

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач випускової кафедри
_____ Ельвіра ЛУЗІК
« ____ » _____ 2022 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

ВИПУСКНИКА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «МАГІСТР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Психологічна готовність викладачів вищої школи до
дистанційної форми організації навчання»**

Виконавець: студентка групи 206 Мз Куца Людмила Володимирівна

Керівник: кандидат психол. наук, доцент Алпатова Олександра Валентинівна

Нормоконтролер: _____ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
_____ Ельвіра ЛУЗІК
«___» _____ 2022 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Куцої Людмили Володимирівни

1. Тема кваліфікаційної роботи «Психологічна готовність викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання» затверджена наказом ректора від «29» вересня 2022 р. №1745/ст.

2. Термін виконання роботи: з 05.09.2022 р. до 30.11.2022 р.

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до першого, другого та третього розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 71 сторінка, з них обсяг основного тексту 45 сторінки, список використаних джерел нараховує 57 позицій.

4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичні аспекти визначення психологічної готовності викладачів вищої школи за умов дистанційної форми організації навчання; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Експериментальне дослідження психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання; Висновки до другого розділу; Розділ 3. Програма формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційної форми організації навчання та перевірка її ефективності; Висновки до третього розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): 10 таблиць, 1 рисунок.

6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	22.08.2022	
2.	Формулювання мети, завдання досліджень. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	25.08.2022	
3.	Написання основної частини. Перше читання керівника	16.10.2022	
4.	Написання вступу, висновків. Уточнення плану кваліфікаційної роботи	22.10.2022	
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові	29.10.2022	
6.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	07-10.11.2022	
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	13.11.2022	
8.	Подання остаточного варіанта на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	15.11.2022	
9.	Захист роботи	28-29.11.2022	

7. Дата видачі завдання: «__» _____ 2022 р.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Олександра АЛПАТОВА

Завдання прийняв до виконання _____ Людмила КУЦА

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Психологічна готовність викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання»: 71 сторінка, 57 використаних джерел та літератури, 5 додатків.

Об'єкт дослідження – психологічна готовність викладачів до дистанційної форми навчання.

Предмет – особливості психологічної готовності викладачів вищої школи до організації навчання за дистанційною формою.

Мета теоретичне вивчення та емпіричне обґрунтування психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання.

У кваліфікаційній роботі розкрито проблему ефективного використання дистанційної форми навчання у закладах вищої освіти. Розкрито сутність поняття дистанційне навчання, дистанційні технології. Охарактеризовано психолого-педагогічні аспекти дистанційного навчання та його роль в оптимізації професійної підготовки майбутніх психологів у закладах вищої освіти.

Практичне значення роботи полягає в тому, щоб довести, що дистанційне навчання може приймати різні форми, характеризується поділом у просторі або в часі студента та викладача, інших студентів та навчальних матеріалів та взаємодією між студентом та викладачем, іншими студентами та навчальними матеріалами з використанням однієї або кількох технологій. Конкретизувати психологічні аспекти дистанційного навчання з метою оптимізації процесу підготовки майбутніх психологів у вищій школі.

ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ, ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ,
ПРАКТИЧНИЙ ПСИХОЛОГ, ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА,
ДИСТАНЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС, ПСИХОЛОГІЧНА
ГОТОВНІСТЬ.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
1.ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНІСТЬ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ.....	10
1.1. Психолого-методологічні засади педагогіки вищої школи	10
1.2. Специфіка психологічних механізмів дистанційного навчання	13
1.3. Формування психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання	19
Висновки до першого розділу.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ ДО УМОВ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ.....	25
2.1. Організація дослідження та опис методик з проблеми психологічної готовності викладачів вищої школи.....	25
2.2. Діагностика психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання	29
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів проведення дослідження.	36
Висновки до другого розділу	38
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ ДО УМОВ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ ТА ПЕРЕВІРКА ЇЇ ЕФЕКТИВНОСТІ	40
3.1. Рекомендації щодо організації програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання.	40
3.2. Аналіз ефективності програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання.....	44
Висновки до третього до розділу.....	46
ВИСНОВОК.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50
ДОДАТКИ.....	56

ВСТУП

Актуальність теми. Однією з актуальних проблем вищої школи є психологічне обґрунтування організації індивідуального навчання в телекомунікаційному комп'ютерному освітньому середовищі. В даний час практично відсутні дослідження, які б глибоко і всесторонньо розкривали психологічні умови організації дистанційної освіти (ДО). Саме поняття телекомунікаційного комп'ютерного освітнього середовища ще не одержало належного розгляду з психологічних позицій. Практика дистанційного навчання (ДН) показує, що пріоритетним можна вважати дослідження, пов'язані з психологією спілкування в мережах, діагностикою типологічних рис особистості, гуманістичною психологією (К.Роджерс, А.Маслоу, Дж.Брунер, Ш.Амоношвілі). Але дидактичні і методичні питання ДО не мають до теперішнього моменту належного психологічного обґрунтування. У роботі розібрано проблему ефективного використання дистанційної форми навчання у закладах вищої освіти. Розкрито сутність поняття дистанційне навчання, дистанційні технології. Охарактеризовано психолого-педагогічні аспекти дистанційного навчання та його роль в оптимізації професійної підготовки студентів у закладах вищої освіти.

