрямку було визначення розумової працездатності особистості як складного багатофакторного утворення, яке залежить від її мотиваційної сфери, умов праці та стану здоров'я, настрою й емоційного ставлення до здійснення розумової діяльності. Вітчизняні науковці розглядають цей феномен як можливість виконувати певний обсяг розумової інформації без зниження рівня функціонування організму (С.Н. Вадзюк, А.В. Магльований, О.О. Навакатикян), інтегральний показник, що визначається сукупністю психофізіологічних параметрів (О.В. Скрипченко, О.І. Іванова, Т.Б. Партико), потенційну можливість людини впродовж заданого часу і з визначеною інтенсивністю виконувати максимально можливий обсяг розумової роботи (П.М. Огієнко, К.К. Платонов). Вагомим внеском у психологію стало дослідження взаємозв'язку розумової та фізичної працездатності (Е.Г. Булич, Ю.Я. Садовська) та

впливу різних видів занять з фізичного виховання на окремі показники розумової працездатності (С.Г. Гудима, В.С. Гуменний).

Особливої значущості проблема розумової працездатності набуває в період адаптації першокурсників до навчання у вищій школі, який супроводжується постійним напруженням інтелектуальних, емоційних та вольових функцій (Н.Є. Бачеріков), виникненням труднощів адаптації (І.І. Бойко, В.І. Брудний, А.О. Реан, Г.О. Хомич) та емоційно-стресових ситуацій (В.А. Абабков, О.В. Гейник), що помітно знижує якість та продуктивність працездатності студентів (Л.К. Бусловська). Науковці наголошують, що для розумового розвитку і підвищення розумової працездатності студентів необхідні певні психологічні та педагогічні умови (І.Д. Бех, Н.Г. Єршова, І.М. Трахтенберг, В.М. Чернобровкін).

Поряд з тим, слід відзначити дефіцит досліджень, спеціально спрямованих на вивчення особливостей розумової працездатності студентів першого року навчання, не визначено психолого-педагогічні умови та техніки підвищення розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період. Це й зумовило вибір теми дисертаційної роботи **«Психолого-педагогічні умови підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період»**.

Зв'язок з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження входить до плану науково-дослідних робіт кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Тему дисертації затверджено Вченою радою НПУ імені М.П.Драгоманова (протокол №7 від 18 лютого 2010р.) та узгоджено Міжвідомчою радою НАПН з координації наукових досліджень у галузі педагогічних та психологічних наук в Україні (протокол № 9 від 21 грудня 2010р.).

Об'єктом дослідження є розумова працездатність студентів-першокурсників у період адаптації до вищого навчального закладу.

Предмет дослідження - психолого-педагогічні умови підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період.

Метадослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні й експериментальному дослідженні особливостей розумової працездатності та психолого-педагогічних умов її розвитку, розробці та впровадженні ефективної системи психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період.

Для досягнення мети дослідження визначено такі **завдання**:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми психолого-педагогічних умов підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період.

2. Обґрунтувати критерії та визначити рівні й показники розвитку розумової працездатності студентів-першокурсників.

3. Експериментально дослідити психологічні особливості основних складових розумової працездатності студентів першого року навчання та психолого-педагогічні умови її розвитку в адаптаційний період.

4. Обґрунтувати, розробити, апробувати та впровадити систему психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів-першокурсників у період адаптації до вищого навчального закладу.

Методи дослідження: *теоретичні* - теоретико-методологічний аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження, аналіз, систематизація та узагальнення отриманої інформації; *емпіричні* - спостереження, анкетування, психодіагностичне тестування, констатувальний та формувальний експерименти. На різних етапах дослідження був використаний комплекс психодіагностичних методик: з метою виявлення психологічних особливостей розумової працездатності студентів - «Оцінка вибірковості уваги» (авт. Г. Мюнстерберг, адапт. Т.І. Пашуковою, А.І. Допірою, Г.В. Д'яконовою), «Коректурна проба» (авт. Б.Бурдон, модиф. В.Я. Анфімовим), «Дослідження аналітичності мислення» (авт. А. Лачінза та Є. Лачінза, модиф. Т.І. Пашуковою, А.І. Допірою, Г.В. Д'яконовою), «Дослідження обсягу короткочасної пам'яті» (авт. Джекобсон, адапт. Т.І. Пашуковою, А.І. Допірою, Г.В. Д'яконовою), «Опитувальник ДОРС. Диференційована оцінка станів зниженою працездатності (втома-монотонія-пресичення-стрес)» (авт. Плас і Ріхтер, модиф. А.Б.Леоновою і С.Б. Величковською), опитувальник «Авотонормність-залежність особистості у навчальній діяльності» (авт. Г. Пригніна), аналіз даних академічної успішності студентів; для дослідження психолого-педагогічних умов розвитку розумової працездатності-«Багаторівневий особистісний опитувальникадаптивності» (авт. А.Г. Маклаков і С.В. Чермянін), «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд, модиф. Н.А. Чайкіною), «Опитувальник діагностики психофізіологічної дезадаптації» (авт. О.Н. Родіна), «Опитувальник адаптивності до стресу» (авт. В.І. Розов), «Мотивація навчання у ВНЗ» (авт. Т.І. Ільїна), «Соціально-психологічна самоатестація групи як колективу» (авт. С.Ю. Головей), «Опитувальник визначення рівня соціально-психологічного стресу» (авт. Л. Рідер, адапт. О.С. Копіною, Є.А. Суисловою, Є.В. Заїкіним), «Самооцінка психічних станів» (авт. Г. Айзенк, адапт. Є.П. Ільїним), «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (авт. С.Норман, Д.Ф. Ендлер, Д.А. Джеймс, М.І. Паркер, адапт. Т.А. Крюковою), анкета «Навчання у ВНЗ – яке воно?» (авт. С.В. Шевченко). *Математичні методи* обробки експериментальних даних – метод рангової кореляції Спірмена, G – критерій знаків.

Експериментальна база дослідження: Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького та Мелітопольський відокремлений підрозділ Запорізького інституту економіки та інформаційних технологій. До дослідження було залучено 285 студентів-першокурсників.

Наукова новизната теоретична значущість результатів дослідження полягають у тому, що:

- *вперше* теоретично та емпірично визначено психолого-педагогічні умови розвитку розумової працездатності студентів в адаптаційний період; виявлено взаємозв'язок розумової працездатності першокурсників з їх адаптивними здібностями; здійснено порівняльний аналіз показників розумової працездатності студентів без досвіду і з досвідом професійної підготовки; обґрунтовано компоненти (когнітивний, емоційний, особистісний, конативний), критерії (розвиненість пізнавальних процесів, емоційно-мотиваційна активність до інтелектуальних дій, суб'єктність, об'єктивність, врегульованість у здійсненні розумових дій, результативність виконання інтелектуальної діяльності), показники та рівні (високий, середній, низький) розумової працездатності; визначено психологічні (нервово-психічна стійкість, адаптивність, ціннісна мотивація до навчання та ін.) та педагогічні (культура розумової праці студентів, ієрархічне входження в

інтелектуальну діяльність, інноваційно-інтелектуальні техніки педагогічної діяльності тощо) умови розвитку зазначеного феномена; створено авторську психологічну модель підвищення розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період; розроблено та апробовано систему психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів у період адаптації до вищого навчального закладу;

- *доповнено та уточнено* зміст поняття «розумова працездатність», розширені уявлення про специфіку та структурні компоненти розумової працездатності студентів в адаптаційний період;

- *набули подальшого розвитку* знання про психолого-педагогічні умови розвитку розумової працездатності студентів.

