

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

***ШПАКОВ Олексій, здобувач вищої освіти
спеціальність 162 Біотехнологія та біоінженерія
Миколаївський національний аграрний університет***

Анотація: розглянуті негативні психологічні стани, що виникають під час екстреного та змушеного дистанційного навчання.

Ключові слова: спілкування, адаптація, тривожність, комфорт, військові дії.

Специфіка дистанційного навчання в сучасній Україні полягає в тому, що воно відрізняється від класичного дистанційного навчання, при якому здобувач освіти свідомо та вільно обирає таку форму навчання. В умовах військових дій дистанційне навчання носить вимушений, екстрений характер.

Військовий стан наклав свій відбиток на психологічні труднощі, які виникають під час дистанційного навчання. Серед психологічних проблем, пов'язаних з війною, на перший план виходять такі: невпевненість у завтрашньому дні; сильна апатія; низький рівень стресостійкості, оскільки військовий стан створює ситуацію постійного тиску стресу та нервової напруги. Такі психологічні проблеми формують психологічні стани, в якому знаходяться студенти під час екстреного дистанційного навчання. Серед таких станів найбільш типовими є: фрустрація (переживання перешкоди у досягненні мети, що супроводжується досадою, розчаруванням, відчаєм); тривога (суб'єктивне почуття душевного хвилювання, заклопотаності); ажитація (відсутність думок, почуття порожнечі, втрата цілеспрямованості); стомлення (зниження працездатності); монотомія (зниження волі та уваги, сонливість, втома); апатія (байдужість, загальна млявість). Психологічний комфорт є одним з головних факторів успішного дистанційного навчання. Негативні психологічні стани роблять наявність такого комфорту проблематичним. Зниження особистого благополуччя, самопочуття, рівня задоволення життям приводить до зниження навчальної мотивації.

Екстрене дистанційне навчання призводить до деформації одного із базових факторів продуктивного освітнього процесу – можливостей успішної соціалізації. Здобувачі освіти позбавлені можливості живого спілкування з

викладачами, працівниками університету, одногрупниками, що порушує не тільки соціальну взаємодію, алей й вказує вплив на успішне навчання. Відсутність такого стимулу, як звичайний діалог або полілог негативно впливає на зацікавленість в навчанні.

Деякі здобувачі освіти в умовах дистанційного навчання опиралися в ситуації академічної прокрастинації, тобто в ситуації свідомого зволікання виконання поставлених навчальних завдань. Результатом є емоційне та фізіологічне виснаження, перевтома, нервові напруження, ігнорування вимог, що висуваються до освітньої діяльності [1].

Часткова або повна відсутність емпатії та знеособлення в процесі електронної комунікації – ще один фактор, що створює психологічні труднощі. Онлайн-спілкування позбавлене емоційної забарвленості, яку надає реальне спілкування, де задіяні разом з вербальними ще й невербальні засоби (жести, міміка). Сенсорна деградація спілкування також наносить психічну шкоду через знеособлення суб'єктів освітнього процесу. Для психологічного комфорту людині важливо повноцінне існування в суспільстві.

Сьогодні можна сказати, що адаптація студентів до дистанційного навчання, в цілому, відбулася. Ефективна адаптація студентів до дистанційного навчання характеризується позитивною стійкою успішністю, добрим самопочуттям, відносно низьким рівнем тривожності та психологічної напруженості, відчуттям суб'єктивного благополуччя. Показником недостатньої адаптації є погіршена увага, знижена функція пам'яті, утрудненість мовлення, заблокованість пізнавальних потреб негативними емоціями, тривожність під час відповідей на заняттях та при виконання заходів контролю [2].

Екстрене дистанційне навчання виконує низку позитивних соціально-психологічних функцій: створює відчуття нормальності; повертає оптимізм через доступ до освіти; допомагає подолати травматичний досвід через структуровану діяльність в освітньому просторі.

Література:

1. Гліченко О.О. Детермінанти академічної прокрастинації здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки.* № 2 (333). Ч.1. 2020. С. 78–83.

2. Березяк К. М., Васильєва О. А., Накорчевська О. П. Психологічні особливості адаптації студентів до навчання в умовах війни. *Перспективи та інновації науки. Серія : Педагогіка, Психологія, Медицина.* 2022, №10 (15). С. 401-410.

Abstract: negative psychological states arising during emergency and forced distance learning are considered.

Key words: communication, adaptation, anxiety, comfort, military operations.

*Науковій керівник – МІРОШКІНА Наталія,
канд. філос. наук, доцент кафедри економічної теорії та суспільних наук
Миколаївський національний аграрний університет
М. Миколаї.*