Сьогодні найважливішими напрямками психологічних досліджень у області ДО та ДН є: 1) вивчення комплексу психологічних умов, необхідних для успішного навчання в системі ДО; 2) створення психологічної моделі того, хто “ефективного навчається” дистанційно та виділення його інтеграційних особових характеристик; 3) розробка методів дистанційної психологічної діагностики абітурієнтів, охочих навчатися в системі ДО; 4) обґрунтування методичних (програмних) засобів і форм навчання з погляду психологічних особливостей взаємодії структури “система ДН - студент”; 5) психологічний аналіз методичних засобів для ДН на предмет їх психологопедагогічної адекватності декларованим цілям і завданням; 6) створення методів і практичного психологічного інструментарію для вирішення проблеми ідентифікації особи для контрольного тестування в

мережі. В нашому дослідженні ми спробуємо піти іншим шляхом, досліджуючи психологічні особливості викладачів дистанційного навчання. Нашим основним завданням є дослідження психологічної готовності до участі в процесі ДН викладачів вищої школи.

Проведення психологічних досліджень дозволить полегшити перші кроки ЗВО по реалізації освітньої концепції "навчання на протязі усього життя", яка підтримується дистанційними освітніми технологіями. Запропоновані методичні підходи до визначення психологічної готовності викладачів в процесі дистанційного навчання може бути корисним для інших вітчизняних ЗВО.

Об'єкт дослідження – психологічна готовність викладачів до дистанційної форми навчання.

Предмет – особливості психологічної готовності викладачів вищої школи до організації навчання за дистанційною формою.

Мета теоретичне вивчення та емпіричне обґрунтування психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання.

Відповідно до мети дослідження мною були поставлені та послідовно розв'язані такі основні **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання.
2. Визначити методологічні засади емпіричного дослідження.
3. Розробити та впровадити програму формування психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання.
4. Здійснити аналіз ефективності впровадженої програми формування психологічної готовності до організації навчання в умовах дистанції.

5. Розробити рекомендації для викладачів вищої школи щодо формування та корекції психологічної готовності до організації навчання за дистанційною формою.

Для досягнення поставлених завдань в роботі були використані наступні **методи дослідження**:

1. *теоретичні*: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення теоретичних та експериментальних даних, матеріалів наукової літератури;

6. *емпіричні*: для визначення особливостей психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання були використані наступні психодіагностичні методики:

1. Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса;

2. Тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка;

3. Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда.

4. Опитувальник самоорганізації діяльності (Е. Ю. Мандрикова)

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що:

- *поглиблено уявлення* про наукові підходи до вивчення психологічної готовності викладачів вищої школи в онлайн-форматі;

- *розкрито* особливості психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційної форми організації навчання;

- *розроблено* програму формування психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання та *адаптовано* її до проведення в онлайн-форматі.

Практичне значення. Матеріали даної роботи можна використовувати для проведення тренінгових занять щодо підготовки викладачів вищої школи до умов дистанційної форми організації навчання. Також результати дослідження можуть застосовуватися викладачами ЗВО під час встановлення та налагодження контакту з першокурсниками та при підготовці до навчальних занять. Окрім того інформація подана в роботі може

використовуватися студентами ЗВО для підготовки до семінарських занять, до написання рефератів та курсових робіт з даної тематики.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 57 найменувань, додатків на 18 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 45 сторінках і містить 10 таблиць, 1 малюнок, на 15 сторінках. Загальний обсяг роботи – 76 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНІСТІ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ

1.1. Психолого-методологічні засади педагогіки вищої школи

Для сучасних умов вища школа це джерело забезпечення суспільства науковими співробітниками і фахівцями вищої кваліфікації, тому вона розглядається як найважливіша підсистема всієї системи суспільного арсеналу. Вона має унікальну роль у відтворенні й розвитку цивілізації, галузі науки, форм соціально економічних стосунків держави й суспільства. Вимоги до рівня професіоналізму кадрів постійно зростають, і це піднімає попит на необхідність створення системи безперервної освіти й зумовлює реформування системи вищої освіти, де особливої ваги набуває проблема підготовки висококваліфікованих педагогічних кадрів. Пристосуватися до вирішення цих задач –прямий обов'язок педагогіки вищої школи, яка вивчає принципи та закономірності навчального перебігу у вищому навчальному закладі, що має відповідати кінцевому результату педагогічної освіти підготовці фахівців вищої кваліфікації, які зможуть після здобуття відповідної освіти приєднатися до педагогічної діяльності, розв'язувати наукові завдання й надавати відповіді за результат. Сенс такої моделі вимірюється соціальною та професійною адаптацією її випускників. Це, в свою чергу, передбачає необхідність засвоєння майбутніми фахівцями новітніх навиків і знань у сфері педагогічної науки, ознайомлення із нинішніми інформаційними технологіями, потребує максимального розвитку активності та індивідуальності випускників.