Практична значущість одержаних результатів: визначений та апробований автором психодіагностичний комплекс може використовуватися викладачами вищої школи та працівниками психологічної служби для вивчення особливостей розумової працездатності першокурсників та психолого-педагогічних умов її розвитку; впроваджена система психолого-педагогічних заходів з підвищення розумової працездатності може бути реалізована у навчально-виховному процесі психологами, педагогами (кураторами) при організації роботи з першокурсниками у ВНЗ; теоретичні положення дисертації, розроблену програму тренінгу чи її окремі елементи доцільно включати до різноманітних психологічних курсів у вищих навчальних закладах.

Апробація та впровадження результатів дослідження. Основні теоретичні та практичні положення дисертаційного дослідження доповідалися та отримали схвалення на 10-и *Міжнародних* та 3-х *всеукраїнських* науково-практичних конференціях; звітних науково-практичних конференціях викладачів Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького (Мелітополь, 2009-2013), звітних науково-практичних конференціях викладачів і студентів НПУ імені М.П.Драгоманова (Київ, 2009-2013), засіданнях кафедри теоретичної та консультативної психології НПУ імені М.П.Драгоманова та кафедри практичної психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького.

Результати роботи *впровадженоу* навчально-виховний процес в роботі зі студентами першого року навчання Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (довідка №06/080 від 15.06.2011 та довідка №06/1285 від 16.05.2014), Мелітопольського відособленого підрозділу Запорізького інституту економіки та інформаційних технологій (довідка № 151/2 від 17.05.2011 та довідка № 151/3 від 17.05.2011), Миколаївського національного університету імені В.О.Сухомлинського Південнослов'янського навчально-наукового інституту (довідка №101 від 01.03.2013), використані Всеукраїнською молодіжною громадською організацією «Союз обдарованої молоді» (довідка № 7-21/1 від 01.03.2013).

Публікації. Результати дослідження висвітлено у 21 публікації автора, серед яких 8 статей - у вітчизняних фахових наукових виданнях, 1 стаття у зарубіжному фаховому виданні, 10 – матеріали конференцій, 1 у колективній монографії та у 1 методичному посібнику.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел

(276 найменувань, 30 - іноземними мовами) та 17 додатків. Основний зміст дисертації викладено на 218 сторінках і містить 19 таблиць та 6 рисунків на 12 сторінках. Загальний обсяг дисертації - 373 сторінки.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дисертаційного дослідження, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи, розкрито наукову новизну, теоретичну та практичну значущість роботи, наведені відомості щодо апробації та впровадження результатів дослідження, подані дані про обсяг та структуру роботи.

У **першому розділі** *“Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми розумової працездатності особистості в науці”* презентуються наукові підходи зарубіжних та вітчизняних учених стосовно вивчення проблеми розумової працездатності особистості, визначено специфіку цього феномена у першокурсників в адаптаційний період, проаналізовано основні дослідження вивчення психолого-педагогічних умов підвищення розумової працездатності студентів.

Вивчення проблеми розумової працездатності особистості було здійснено цілим рядом зарубіжних психологів. В межах когнітивного підходу Ж. Бужент, С. Віелард, проаналізувавши показники оперативної пам'яті під впливом емоційно негативної індукції, відзначили взаємозв'язок між розумовою працездатністю та емоційним станом особистості. Досліджуючи питання пояснювальних моделей емоційних вимірювань та операцій пам'яті, І. Корсон підкреслив, що негативне хвилювання або депресивний стан викликають дефіцит розумової діяльності. В. Естрела, К. Ледра встановили зв'язок між розумовими здібностями студентів та їх особистісними якостями. Представником диспозиційного підходу Г. Айзенком виявлена суттєва залежність змін розумової працездатності людини від її індивідуально-психологічних рис, особливо від рівня нейротизму. На думку Х. Вонг, на успішність студентів, яка обумовлена показниками їх розумової працездатності, впливає кваліфікація вчителя, який вміє вдало управляти навчальною та розумовою діяльністю студентів.

Дослідження генезису розумової працездатності особистості охоплюють широкий спектр таких проблем, як аналіз психофізіологічних механізмів і взаємозв'язків розумової і фізичної працездатності (В.М. Белов, Г.Д. Галайтатий, А.В. Магльований, Г.Б. Сафронова); активізація її засобами фізичного виховання (В.К. Бальсевич, Е.Г. Булич); визначення на підставі об'єктивних показників рівнів (М.С. Корольчук, В.А. Щербіна) та динаміки розумової працездатності, зокрема у статеві-віковому аспекті (Г.Б. Коробейніков) та залежно від виробничих факторів (В.О. Бузунов, В.М. Волков).

На думку вітчизняних дослідників, розумова працездатність визначається сукупністю різних психофізіологічних параметрів. Так, в межах концепції розумового розвитку учнів початкової школи, О.В. Скрипченком розумова працездатність особистості була визначена як властивість, яка характеризує її здатність виконувати розумову роботу та ґрунтується на психофізіологічних особливостях окремого організму, формується під впливом ендо - і екзогенних процесів на різних етапах вікового розвитку. О.В. Грицук стверджувала, що розумова працездатність залежить від швидкості розумової діяльності, переключення, розподілу, концентрації та стійкості уваги, а також загальної витривалості. Є.М. Морозова визначила, що основу працездатності складають спеціальні знання, вміння та навички; певні психофізіологічні особливості –

пам'ять, увага, мислення та ін.; фізіологічні та фізичні особливості; сукупність спеціальних якостей, що необхідні у конкретній діяльності.

Виділяючи вузлові моменти в загальному процесі розвитку розумової працездатності, ряд вчених (Ю.А. Аргентов, М.Я. Басов, І.Д. Бех, Г.А. Вартанян, М.І.Дьяченко, О.О.Навакатилян) наголошують, що розумова праця характеризується, перш за все, емоційною напруженістю. На думку О.П. Петрів, саме емоційні процеси регулюють розумову працездатність особистості, підтримують визначений рівень психічної активності. На пріоритет особистісного аспекту в розумовій працездатності вказували Н.В. Бордовська, І.А. Зимова, А.А. Новосьолова, виділяючи змістову і організаційну самостійність, відповідальність, терпимість, саморозвиток, позитивне ставлення до світу, як важливі показники розумової працездатності особистості. Н.Б. Березанська, Б.В. Зейгарник, І.І. Кожуховська, Ю.А.Самарін додали до цих якостей і критичність як вміння знаходити правильне рішення інтелектуальних завдань, контролювати та об'єктивно оцінювати їх результати. Натомість, О.Т. Кузнецова та В.О. Вітрук виявили, що у розумовій діяльності найбільш об'єктивними показниками працездатності є продуктивність виконаної роботи, тобто якісні й кількісні її показники. Згідно позиції В.Л.Марищук, працездатність особистості варто характеризувати за продуктивністю діяльності, яка виконується нею із заданою інтенсивністю, впродовж визначеного часу та на високому рівні надійності.

На основі узагальнення результатів наукових досліджень ми прийшли до розуміння терміну «розумова працездатність» як потенційної здатності особистості виконувати певний обсяг цілеспрямованої розумової діяльності, що ґрунтується на психофізіологічних особливостях організму та особистісних властивостях людини, а також на певному рівні результативності цієї діяльності, яка не призводить до перенапруження, перевтомлення та стресу.