Викладання вищої школи як освіта є низкою знань, навичок, аналізу, організації, опису, створення, проектування та прогнозування способів вдосконалення навчального процесу у ЗВО, а також пошуку ефективніших

викладацьких форм для розвитку і становлення особи щодо реалізації її трудової діяльності. Вона направлена з наукового погляду вирішувати питання та проблеми вищої освіти для кожної та конкретної спеціальності та розв'язувати питання засвоєння педагогами вищої школи знань з управління навчальним процесом. Як мистецтво педагогіка вищої школи потребує від викладача творчого підходу до діяльності, залучення в педагогічний процес певних форм, образів зі сфери мистецтва для вдалого вирішення професійних задач, досвіду роботи кращих викладачів вищої школи. Педагог теперішнього ЗВО – головна фігура усього освітнього процесу. Він має уміти вирішувати різні педагогічні питання, не лише управляти навчальним процесом, але й піднести його на якісно новий рівень, що потребує певних знань та особливих професійних якостей.

Педагогіка вищої школи це сфера освітньої науки, що вивчає педагогічні особливості і способи організації та здійснення навчального процесу, навчання, виховання, розвитку (саморозвитку) й професійної підготовки студентів до певного виду діяльності й соціального життя.

Невисокий рівень психологічної готовності частини педагогів вищої школи і керівництва ЗВО є з головних проблем вищої освіти в Україні та затримання розвитку та етапу її реформування. Автоматизація освіти вимагає від педагога вищої школи психологічної готовності як до особистості студента, так й до себе, що піднімає вимоги до психологічного забезпечення навчально-виховного процесу. Тому в підготовленні майбутніх викладачів до науково-педагогічної роботи у ЗВО появляється потреба у збільшенні психологічних знань та розвитку практичних вмінь та готовності педагога приміняти ці міри на практиці.

Психологія вищої школи – це комплекс психологічних знань про закономірності та механізми функціонування психіки студента як суб'єкта навчально-професійної діяльності, закономірності науково-педагогічної роботи педагога ЗВО та соціально-психологічні особливості взаємин, спілкування викладача й студентів. Предмет психології вищої школи –

особистість викладача та студента в їх педагогічній взаємодії; закономірності особистісного зростання студента як майбутнього фахівця та професійної самореалізації викладача як суб'єкта науково-педагогічної діяльності.

Методика викладання у вищій школі. Як я раніше згадувала, серед науково-навчальних дисциплін й всієї нинішньої бази підготовки спеціаліста з вищою освітою одне з головних місць займає психологія вищої школи, науковий склад якої становить важливу частину теоретичного та практичного матеріалу сучасного викладача ЗВО. Однак знання психологічних та загальновикладацьких методів вищої школи не зробить педагога професіоналом без методичних, технологічних знань, умінь та навичок викладання. Тому, головне завдання психолого-педагогічної підготовки викладача ЗВО полягає в становленні, розвитку методичних та технологічних складових його професіоналізму, готовності співпрацювати в нових реаліях дистанційного навчання. Ознайомлення зі специфікою викладання у вищій школі за допомогою дистанційних інструментів дозволяє отримати чітке уявлення про зміст викладацької праці й основні орієнтири її здійснення в нових умовах, з методичними засадами організації навчального процесу. Методика викладання ЗВО в рамках дистанційного навчання – галузь вищої школи, яка вивчає закономірності формування певного навчального предмета в системі вищої освіти. Оскільки загальні закономірності навчання (викладання) вивчаються дидактикою, то методику готовності викладача вищої школи в умовах дистанційного навчання як окремого навчального предмета правомірно розглядати як часткову дидактику. Насамперед умовою успішного засвоєння педагогом ЗВО методики викладання відповідної конкретної дисципліни (психологія, 45 математика, інформатика, теоретична механіка та ін.) в умовах дистанційного навчання є сформованість у нього узагальненого, системного бачення суті та процесу викладання навчальних предметів. В цьому плані готовність викладача будемо визначати як сукупність впорядкованих знань про принципи, зміст, методи та форми організації навчального процесу, які забезпечують розв'язання поставлених

задач викладання та навчання. «Готовність викладання у вищій школі» визначає методологічні засади «готовності викладання окремих предметів», вивчає закономірності дослідження «основ готовності викладання у вищій школі».

Дистанційне навчання відкриває нові можливості освіти і надає можливість практично реалізувати одне з провідних соціальних завдань – забезпечити рівні права для кожного студента в сучасному освітньому процесі. Сучасне дистанційне навчання в собі має поєднувати психолого-педагогічні, педагогічні, інформаційні та телекомунікаційні технології, відповідати рівню їх розробки та можливостям ефективної взаємодії у створенні віртуального навчального середовища. Але явний стан розвитку дистанційного навчання не тільки в Україні, але й в світі, не відповідає вимогам суспільства, а навчальні заклади, які його здійснюють потребують державної допомоги, координації зусиль та наукового забезпечення

Відсутні психологічні дослідження проектування систем дистанційного навчання з урахуванням чинників їх ефективності. Практичне засвоєння дистанційного навчання сильно випереджає відповідні наукові, зокрема психолого-педагогічні розробки, що не дозволяє повністю задіяти надзвичайно багатий його дидактичний потенціал. Розробка психологічних підходів в ефективності дистанційного навчання сприятиме вирішенню його провідного соціального завдання – створенню можливостей здобуття вищої освіти будь-якого рівня та якості й створенню умов до безперервного саморозвитку кожній людині незалежно від віку, статі, стану здоров'я і матеріального становища, індивідуально-психологічних особливостей тощо.

1.2. Специфіка психологічних механізмів дистанційного навчання

Протягом останніх трьох десятиріччів років, ми можемо спостерігати процес переходу від звичайного оффлайн навчання до навчання на базі комп'ютерних технологій (онлайн навчання). Це стало можливим здебільшого з розвитком Інтернету, що створило можливість пересилати велику кількість даних з одного кінця світу в інший, вільно вести дискусії з

іншими користувачами мережі в online режимі і розміщувати інформацію на Інтернет-сайтах, роблячи її доступною для всіх бажаючих, мати змогу знаходити будь яку інформацію по всьому світу. Сучасні інформаційні технології дають змогу підвищити та вдосконалити ефективність освітнього процесу та перевірити психологічну готовність викладачів ЗВО в умовах дистанційного навчання. Під час реформування освіти у вищих навчальних закладах прогресивно розробляється концепція дистанційної освіти, що передбачає розробку різноманітних технологій, у тому числі технології змішаного навчання. За концепцією розвитку дистанційної освіти в Україні дистанційна освіта – це повноцінна з очною форма навчання, вечірнього, заочною та екстернатом, що реалізується, в основному, за технологіями дистанційного навчання. В останні десятиліття швидко розвиваються науково-методичні основи дистанційного навчання. Проблемам з питань розвитку дистанційної освіти присвячені роботи багатьох зарубіжних науковців, таких як: Р. Деллінг, Г. Рамбле, Д.Кіган, М. Сімонсон, М. Мур, А. Кларк, М. Томпсон ін. та відповідно вітчизняними, такими як: О. Андреев, Г. Козлакова, І. Козубовська, В. Олійник, Є. Полат, А. Хуторський. Та незважаючи на велику кількість наукових досліджень сучасна дистанційна освіта в Україні нагадує традиційні форми заочного навчання, без застосування всіх можливостей принципово нових форм і методів навчання, а відповідно і психологічна готовність викладачів до кінця не сформована. На сьогодні не має одностайного рішення серед науковців, щодо визначення поняття «дистанційне навчання». Також деякі зарубіжні наукові відводять особливу роль телекомунікаціям в організації дистанційного навчання і визначають його як «теленавчання». Та все ж таки у науковому оточенні часто вживається термін «дистанційне навчання».

Дистанційне навчання – це сучасна технологія, що створюється на базі відкритого навчання, широко використовує комп'ютерні навчальні програми різного призначення та створює за допомогою сучасних телекомунікацій інформаційне освітнє середовище для постачання навчального матеріалу та

спілкування. Зміна форми навчання не може не впливати на психологічну готовність викладача та студента. Це нові можливості, новий формат спілкування, нове оцінювання, нова платформа комунікацій. Дистанційне навчання має низку переваг перед іншими формами навчання. Наприклад, практично не виходячи з дому чи не покидаючи свого робочого місця, можна підтримувати регулярний контакт з викладачем за допомогою телекомунікаційних технологій, у тому числі відеозв'язку, та одержувати повний навчальний матеріал, представлений в електронному вигляді. Певна за часом та обсягом частина усього процесу дистанційної освіти може здійснюватися за очною формою (складання іспитів, практичні, лабораторні роботи тощо). Високий професіоналізм, прагнення до співробітництва, психологічна готовність і високий рівень комунікації з колегами – це є основними ознаками дистанційного навчання.

Технології дистанційного навчання складаються з педагогічних та інформаційних технологій. Характерні риси дистанційного навчання розглянуто у **Додатку 1**.