Виходячи з такого визначення та узагальнення наукових досліджень щодо розгляду складових розумової працездатності, ми виділили її наступні структурні компоненти: 1) *когнітивний*, презентований психофізіологічними особливостями, відповідним потенціалом пізнавальних процесів; 2) *емоційний* - емоційними станами, що активізуються під впливом інтелектуальної діяльності; 3) *особистісний* - сукупністю особистісних якостей; 4) *конативний* як процес та результат виконання розумових дій.

Найбільших психофізіологічних випробувань зазнають адаптаційні ресурси студентів якраз у перші місяці навчання. Нам імпонує наукова позиція Л.В. Літвінової, згідно якої засвоєння нового способу життя першокурсників помітно знижує рівень їх пізнавальних, емоційно-вольових процесів та працездатність. Тому вектор нашого наукового дослідження важливо було спрямувати на вивчення *специфіки розумової працездатності першокурсників у контексті адаптаційного періоду*.

Систематизуючи існуючі наукові здобутки вчених, можна констатувати наступне. Першокурсники демонструють низький рівень розумової культури, недостатній розвиток умінь критично та логічно мислити (В. Бойченко), відсутність продуктивного стилю та опертя на репродуктивне мислення, зниження ефективності функціонування сенсорних систем, погіршення пам'яті, уваги (І.І. Бойко, В.Н. Білоус, О.Р. Малхазов). Науковці визначили значне нервово-емоційне напруження (О.І. Іванова, Л.М. Басанець, Г.О. Севрюкова, І.Б. Ушаков), виникнення

емоційних стресів (В.В. Лагерев, Т.І. Пашукова, І.М. Соколова) та стомлення як зниження працездатності (О.В. Грицук, Б.Г. Курилова, С.М. Плющ, С.С. Соловйов). У студентів констатовано відсутність самостійності, неготовність контролювати й оцінювати себе, керувати своєю пізнавальною діяльністю (О.Б. Каганов), слабку рефлексивність (О.Л. Венгер, Ю.М. Десятникова) та зниження інтелектуальної продуктивності (С.Н. Вадзюк).

Важливим для науковців є питання про шляхи активізації розумової працездатності особистості взагалі та студентів зокрема. Ними обґрунтовано різні психолого-педагогічні умови підвищення зазначеного феномена, прорангувавши які, ми виокремили наступні *психологічні умови*: саморегуляція власного психофізіологічного стану (В.В. Крижанівська), нервово-психічна стійкість (В.К. Волков, А.І. Ковальова, С.М. Рошман та ін.), конструктивна копінг-реакція студентів (С.Н. Вадзюк), прийняття себе та інших (Т.Б. Партико, Г.О. Хомич), адаптивність (В.В. Ємельянов, Г.А. Жаренкова, В.П. Кондратова), конструктивні комунікативні здібності (Н.Є. Бачеріков), емоційний комфорт (Л.К. Бусловська, Ю.М. Бушов, О.В. Овчиннікова та ін.), моральна нормативність (К.Г. Делікатний), нівелювання ескапізму, ціннісна мотивація до навчання (І.О. Карпукін, Н.П. Фетіскін тощо), а також сприятливий психологічний мікроклімат у групі (Т.В. Алексєєва, І.Д. Бех, В.М. Чернобровкін). Серед *педагогічних умов* нами визначено такі: культура розумової праці студентів (В.В. Бойченко, С.С. Зайцева), раціональна організація їх розумової діяльності (З.З. Аустерс, І.М. Семенов, С.Ю. Степанов), ієрархічне входження в інтелектуальну діяльність (А.С. Єгоров, В.П. Загрядський), рівномірність і ритмічність у виконанні мисленнєвих операцій та вправ, системність і плановість у вирішенні інтелектуальних завдань (І.М. Трахтенберг), свідоме ставлення першокурсників до інтелектуальної діяльності (М.Є. Введенський), активізація інноваційно-інтелектуальної педагогічної діяльності (І.М. Дичківська, Т.О. Шевчук), ефект новизни при організації мисленнєвої діяльності студентів (Н.Г. Валентинова, В.О. Лефтеров та ін.), засоби утримання смислових зв'язків (М.О. Шевчук), використання алгоритмів, евристик (І.Д. Бех) під час викладання складних логічних схем, доступність вимог до студентів з боку викладачів (Т.М. Куриленко), підтримання доброзичливих високоінтелектуальних взаємин студентів та викладачів (Г.О. Балл, І.Д. Бех), а також створення позитивної атмосфери у вищому навчальному закладі (Д.Ю. Мамаєв, М.Л. Смульсон).

У цілому теоретичний аналіз засвідчив, що у сучасній психологічній науці відсутні ґрунтовні емпіричні дослідження психологічних особливостей та психолого-педагогічних умов розвитку розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період, що й стало предметом нашого експериментального вивчення.

У **другому розділі** “Емпіричне дослідження психолого-педагогічних умов розвитку розумової працездатності студентів першого року навчання в адаптаційний період” сформульовано основні завдання дослідження; презентовано методи діагностики складових розумової працездатності першокурсників та психолого-педагогічних умов її розвитку в адаптаційний період; обґрунтовано критерії, рівні та якісні показники прояву розумової працездатності, здійснено порівняльний аналіз показників розумової працездатності студентів без досвіду та з досвідом професійної підготовки.

Емпіричне дослідження складалося з двох етапів, перший з яких спрямований на вивчення психологічних особливостей розумової працездатності студентів (за виділеними нами компонентами), другий - психолого-педагогічних умов її розвитку в період адаптації. На всіх етапах констатувального експерименту в дослідженні взяло участь 285 студентів-першокурсників.

За результатами дослідження *когнітивного компонента* розумової працездатності виявлені показники розвиненості пізнавальних процесів студентів. Встановлено, що у респондентів з *високим рівнем* вибіркової (29,47%) та стійкості (9,12%) уваги, аналітичності мислення (21,05%) та обсягу короткочасної пам'яті (11,93%) наявні вміння виокремлювати предмети за істотними властивостями, протягом тривалого часу зберігати високу інтенсивність уваги навіть за несприятливих умов, ефективно вирішувати мисленнєві завдання за допомогою логічних висновків, оперативно утримувати та відтворювати інтелектуальну інформацію. Досліджувані з *середнім рівнем* вибіркової (43,85%) та стійкості (52,63%) уваги, аналітичності мислення (61,05%) та короткочасної пам'яті (69,12%) здатні до відбору значущої інформації та ігнорування неістотної та побічної, спроможні протягом певного часу не відволікатися та не ослаблювати уваги, за умови значущості інтелектуальної діяльності вдаються до логічних висновків, запам'ятовують та відтворюють лише суттєву інформацію. Студентам з *низьким рівнем* вибіркової (26,68%) та стійкості (38,25%) уваги, аналітичності мислення (17,90%) та короткочасної пам'яті (18,95%) притаманні вміння виокремлювати предмети лише за несуттєвими ознаками, схильність до відволікання уваги яскравими предметами, вони мають труднощі у використанні логічних висновків при вирішенні інтелектуальних завдань, змотивовані запам'ятовувати та відтворювати незначну кількість інформації.

Якісний і кількісний аналіз вивчення *емоційного компонента* зазначеного феномена показав, що для першокурсників з *високим рівнем* втоми (3,51%), монотонії (12,98%) властиве виснаження, прагнення завершити інтелектуальну діяльність. У студентів з *помірним рівнем* втоми (84,91%), монотонії (68,07%), пресичення (71,93%) та стресу (77,89%) діагностовано незначне зниження витривалості, наявність помилок при виконанні інтелектуальних завдань у ситуаціях одноманітної роботи з частим повторенням стереотипних дій, схильність відчувати нудьгу, сонливість з домінуючою мотивацією до зміни діяльності, переживання стресу, що розвивається у відповідь на підвищення складності розумової діяльності. Досліджувані з *низьким рівнем* втоми (11,58%), монотонії (18,95%), пресичення (28,07%) та стресу (22,11%) іноді відчують незначне виснаження, при включеності навіть у одноманітну розумову діяльність здатні виконувати її без прагнення припинити.

За результатами діагностування особливостей *особистісного компонента* розумової працездатності студентів було встановлено *високий рівень* самостійності (75,09%), критичності (18,25%) та наполегливості (23,16%) при виконанні ними інтелектуальних завдань, що вказало на незалежність у визначенні цілей та завдань розумової діяльності, здатність об'єктивно оцінювати та завзято здійснювати її. Студенти з *середнім рівнем* розвитку самостійності (22,11%), критичності (70,53%) та наполегливості (69,47%) нову розумову діяльність виконують лише за підтримки, не завжди можуть оцінити свої інтелектуальні можливості, мають труднощі у подоланні перешкод при вирішенні інтелектуальних завдань. Досліджувані з *низьким рівнем* самостійності (2,80%), критичності (11,23%) та наполегливості (7,37%)

виконують розумову діяльність з оперттям на вказівки з боку викладача, долають труднощі при здійсненні розумових дій лише під його контролем, оцінюють власний інтелектуальний потенціал спираючись на думку оточуючих.

В ході аналізу результативності виконання інтелектуальної діяльності студентів (*конативний компонент*) було встановлено, що 4,95% респондентів показали *високий рівень*, виявляючи завершеність та особливі творчі здібності при її здійсненні. Студенти із *середнім рівнем* (56,89%) результативності не завжди до кінця здатні виконувати розумові дії, проявляючи продуктивне виконання інтелектуальних завдань. У першокурсників з *низьким рівнем* (38,16%) діагностовано незавершеність розумових дій, репродуктивне відтворення при виконанні інтелектуальної діяльності.

На основі теоретичного аналізу були обґрунтовані такі *критерії розумової працездатності* студентів-першокурсників: розвиненість пізнавальних процесів (Є.М. Морозова, В. Якунін); емоційно-мотиваційна активність до інтелектуальних дій (І.Д. Бех, О.П. Петрів, В.С. Ротенберг, П.В. Сімонов); суб'єктність (К.О. Абульханова-Славська, А.В. Брушлинський, В.І. Слободчиков, В.О. Татенко, В.М. Чернобровкін), об'єктивність (А.О. Авершин, Т.О. Копилова, О.В. Кочерга, Т.І. Хачумян, Я.В. Чаплак) та врегульованість (М.Я. Басов, В.А. Іванніков, Б.Ф. Ломов, В.І. Селіванов та ін.) у здійсненні розумових дій; результативність виконання інтелектуальної діяльності (В.О. Вітрук, В.В. Іванова, О.Т. Кузнєцова). За результатами емпіричного дослідження психологічних особливостей розумової працездатності студентів-першокурсників було визначено рівні розвитку зазначеного феномена: високий, середній та низький. За вказаними вище критеріями були визначені показники розумової працездатності студентів-першокурсників:

- **високий** – студенти вміють виокремлювати предмети за суттєвими ознаками, здатні узагальнювати їх та схематизувати, зберігають протягом тривалого часу високу інтенсивність уваги навіть за несприятливих умов діяльності, використовують логіку при аналізі та рішенні інтелектуальних завдань, демонструють оперативне утримання і відтворення інформації; втома має короткочасний і тимчасовий характер, змотивовані виконувати нецікаву розумову діяльність, не прагнуть її припинити, відсутні прояви стресу; самостійні у здійсненні розумових дій, критично оцінюють свою інтелектуальну діяльність, наполегливі у її виконанні; проявляють особливі творчі здібності при здійсненні розумових дій, володіють вмінням до кінця виконувати поставлені мисленнєві завдання.

- **середній** - студенти здатні виділити предмети як за суттєвими, так і несуттєвими ознаками, частково можуть узагальнювати та схематизувати їх, при змотивованості зберігають увагу на цікавому предметі, використовують логічні висновки за умов привабливості інтелектуальної діяльності, частіше запам'ятовують та відновлюють виразні особливості окремих предметів; мають незначне зниження витривалості, виконання інтелектуальної діяльності може супроводжуватися відчуттям нудьги та сонливості, схильні до неприйняття занадто і суб'єктивно нецікавої діяльності, у відповідь на підвищення її складності переживають стрес; нова розумова діяльність здійснюється за підтримки, не завжди можуть правильно та глибоко оцінити свої інтелектуальні можливості, мають труднощі у подоланні перешкод при здійсненні розумових дій; демонструють продуктивне виконання інтелектуальних завдань, частково завершуючи мисленнєві операції.

- **низький** - першокурсники виокремлюють предмети лише за несуттєвими ознаками, відволікаються та відвертають увагу на яскраві предмети, мають значні труднощі у побудові логічних висновків при рішенні інтелектуальних завдань, змотивовані на запам'ятовування та відтворення незначного обсягу інформації; знаходяться в стані виснаження внаслідок тривалого й інтенсивного впливу розумових навантажень, досить часто проявляють сонливість та нудьгу, виявляють домінуючу мотивацію на завершення інтелектуальної роботи та відпочинок, наявні негативні зміни в психічному та емоційному станах; виконують розумову діяльність, орієнтуючись на настанови оточуючих, оцінюють свої інтелектуальні можливості, покладаючись на їх думку та долають труднощі при здійсненні розумових дій під їх контролем; не завершують розумові дії, схильні лише до репродуктивного відтворення при виконанні інтелектуальної діяльності.

Враховуючи та узагальнюючи наукові позиції дослідників цієї проблеми та проаналізувавши результати власного емпіричного дослідження, ми прийшли до висновку, що **розумова працездатність студента-першокурсника** - це інтеграційна здатність його особистості виконувати цілеспрямовану інтелектуальну діяльність, що забезпечується розвиненістю пізнавальних процесів, емоційно-мотиваційною активністю, а також її суб'єктністю, об'єктивністю та врегульованістю у здійсненні розумових дій.