Віртуальне навчання надає здобувачам вищої освіти доступ до нетрадиційних джерел інформації, підвищує ефективність самостійної роботи, дає абсолютно нові можливості для творчого самовираження, знаходження та закріплення різних професійних навичок, а викладачам ЗВО в свою чергу дозволяє реалізовувати абсолютно нові форми і методи навчання із застосування концептуального і математичного моделювання явищ і процесів, сформулювати правильний підхід до студента, заохочення його в навчальному процесі, контроль в саморозвитку. Розвиток дистанційного навчання буде продовжуватися і вдосконалюватися із розвитком інтернет-технологій і вдосконалення методів дистанційного навчання та набувати більш обширного значення.

Дистанційне навчання – це спосіб виразити психологічну готовність викладача ЗВО, це спосіб налагодити контакт зі студентом на відстані, з застосуванням загально прийнятих психолого-педагогічних методик. Серед

інших назв дистанційного навчання використовуються і такі, як «відкрита освіта», «електронна освіта», «віртуальне навчання» тощо. Такий спосіб отримання знань передбачає комфортну та зручну для кожного студента обстановку та можливість навчатися без відриву від роботи. На відмінно від заочного навчання, з яким часто порівнюють дистанційне навчання, остання передбачає не лише постійну самоосвіту та роботу з засвоєння знань, а і постійний контакт як з викладачем, так і з іншими студентами, в той час як заочна форма освіти передбачає спілкування з викладачем лише декілька разів на рік. Якщо проаналізувати **готовність до педагогічної праці**, В. А. Сластьонін стверджує, що вона включає також емоційну стійкість, що забезпечує витримку і само-витримку; професійно-педагогічне мислення, тобто таке мислення, яке дозволяє проникати в причинно-наслідкові зв'язки педагогічного процесу, аналізувати свою діяльність, відшукувати наукове пояснення успіхів і невдач, передбачити результати работ.

Н.В. Морзе зазначає інформаційну технологію як комплекс методів, засобів і прийомів, що використовуються людьми для конкретного складного процесу шляхом поділу його на систему послідовних взаємопов'язаних процедур і операцій, які виконуються більш або менш однозначно і мають на меті досягнення високої ефективності в пошуку, накопиченні, опрацюванні, зберіганні, поданні, передаванні даних за допомогою засобів обчислювальної техніки та зв'язку, а також засобів їх раціонального поєднання з процесами опрацювання даних без використання машин. Автоматизація процесу освіти та сучасних інформаційних технологій за умови повного їх використання та введення до освітнього процесу, в корінь міняють життя суспільства. В умовах дистанційного навчання використовуються віртуальні курси – інформаційні продукти, які є необхідними для навчання за окремими навчальними дисциплінами.

Це зумовлює створення та підтримку діяльності загального освітнього простору, який міг би охопити максимальне коло бажаючих отримати освіту та об'єднати не лише студентів та викладачів різних країн, стимулюючи

корисний процес обміну досвідом, та сприяв би поділу та обміну знань. Але важливий нюанс полягає в тому, що на відміну від зарубіжних країн, де дистанційна освіта стоїть поряд із класичною формою здобуття освіти, в нашій державі вона є лише однією з допоміжних форм. Хоча перелік її переваг, доведений дослідженнями, досить великий. Серед них можна виділити:

1. Актуальність, що надає використання сучасних засобів для здобуття інформації та можливостей Інтернету.

2. Значно більші обсяги інформації, яку можна здобувати в умовах дистанційного навчання у самі короткі терміни.

3. Зручність, за якої кожен студент має можливість обрати власний ритм та режим отримання знань у зручній для нього обстановці, що гарно вплине на процес навчання.

4. Індивідуалізація, що дає змогу кожному студенту узгодити навчання зі своїми потребами з викладачем.

5. Доступність, що надає економію часу та коштів за рахунок використання навчальних приміщень та представлення вільного доступу до навчальних матеріалів.

6. Гнучкість, яка надає можливість викладати матеріал відповідно до рівня підготовки та базових знань студентів, створюючи додаткові сайти з необхідною інформацією та сайти, на яких студенти можуть обмінюватися інформацією, відповідаючи на запитання один одного та навчатися, навчаючи інших.

7. Відсутність територіальних бар'єрів, за якої відпадає необхідність переїзду та проживання в інших країнах, а замість цього надається можливість спілкування з викладачами та студентами по всьому світу..

Звичайно, як і в кожній формі отримання знань, у віртуальній є і свої недоліки, але їх подолання стає можливим завдяки рокам практичного застосування цієї форми не лише як допоміжної та однієї з побічних, а як можливо рівної класичній формі здобуття освіти. Зважаючи на викладене

вище, ми можемо спрогнозувати певні тенденції розвитку дистанційного навчання, такі як збільшення кількості масових відкритих дистанційних курсів, розробка програм дистанційного навчання, об'єднання переваг дистанційного навчання із класичною формою освіти, моніторинг досягнень вищих навчальних закладів не лише в межах України, а й у всьому світі і подальше використання корисного досвіду.