За результатами дослідження *психологічних умов розвитку розумової працездатності* першокурсників в адаптаційний період було виявлено, що у студентів спостерігаються *високий рівень* розвитку комунікативних здібностей (57,55%) і моральної нормативності (75,09%), оптимістичності (53,34%), впевненості в собі (72,28%) й здатності до соматичної регуляції (74,04%). Вони легко встановлюють контакти з оточуючими, відкриті для спілкування, реально оцінюють свою роль у взаєминах, орієнтуючись на дотримання загальноприйнятих норм поведінки, адекватно сприймають запропоновану їм нову соціальну роль та нові вимоги інтелектуально-освітнього середовища, у своїх оцінках стресової ситуації схильні підкреслювати позитивні аспекти. Студенти перших курсів із *середнім рівнем* соціально-психологічного стресу (50,18%), адаптивності (54,34%) до нього, дезадаптації (68,07%), тривожності (54,39%), фрустрації (66,32%), агресивності (65,61%) і ригідності (52,98%) час від часу відчують певний дискомфорт у ситуації нового освітнього середовища, демонструють готовність долати труднощі та деяке уникнення ситуацій, що порушують рівновагу, впевнені у правильності своїх дій лише за сприятливих умов, проявляють варіативність поведінки, застосовуючи у взаєминах старі стереотипи та психологічні техніки. Установлено, що у більшості студентів відсутня ціннісна мотивація навчання у вузі (45,26%), вони орієнтуються, в першу чергу, на отримання диплому та вищої освіти, формально засвоюючи знання. Респонденти з *низьким рівнем* адаптивних здібностей (51,23%) і нервово-психічної стійкості (58,95%) не володіють основними механізмами та способами успішного освоєння нового інтелектуально-освітнього середовища, не готові до впливу різного роду несприятливих факторів (зростання розумового навантаження та вимог щодо його опрацювання). У стресових ситуаціях вони схильні обирати копінг, що орієнтований на уникнення (56,14%), йдучи від рішення своїх проблем. Якісний та кількісний аналіз взаємин у групі показав, що студентами акцент робиться на важливості інформованості (28,07%) та

контактності(20,71%), поряд із низькими показниками за іншими видами стосунків, що характеризують групу як колектив.

Оцінюючи *педагогічні умови* розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період за 5-бальною шкалою, виявлено досить *сприятливі умови навчально-виховного процесу* (загальна атмосфера у вищому навчальному закладі (5 балів), доброзичливі високоінтелектуальні взаємини студентів та викладачів (4,5 бали), належні засоби утримання смислових зв'язків під час викладання складних логічних схем (4 бали), що вказує на позитивне сприйняття студентами нової навчальної ситуації та нової системи відносин, які забезпечують перехід на якісно новий рівень інтелектуального розвитку) *та організації розумової діяльності студентів* (ієрархічне входження в інтелектуальну діяльність (4,5 бали), дотримання першокурсниками рівномірності та ритмічності у виконанні мисленнєвих операцій та вправ(4 бали), що дозволяє їм опанувати систему навчання та простір вищої школи без зниження рівня їх розумової працездатності). Поряд з тим, визначено й ті сторони, що потребують цілеспрямованої роботи щодо *підвищення ефективності навчально-виховного процесу* (підтримання ефекту новизни при організації мисленнєвої діяльності, застосування інноваційних технік педагогічної діяльності (3,5 бали за кожен параметр), а також наявність доступних вимог до студентів з боку викладачів (3 бали), що свідчить про дефіцит методів залучення активної уваги першокурсників та активізації їх розумового потенціалу, суперечливість вимог до них) та *оптимізації розумової діяльності студентів* (сформованість навичок раціональної організації розумової діяльності, дотримуватися системності та плановості у вирішенні інтелектуальних завдань (3,5 бали за кожен параметр), сумлінне ставлення до інтелектуальної діяльності (3 бали), культура розумової праці (2,5 бали), що вказує на труднощі у самостійній, якісній організації та плануванні розумової діяльності, активному залученні до неї та володінні системою прийомів та методів її здійснення). Таким чином, результати експериментальної роботи засвідчили необхідність розробки та впровадження ефективної системи психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів. Це й стало завданням формувального експерименту.

У **третьому розділі** "*Система психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період*" обґрунтовано і презентовано систему психолого-педагогічних заходів з підвищення розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період; проаналізовано якісні та кількісні показники розумової працездатності та психолого-педагогічні умови її розвитку в студентів експериментальної та контрольної груп; розроблено методичні рекомендації психологам та викладачам вищої школи з підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників.

Підґрунтям для побудови психологічної моделі підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період став особистісно-орієнтований підхід, розроблений І.Д. Бехом. Основними принципами функціонування означеного підходу є наступні: принцип цілеспрямованого створення емоційно збагачених ситуацій; принцип особистісно розвивального спілкування; принцип використання співпереживання як психологічного механізму в розвитку особистості; принцип систематичного аналізу особистістю власних вчинків та вчинків оточуючих. Презентована модель чітко окреслює базові

психолого-педагогічні умови розвитку розумової працездатності першокурсників, створення яких відбувається через реалізацію системи психолого-педагогічних заходів з підвищення її рівня в адаптаційний період (рис.1).

Мета програми полягала в розробці та впровадженні системи психолого-педагогічних заходів, спрямованих на підвищення адаптаційного потенціалу та розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період. Досягнення поставленої мети передбачало реалізацію таких *завдань*: підвищення розумової працездатності студентів за її основними компонентами; актуалізація їх особистісного адаптаційного потенціалу; формування конструктивної поведінки першокурсника на підставі розвитку його особистісної стресостійкості; формування ефективних індивідуальних поведінкових стилів подолання стресу; підвищення мотивації навчання через актуалізацію життєвих планів; формування культури розумової праці; створення сприятливого психологічного мікроклімату в студентській групі через сприяння процесам внутрішньої інтеграції студентів.

Система психолого-педагогічних заходів з підвищення розумової працездатності студентів передбачає проведення комплексної роботи зі студентами та педколективом в декількох напрямках. Зокрема, для *корекційно-розвивальної роботи зі студентами*, спрямованої на підвищення розумової працездатності першокурсників, нами були реалізовані наступні заходи: актуалізація адаптаційного потенціалу та розумової працездатності першокурсників у процесі *соціально-психологічного тренінгу*(18 годин); проведення *кураторських годин* з проблем оптимізації розумової діяльності студентів, у ході яких першокурсники мали змогу отримати рекомендації з питань ефективної організації навчання та своєї розумової діяльності; *інтелектуальні ігри* (брейн-ринг, психологічний КВК), вправи, евристичні методи, що спрямовані на підвищення розумового потенціалу студентів; *пізнавальні відвідування та екскурсії* для студентів з метою ознайомлення їх з відомими відкриттями у галузі різних наук, що спрямовані на формування пізнавальної і мотиваційної активності першокурсників до інтелектуальної діяльності, свідомого ставлення їх до цієї діяльності; *зустрічі студентів з провідними вченими*, викладачами університету та спеціалістами з *аспектів розвитку інтелектуального потенціалу* людини; формування культури розумової праці студентів в процесі *діяльності наукових гуртків* при кафедрах університету, в ході яких студентам були презентовані основні прийоми, методи та способи ефективного здійснення розумової діяльності.

З метою впровадження високоефективних педагогічних впливів у навчально-виховний процес вищої школи з викладачами були реалізовані такі заходи: організовані психолого-педагогічні семінари з проблем розумового розвитку студентів та формування інноваційної діяльності педагога; впровадження інноваційно-інтелектуальних технологій (розробка проектів, застосування ділових ігор, диспути, «мозкові штурми», мультимедійні технології навчання) у навчально-виховний процес в ході спеціально організованих тематичних тижнів «Проектність в інноваційній діяльності», «Сучасна освіта та інноватика».

Розроблена нами програма заходів втілювалася в навчально-виховний процес МДПУ імені Богдана Хмельницького протягом навчального року. З метою виявлення ефективності розробленої програми, нами були сформовані дві групи – експериментальна, в якій взяли участь 30 студентів-першокурсників, та контрольна, яка включала 28 студентів першого року навчання.



Рис. 1. Психологічна модель підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період

Впроваджена система психолого-педагогічних заходів виявилась ефективною, оскільки у першокурсників експериментальної групи виявлено суттєві позитивні зміни (якісні та кількісні) показників розумової працездатності та психолого-педагогічних умов її розвитку.

Отримані результати дозволили зафіксувати тенденцію до підвищення *адаптивних здібностей* респондентів експериментальної групи (з 20,00% до 33,33%), нервово-психічної стійкості (з 33,37% до 43,37%), рівня їх *адаптивності* (з 43,33% до 63,33%). Студенти отримали навички пристосування до нового інтелектуально-освітнього середовища, стали більш оптимістично сприймати його, використовуючи основні адаптаційні механізми, зберігаючи свою цілісність. Проведена робота сприяла зниженню у першокурсників рівня психофізіологічної *деадаптації* (з 10,00% до 3,33%) та соціально-психологічного *стресу* (з 63,33% до 53,33%), вони стали більш адаптивні до змісту, умов вищої школи, набули навичок самостійності та особистісної стресостійкості у здійсненні розумової діяльності. Апробована програма вплинула й на формування у студентів ціннісної *мотивації навчання у вузі* (з 33,36% до 36,67%), орієнтації на придбання знань, виявлення допитливості та самостійності при виконанні інтелектуальних завдань. Збільшився відсоток досліджуваних (з 23,33% до 36,66%) експериментальної групи, які обирають *копінг, орієнтований на вирішення завдання*, орієнтуючись на раціональний аналіз проблеми, її конструктивне рішення. Після проведення роботи пріоритетними для студентів експериментальної групи стали *колективізм* (з 6,66% до 30,00%), *єдність думки* (з 10,00 до 23,34%) та *відповідальність* (з 13,33 до 16,67%), відмічається прагнення до сумісного вирішення питань, збереження та укріплення групи як цілого, цінність кожного її учасника.

За результатами роботи простежується позитивна динаміка змін *педагогічних умов*, пов'язаних з оптимізацією розумової діяльності студентів - формування *культури розумової праці* (з 2 до 4 балів), навичок *раціональної організації та планування розумової діяльності, свідомого ставлення до неї* (з 3 до 4 балів), ефективністю навчально-виховного процесу у вищій школі – *ефект новизни при організації мисленнєвої діяльності студентів* (з 3 до 4,5 балів) та *доступність вимог з боку викладачів* (з 3 до 4 балів). Студенти експериментальної групи відмічають, що стали більш свідомо ставитися до своєї інтелектуальної діяльності (через її мотивованість), набули навичок раціональної організації та планування своєї розумової діяльності, а головне – оволоділи основними прийомами та методами сприйняття та опрацювання навчального матеріалу, крім цього заняття стали інформативними, змістовними, із застосуванням інтерактивних технологій, а викладачі більш толерантними та доброзичливішими, їх вимоги більш зрозумілими та обґрунтованими.

Після проведення формувального експерименту за кількісними даними були виокремлені рівні розумової працездатності першокурсників (за основними компонентами), що відображено у табл.1.

Таблиця 1

Кількісні показники (%) рівнів розвитку розумової працездатності першокурсників експериментальної (n=30) та контрольної (n=28) груп до та після формувального експерименту

n=58

Рівні розумової працездатності	Когнітивний компонент				Емоційний компонент				Особистісний компонент			
	ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ	
	до екс.	після екс.	до екс.	після екс.	до екс.	після екс.	до екс.	після екс.	до екс.	після екс.	до екс.	після екс.
Високий	16,67 (5)	36,67 (11)	14,29 (4)	17,86 (5)	10,00 (3)	3,33 (1)	7,14 (2)	3,57 (1)	80,00 (24)	90,01 (27)	78,57 (22)	78,57 (22)
Середній	50,00 (15)	56,67 (17)	53,57 (15)	57,14 (16)	76,67 (23)	66,67 (20)	82,14 (23)	82,14 (23)	16,67 (5)	6,66 (2)	17,86 (5)	17,86 (5)
Низький	33,33 (10)	6,66 (2)	32,14 (9)	25,00 (7)	13,33 (4)	30,00 (9)	10,72 (3)	14,29 (4)	3,33 (1)	3,33 (1)	3,57 (1)	3,57 (1)

Як бачимо з табл.1., в експериментальній групі значно збільшився кількісний показник *високого рівня розумової працездатності* за когнітивним (з 16,67% до 36,67%) та особистісним (з 80,00 до 90,01%) рівнями, що свідчить про мобілізацію психічних процесів студентів, формування навичок успішного виконання інтелектуальних завдань, розвиток критичності, наполегливості та самостійності в оцінці своїх можливостей при здійсненні розумової діяльності. При скороченні кількості респондентів з *середнім рівнем* розумової працездатності за емоційним компонентом (з 76,67% до 66,67%) збільшились показники *низького рівня* (з 13,33% до 30,00%) за цим конструктом. Вони стали здатними виконувати мисленнєві справи та завдання без тривалих виснажень, значних помилок, у них спостерігається підвищення здатності до вольових зусиль, включеність в одноманітну розумову діяльність, сприймання її без прагнення припинити зі зниженням психоемоційного напруження при її здійсненні. Водночас збільшилась кількість першокурсників з *середнім рівнем* (з 54,83% до 64,51%) *результативності розумової діяльності* (когнітивний компонент), про що свідчать показники літньої заліко-екзаменаційної сесії. Вони проявили продуктивне виконання інтелектуальних завдань, вільно володіючи обсягом навчального матеріалу, узагальнюючи та систематизуючи його, що дозволяє їм успішно здійснювати навчання у вищій школі.

Враховуючи результати формувального експерименту, ми обґрунтували та запропонували психологам та викладачам вищої школи методичні рекомендації з підвищення розумової працездатності першокурсників. Основні завдання цих рекомендацій наступні: індивідуалізація інтелектуальних завдань з урахуванням потенційних можливостей студентів та їх психофізіологічних особливостей; використання алгоритмів, евристичних методів; підтримання доброзичливих високоінтелектуальних взаємин; впровадження сучасних інноваційно-інтелектуальних технологій у навчально-виховний процес вищої школи; постійний контроль при організації розумової діяльності першокурсників як фактор формування потреби в самовдосконаленні та подальшому розумовому розвитку; актуалізація адаптаційного потенціалу студентів; створення та підтримка сприятливого психологічного мікроклімату в академічних групах, вузі та ін.

Узагальнення результатів дисертаційного дослідження дало змогу сформулювати загальні **висновки**.

ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та експериментальне вивчення особливостей розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період та психолого-педагогічних умов її розвитку, обґрунтованокритерії, рівні та показники розвитку зазначеного феномена; розроблено та впроваджено систему психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів-першокурсників у період адаптації до вищого навчального закладу.

1. *Розумова працездатність* - потенційна здатність особистості виконувати певний обсяг цілеспрямованої розумової діяльності, що ґрунтується на психофізіологічних особливостях організму та особистісних властивостях людини, а також на певному рівні результативності цієї діяльності, яка не призводить до перенапруження, перевтомлення та стресу. Під *розумовою працездатністю студента-першокурсника* ми розуміємо інтеграційну здатність його особистості виконувати цілеспрямовану інтелектуальну діяльність, що забезпечується розвиненістю пізнавальних процесів, емоційно-мотиваційною активністю, а також її суб'єктністю, об'єктивністю та врегульованістю у здійсненні розумових дій.

Специфічними особливостями розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період виступають: низький рівень розумової культури, недостатній розвиток умінь критично та логічно мислити, відсутність продуктивного стилю та опертя на репродуктивне мислення, зниження ефективності функціонування сенсорних систем, погіршення пам'яті, уваги; значне нервово-емоційне напруження, виникнення емоційних стресів та стомлення як зниження працездатності; відсутність самостійності, неготовність контролювати й оцінювати себе, керувати своєю пізнавальною діяльністю, слабка рефлексивність та зниження інтелектуальної продуктивності.