Дослідження проблеми психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання набули великого розмаху на сьогодні. Досліджувались такі напрямки, як управління (проблема лідерства), між групові та інтергрупові стосунки (проблема комунікабельності-деструктивності), проблеми готовності людини до роботи в нових умовах, тощо. Можна розглянути декілька рівнів стану психічної готовності:

- Перший рівень – стан повної психічної готовності, при якому всі компоненти синдрому функціонують як єдина система, адекватно і надійно.

- Другий рівень – стан психічної готовності викладачів вищої школи, наближений до повної, при якому будь які з компонентів синдрому проявляються недостатньо.

- Третій рівень - стан неповної психічної готовності викладачів вищої школи, при якому відхилення в прояві компонентів синдрому більш значні.

Серед власне професійних якостей за можливе виділити ті, що мають, на мій погляд, універсальний характер: відповідальність, самоконтроль, самоорганізацію, тривожність, емоційна стійкість, схильність до ризику, тощо. Далі можна виділити певні властивості, які притаманні, в основному, представникам соціологічних професій (психологу, актору, педагогу, тощо). Можемо бачити, що "величезна кількість можливих сполучень, варіаційних рис, які виділяються, робить неможливим дослідження особистості і її індивідуального становлення поза упорядкуванням їх у багаторівневу структуру особистості професіонала".

1.3. Формування психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання

Дослідження основних особливостей становлення професійної готовності викладачів вищої школи не можливе без аналізу структури самої діяльності, урахування визначального впливу умов протікання професійної діяльності на зміст і структуру готовності спеціаліста до даного виду роботи.

В. О. Моляко зазначає, що "формування психологічної готовності до праці повинне бути спрямоване на професійний рівень діяльності як на певний орієнтир, еталон майбутньої роботи, тобто і сам процес допрофесійної підготовки, тим більше професійної, слід пов'язувати із виконанням не тільки навчальних завдань, а й обов'язково тих, що максимально наближені до реальних виробничих умов.

Особливим орієнтиром для психолого-педагогічних досліджень проблеми автоматизації навчального процесу в закладах вищого типу постало завдання реального впровадження в практику вузівської підготовки принципу особистісного підходу, способів стимуляції творчого потенціалу особистості викладача, формування здатності до самостійного оволодіння знаннями, самоконтролю, самоорганізації тощо.

Теоретичною засадою був обраний принцип діяльнісного підходу, оскільки, лише на базі принципу діяльності, з'являється можливість досліджувати активність не лише як інтелектуальний розвиток людини, але і розвиток її як особистості викладачів.

У відповідності з особистісно-орієнтованим підходом до задачі щодо професійної підготовки майбутніх спеціалістів цей процес розглядається О. П. Федик через призму вивчення:

- Особистісних характеристик викладача, його здібностей і якостей;
- Рівня домагань викладача, системи його ціннісних орієнтацій, мотивів, соціальних установок;

- Його міжособистісних стосунків у групі, з задачею визначення впливу самооцінки особистості в її професіональному становленні;
- Взаємозв'язку психологічної готовності викладача з його професійним становленням.

Якщо недостатньо підготовлений викладач опирається лише на знання предмета і методики викладання, то майстер, окрім того, при прийнятті рішення і засобу впливу використовує такі психологічні компоненти системи знань: диференційно-психологічний (особливості засвоєння навчального матеріалу конкретними учнями), соціально-психологічний (особливості роботи учня і класу в цілому) та аутопсихологічний (самооцінка своєї діяльності і власних рис).

У більшості випадках майстри здобувають значно вищого порівняно з недосвідченими викладачами, розвитку згаданих нами гностичних, проєктивних, конструктивних, комунікативних та організаційних здібностей. В поєднанні власних особистісних якостей з досконалою технікою реалізації викладацького процесу і є визначальними складовими успішності викладацької діяльності.

Професійне становлення викладача вищої школи є складним і досить тривалим процесом. Головною з умов забезпечення його ефективності є формування готовності до педагогічної діяльності. Оскільки процес оптимізації навчальної роботи студентів викладацького профілю до певної міри стримується фактом певних відмінностей за низкою здатностей, які суттєво зумовлюють перебіг і рівень досягнення викладачем належного рівня професійної готовності, виникає проблема в попередній оцінці відповідних потенцій майбутнього викладача ще на етапі його довузівського навчання.