2. Відповідно до сформульованого визначення розумової працездатності нами виділено когнітивний, емоційний, особистісний та конативний її структурні компоненти. Критеріями розвитку розумової працездатності студентів-першокурсників є: *розвиненість пізнавальних процесів; емоційно-мотиваційна активність до інтелектуальних дій; суб'єктність, об'єктивність та врегульованість у здійсненні розумових дій; результативність виконання інтелектуальної діяльності*. Розумова працездатність студентів-першокурсників в адаптаційний період характеризується високим, середнім та низьким рівнями. Більшість першокурсників мають *середній рівень* розвитку розумової працездатності, який характеризується тенденцією до зниження стабільності пізнавальних процесів студентів, незначними проявами втоми, монотонії, пресичення, стресу при вирішенні інтелектуальних завдань, елементарною самостійністю, усвідомленою критичністю та наполегливістю у здійсненні розумових дій, частково завершеними мисленнєвими операціями, продуктивним виконанням інтелектуальної діяльності.

3. Серед *психологічних умов* підвищення розумової працездатності особливого значення набувають такі: адаптивність, нервово-психічна стійкість, конструктивна копінг-реакція студентів, ціннісна мотивація до навчання та ін. До *педагогічних умов* можна віднести наступні: культура розумової праці студентів, ієрархічне входження в інтелектуальну діяльність, активізація інноваційно-інтелектуальної педагогічної діяльності, підтримання доброзичливих високоінтелектуальних взаємин студентів та викладачів та ін. Поряд з наявністю сприятливих *психологічних* (високий рівень комунікативних здібностей і моральної нормативності, оптимістичності,

впевненості в собі й здатності до соматичної регуляції, середній рівень дезадаптації, соціально-психологічного стресу та адаптивності до нього, середні показники рівня прояву таких психічних станів, як тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність) та *педагогічних умов* навчально-виховного процесу та організації розумової діяльності студентів, виявлені й ті умови, що потребують цілеспрямованої роботи зі студентами та педколективом. Студенти з досвідом професійної підготовки знаходяться у більш сприятливих психологічних умовах розвитку розумової працездатності за низкою параметрів (адаптивні, стійкі до впливу стресогенних факторів, мають ціннісну мотивацію до навчання у вузі, високі показники розумової працездатності та майже не стикаються з ситуаціями, що можуть викликати стресові стани та погіршити показники їх розумової працездатності). Розвиток розумової працездатності уможливорюється з підвищенням адаптивних здібностей студентів.

4. Ефективною щодо підвищення показників розумової працездатності студентів є психологічна модель, що базується на принципах особистісно-орієнтованого підходу, на засадах якого розроблено та впроваджено систему психолого-педагогічних заходів, яка передбачає створення відповідних психолого-педагогічних умов підвищення розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період та спрямована на актуалізацію їх особистісного адаптаційного потенціалу в інтелектуально-освітньому просторі, формування стресостійкості до зростання розумового навантаження, оптимізацію розумової діяльності через впровадження високоефективних педагогічних впливів у навчально-виховний процес вищої школи. Розроблено комплекс методичних рекомендацій психологам та викладачам вищої школи з підвищення рівня розумової працездатності студентів в адаптаційний період.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період. Перспективними, на нашу думку, є подальші дослідження факторів, що впливають на рівень розумової працездатності особистості за гендерною ознакою та соціально-демографічними характеристиками, а також вдосконалення системи заходів навчально-виховного процесу з підвищення розумової працездатності першокурсників.

Список опублікованих праць за темою дисертації

Вітчизняні фахові видання:

1. Харченко С.В. Теоретико-методологічні засади дослідження феномена стресу та працездатності /С.В. Харченко//Збірник наукових праць Інституту ім. Г.С. Костюка НАПН України /За ред. С.Д. Максименка.–Т XII, част.2. – Проблеми загальної та педагогічної психології. – К., 2010. – С. 358-366.

2. Шевченко С.В. Експериментальне дослідження особливостей розумової працездатності студентів-першокурсників в умовах адаптаційного процесу /С.В. Шевченко //Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія. – Вип.42. Частина II. Харків: ХНПУ, 2012. – С.204-212.

3. Шевченко С.В. Вивчення впливу психологічної підготовленості студентів-першокурсників до вузівських форм навчання на рівень їх розумової працездатності як основа подальшої консультативної роботи /С.В. Шевченко// Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – Вип. 10: збірник наукових праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – С.207-214.

4. Шевченко С.В. Тренінг підвищення адаптаційного потенціалу студентів та рівня їх розумової працездатності /С.В.Шевченко// Практична психологія та соціальна робота: науково-практичний та освітньо-методичний журнал. - Вип. № 11;12 (164;165). – Київ: Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2012. – С. 17-30 (С.26-29).

5. Шевченко С.В. Психолого-педагогические условия повышения умственной работоспособности студентов-первокурсников: теоретический обзор /С.В. Шевченко// Журнал практикующего психолога: сборник научных работ. - Выпуск № 20. - Киев: КНЛУ, 2013. – С. 79-91.

6. Шевченко С.В. Концептуальные аспекты изучения проблемы умственной работоспособности личности /С.В. Шевченко// Наука та освіта: науково-практичний журнал. – Выпуск № 6. – Одеса: Південний науковий Центр НАПН України, 2014. – С. 138-142.

7. Шевченко С.В. Аналіз психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період /С.В. Шевченко// Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014. – Том. Х. – Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 26. – С. 918-931.

8. Шевченко С.В. Система психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів-першокурсників /С.В. Шевченко// Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. - Выпуск 1. Том 1. – Херсон: ХДУ, 2014. – С.276-281.

Зарубіжне фахове видання:

9. Шевченко С.В. Научные позиции в определении критериев умственной работоспособности первокурсников /С.В. Шевченко// Научный журнал «Теория и практика общественного развития». Серия Психологические науки. - Выпуск № 13. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное учреждение науки. Институт социологии Российской академии наук. ООО Издательский дом «ХОРС», 2014. – С. 57-59.

Матеріали конференцій:

10. Харченко С.В. Збереження оптимальної працездатності студентів-першокурсників під впливом стресогенних факторів як актуальна проблема сучасної вищої школи /С.В. Харченко //Стрес та захист психологічного здоров'я в умовах сучасного суспільства: Збірник матеріалів I Міжнародного науково-практичного конгресу. – Миколаїв: Вид-во Південнослов'янського інституту КСУ, 2010. – С.146-150.

11. Харченко С.В. Особливості вивчення феномена стресу у контексті явища адаптації /С.В. Харченко// Нові виміри сучасного світу: Збірник матеріалів V Міжнародної наукової інтернет-конференції 23 листопада – 15 грудня 2010 р. – Мелітополь: МДПУ, 2010. – С. 92- 93.

12. Шевченко С.В. Работоспособность как интегральная характеристика адаптации первокурсников в условиях современной высшей школы /С.В.Шевченко // Материалы VI Международной научно-практической конференции «Становление современной науки – 2010». – Вип. 6. - Психология и социология. Политическая наука. - Прага: Издательский дом «Образование и наука», 2010. – С. 54-56.

13. Шевченко С.В. Теоретический анализ проблемы адаптации и работоспособности студентов в высшей школе в условиях трансформации образовательной системы /С.В. Шевченко// Материалы VIII Международной научно-практической конференции «Стратегические вопросы мировой науки -2012». - Выпуск 22. - Психология и социология. - Перемишль: Наука и студия, 2012. - С. 3-6.

14. Шевченко С.В. Динаміка розумової працездатності студентів в умовах сучасного освітнього простору /С.В. Шевченко // Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка.-Вип.1(10). - Мелітополь: МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2013. - С. 203-206.

15. Шевченко С.В. Аналіз педагогічних умов розвитку розумової працездатності студентів-першокурсників в період їх адаптації у вищій школі /С.В. Шевченко // Соціально-психологічні умови розвитку особистості у сучасному суспільстві: Збірник наукових праць студентів та аспірантів за матеріалами Міжнародної студентської науково-практичної конференції у рамках декади «Від Дня науки України до Дня слов'янської писемності і культури». - Миколаїв: МНУ, 2013. - С.4-6.

16. Шевченко С.В. Специфіка розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період /С.В. Шевченко// Материалы IX Международной научно-практической конференции «Эффективные инструменты современных наук - 2013». - Вып. 31. - Психология и социология. - Прага: Издательский дом «Образование и наука», 2013. - С.49-51.

17. Шевченко С.В. Визначення основних компонентів розумової працездатності студентів-першокурсників сучасного освітнього закладу /С.В. Шевченко// Zbiór raportów naukowych. „Nauka I Utworzenie XXI Stulecia: Teoria, Praktyka, Innowacje,.. (29.11.2013 - 30.11.2013) - Opole: Wydawca: Sp. z o.o. «Diamond trading tour», 2013. - С. 58-60.

18. Шевченко С.В. Психологічні особливості розумової діяльності студентів сучасної вищої школи /С.В. Шевченко// Психологія та педагогіка сучасності: проблеми та стан розвитку науки і практики в Україні. Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 25-26 липня 2014 року): - Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2014. - С. 28-32.

19. Шевченко С.В. Психологічні кореляти розумової працездатності студентів-першокурсників в період адаптації /С.В. Шевченко// Педагогічні та психологічні науки: виклики і сьогодення: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, Україна, 8 серпня 2014 року). - К.: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2014. - С.100-105.

Розділ монографії:

20. Шевченко С.В. Особливості адаптації та розумової працездатності першокурсників під впливом стресогенних факторів як актуальна проблема сучасної вищої школи /С.В. Шевченко// Людиномірність гармонізації культурно-освітнього простору особистості: методологія, експертиза та психолого-педагогічні рецепції: монографія: [за заг. ред. Т.С. Троїцької]/ Аносов І.П., Молодиченко В.В., Троїцька Т.С. - Мелітополь: Видавничий будинок ММД, 2012. - 378с. - С. 354-372.

Методичний посібник:

21. Шевченко С.В. Оптимізація процесу адаптації студентів-першокурсників та організація їх навчальної роботи як напрям діяльності викладача вищої школи /С.В. Шевченко// Метод. посібник. - Мелітополь: Видавництво МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2012. - 92с.

АНОТАЦІЇ

Шевченко С.В. Психолого-педагогічні умови підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2015.

Дисертація присвячена дослідженню психолого-педагогічних умов підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період. В роботі поданий аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження розумової працездатності особистості; визначено специфіку цього феномена у першокурсників в адаптаційний період. Експериментально досліджено особливості розумової працездатності студентів та психологічні (нервово-психічна стійкість, адаптивність, ціннісна мотивація до навчання та ін.) і педагогічні (культура розумової праці студентів, ієрархічне входження в інтелектуальну діяльність, інноваційно-інтелектуальні техніки педагогічної діяльності тощо) умови її розвитку в період адаптації. Визначено критерії, рівні (високий, середній, низький) та показники зазначеного феномена. Обґрунтовано, розроблено, апробовано та впроваджено систему психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів-першокурсників у період адаптації, доведено дієвість цієї програми, презентовано методичні рекомендації психологу та викладачам вищої школи з підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників.

Ключові слова: розумова працездатність, психолого-педагогічні умови, адаптаційний період, адаптаційні здібності, соціально-психологічний стрес, студентський вік, ціннісна мотивація до навчання, культура розумової праці.

Шевченко С.В. Психолого-педагогические условия повышения умственной работоспособности студентов-первокурсников в адаптационный период. - Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 - педагогическая и возрастная психология. - Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова. - Киев, 2015.

Диссертация посвящена исследованию психолого-педагогических условий повышения умственной работоспособности студентов-первокурсников в адаптационный период. В работе представлен теоретический анализ научных подходов по проблеме исследования умственной работоспособности личности и психолого-педагогических условий повышения ее уровня. Определены содержание и сущность понятий «умственная работоспособность» и «умственная работоспособность студента-первокурсника»; специфика этого феномена у первокурсников в адаптационный период.

В ходе экспериментального исследования выявлены специфические особенности умственной работоспособности студентов, психологические (нервно-психическая устойчивость, адаптивность, ценностная мотивация к обучению и др.) и педагогические (культура умственного труда студентов, иерархическое входения в интеллектуальную деятельность, инновационно-интеллектуальные техники педагогической деятельности и т.д.) условия ее развития в период адаптации. Определены и основные критерии (развитость познавательных процессов, эмоционально-мотивационная активность в выполнении интеллектуальной деятельности, субъектность, объективность, урегулированность в осуществлении

умственных действий; результативность выполнения умственной работы), показатели и уровни (высокий, средний, низкий) указанного феномена.

Обоснована, разработана, апробирована и внедрена система психолого-педагогических мероприятий по повышению уровня умственной работоспособности студентов-первокурсников в период адаптации, которая включает в себя комплексную работу со студентами первых курсов и с педколлективом. Доказана действенность этой программы, а также разработаны методические рекомендации психологу и преподавателям высшей школы по повышению умственной работоспособности студентов-первокурсников.

Ключевые слова: умственная работоспособность, психолого-педагогические условия, адаптационный период, адаптационные способности, социально-психологический стресс, студенческий возраст, ценностная мотивация к обучению, культура умственного труда.

Shevchenko S.V. Psychological and pedagogical background of increase of first-year students' intellectual performance in adaptation period.— Manuscript.

Thesis of Candidate of Psychological Science with specialization in 19.00.07 – pedagogical and age psychology.- M.P. Drahomanov National Pedagogical University, Kyiv, 2015.

The thesis researches psychological and pedagogical background of increase of first-year students' intellectual performance in adaptation period. It provides the analysis of psychological and pedagogical literary sources on the problem of intellectual performance research as well as the specificity of the phenomenon manifestation with first-year students in adaptation period. Specificity of intellectual performance of students and psychological (neuropsychic endurance, adaptiveness, axiological motivation for training, etc.) and pedagogical (culture of students' intellectual activity, hierarchical inclusion into intellectual performance, innovative intellectual techniques of pedagogical activity, etc.) conditions of its development in the adaptation period have been researched. Criteria, levels (high, intermediate and low) as well as the indicators of the above mentioned phenomenon have been determined. The system of psychological and pedagogical activities, aimed at increasing the level of intellectual performance of the first year students in the period of adaptation, have been substantiated, developed, tested and implemented, the efficiency of the system has been proved, methodological recommendations for psychologists and teachers of higher educational establishments to increase the first-year students' intellectual performance have been introduced.

Key words: intellectual performance, psychological and pedagogical background, adaptation period, adaptation abilities, social and psychological stress, student age, value motivation for training, culture of intellectual activity.