До проблеми оцінювання та прогнозування професійної діяльності викладача вищої школи звертаються Б. М. Андрієвський, В. А. Богданов, О. О. Бодальов, І. П. Волков, Б. С. Гершунський, І. А. Жданов, Л. Л. Кондрашова, Г. В. Лазутіна, М. М. Обозов, Л. П. Овсянецька, Л. Е. Орбан, Є. І. Пронін, С. В. Приходнюк, Л. А. Регуш, Л. Г. Семушина, Є. С. Смирнова, А.

А. Ткаченко та ін. Накопичений досвід дозволяє, на думку окремих авторів, використати з цією метою ряд параметрів кількісного і якісного характеру.

Достатніми, що мають прогностичний зміст, що були визначені свого часу Н. В. Кузьміною в складі поняття викладацьких здібностей (конструктивні, комунікативні, гностичні та організаторські). А також ті, що відносяться до викладацької спрямованості (мотиви, інтереси, нахили), рівень загально-педагогічної підготовки (знання, вміння), а також стан конкретних результатів стосовно прогностичності прийомів, розроблених на базі принципів діагностування не наводиться, допускається, що така процедура може бути використана і в практиці вузівського навчання.

Зазначимо, що формування у викладачів вищої школи освіти управлінської культури розглядаємо як цілий процес, що реалізує поступове засвоєння завдань, принципів, форм і засобів управлінської культури, становлення позиції суб'єкту управлінської діяльності в умовах компетентнісного, особистісного і технологічно-творчого підходів. Як результат формування також виступає готовність викладачів вищої школи освіти управління, яка є чимось новим у структурі особистості, що відтворює теоретичну, психологічну і технологічну готовність і здатність здобувачів вищої освіти компетентно діяти у конкретних ситуаціях професійної діяльності, віддавати свої знання та вміння ефективного керувати освітнім процесом, виявляти аналітичне, критичне професійне мислення при вирішенні організаційних проблем, зокрема в умовах ДН.

Управлінська культура викладачів вищої школи освіти виражається через когнітивний, мотиваційно-оцінювальний і операційний компоненти.

Сформованість кожного з компонентів конкретизувався рядом показників.

Когнітивний компонент – розуміє основні поняття педагогічного менеджменту, сутність процесу організації та управління освітнім процесом у ДН, функції методи і принципи педагогічного менеджменту, принципи державної політики в галузі вищої освіти, законодавчі документи в області

вищої освіти, нормативні акти, що визначають стратегію розвитку і життєдіяльності системи вищої освіти; нові технології організації і управління освітнім процесом у ДН, стандарти вищої освіти, освітні програми (освітньо-професійна, освітньо-наукова). Операційний компонент - аналізує навчальні і реальні педагогічні ситуації, пов'язані з організацією і управлінням освітнім процесом у ДН; спостерігає, виявляє і оцінює основні результати організації і управління освітнім процесом у ДН; досліджує стандарти вищої освіти, освітні програми, розробляє критерії оцінювання якості освітніх програм та описувати порядок проведення їх акредитації, аналізує структуру ДН як соціально педагогічної системи. Мотиваційно-оцінювальний компонент - може оцінити конфліктну ситуацію при взаєминах суб'єктів освітнього процесу, знайти вихід; бажає діяти відповідно до соціальних морально-етичних і правових норм; наявний рівень адекватної самооцінки власних дій.

Серед численних чинників існуючих недоліків у системі вузівської підготовки майбутніх студентів чи не головнішою, є проблема створення такої моделі особистості, яка відповідала б реаліям сьогодення, сучасним вимогам, що ставляться до навчання і виховання майбутнього спеціаліста. Стан розробки питання психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання в педагогічних вузах в багатьох дослідників викликає серйозне занепокоєння. "Конвеєрне навчання, з орієнтацією на середнього студента, відтворює, на думку вузівських психологів, особистість учителя, який не в змозі вирішувати нестандартні педагогічні завдання розвитку особистості". Сучасні вимоги до якості підготовки викладача вищої школи знайшли відображення в змістові і формах організації навчально-виховного процесу студентів, зокрема, в побудові курсів, спрямованих на формування у студента професійної підготовки.

Внаслідок дистанційних змін, що позначилися в моделях навчання і підготовки майбутніх спеціалістів, відбуваються суттєві зміни в цінностях,

формах, методах освіти, її провідними цінностями стають : гуманізм взаємовідносин, свобода само-прояву, культивування індивідуальності, творчий самовияв.

Досить активно розвиваються емоційно-комунікативні способи інтенсивно-ігрового навчання, що забезпечують "корекційний, психорозвиваючий ефект розкриття, культивування і реалізацію особистісно-творчого потенціалу студента в певному соціально-творчому мікросередовищі, в якому доцільно врахувати такі умови: створення атмосфери поваги серед учасників взаємодії викладачем та студентом; використання досвіду і знань учасників взаємодії; формування творчого, практично орієнтованого мислення; урахування рівня готовності до навчання, готовності викладача до викладання, активності і самостійності; забезпечення співпраці, співучасті, спів-розуміння педагогів і студентів".

Висновки до першого розділу

У результаті дослідження здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання. Визнчено, що використання інформаційно-комп'ютерних технологій відкриває для сучасного викладача нові можливості. Сучасні студенти – це молоде покоління людей інформаційного суспільства та комп'ютерних технологій, а тому забезпечити їх вмотивованість на заняттях , індивідуальний підхід, що враховує інтереси студентів, свідоме застосування здобутих знань та навичок можливе за умови використання Інтернет-технологій та психологічної готовності викладача вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання.

В умовах дистанційного навчання процес засвоєння навчального матеріалу складніший, породжений необхідністю спільної діяльності, сприйняття та розуміння інших у віртуальному просторі. Взаємодія між викладачем вищої школи та студентами в дистанційному навчанні

відбувається в межах штучно створеного комунікативного простору, тому вкрай важливим бути психологічно готовим до стимулювання студентів до самостійної роботи, розгортання діалогу, який дозволяє студентам обґрунтовувати свої думки, забезпечення викладацького контролю на всіх етапах вивчення певної навчальної дисципліни. До того ж, дуже важливо використовувати таку перевагу дистанційного навчання як вибір власного, асинхронного алгоритму навчання під кожного студента індивідуально.

Науковці наголошують, що методи педагогічного контролю якості навчальної діяльності студентів допомагають оперативно та об'єктивно отримувати інформацію про якість навчального процесу. Надійність та психологічна готовність викладачів вищої школи забезпечується в разі дотримання індивідуального характеру контролю, регулярності його проведення, використання різноманітних форм контролю, усебічності та об'єктивності контролю відповідно до психолого-педагогічних особливостей студентів. Нині роль викладача – це роль тьютора, який психологічно готовий та покликаний допомогти студенту в його самостійній діяльності та провести педагогічний контроль з метою визначення прогалин у знаннях та визначення кінцевого рівня навчальних досягнень студента.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ ДО ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ

2.1. Організація дослідження та опис методик з проблеми психологічної готовності викладачів вищої школи

Однією з актуальних проблем вищої школи є психологічне обґрунтування організації індивідуального навчання в телекомунікаційному комп'ютерному освітньому середовищі. В наш час практично відсутні дослідження, які б глибоко і всесторонньо розкривали психологічні умови організації дистанційної освіти (ДО). Саме поняття телекомунікаційного комп'ютерного освітнього середовища ще не одержало належного розгляду з психологічних позицій. Практика дистанційного навчання (ДН) показує, що пріоритетним можна вважати дослідження, пов'язані з психологією спілкування в мережах, діагностикою типологічних рис особистості, гуманістичною психологією (К.Роджерс, А.Маслоу, Дж.Брунер, Ш.Амоношвілі). Але дидактичні і методичні питання ДО не мають до теперішнього моменту належного психологічного обґрунтування. Сьогодні найважливішими напрямками психологічних досліджень у області ДО та ДН є:

- 1) вивчення комплексу психологічних умов, необхідних для успішного навчання в системі ДО;
- 2) створення психологічної моделі того, хто “ефективного навчається” дистанційно та виділення його інтеграційних особових характеристик;
- 3) розробка методів дистанційної психологічної діагностики абітурієнтів, охочих навчатися в системі ДО;

4) обґрунтування методичних (програмних) засобів і форм навчання з погляду психологічних особливостей взаємодії структури “система ДН - студент”;

5) психологічний аналіз методичних засобів для ДН на предмет їх психологопедагогічної адекватності декларованим цілям і завданням;

6) створення методів і практичного психологічного інструментарію для вирішення проблеми ідентифікації особи для контрольного тестування в мережі. В нашому дослідженні ми спробуємо піти іншим шляхом, досліджуючи психологічні особливості викладачів дистанційного навчання.

Нашим основним завданням є дослідження психологічної готовності викладачів вищої школи до участі в процесі ДН студентів. На нашу думку, можна виділити такі основні риси, якими повинен володіти викладач в системі дистанційної освіти:

- володіння комп’ютерними технологіями;
- володіння сучасними педагогічними методами;
- психологічна готовність до дистанційної освіти:

- 1) комунікативноорганізаторські здібності;
- 2) високий рівень професійної мотивації;
- 3) толерантність, доброзичливість, відкритість, сприйняття себе та інших, схильність до ризику, творчості, інновацій;
- 4) низький рівень тривожності;
- 5) демократичний стиль взаємодії;
- 6) стиль поведінки в конфліктній ситуації – співпраця.

Нами було виділено основні гіпотези дослідження:

1. Викладачі, які є психологічно готові до дистанційної освіти є ефективними в дистанційному навчанні;
2. Викладачі, які є психологічно готові до дистанційної освіти є задоволеними процесом і результатом роботи;

Основними критеріями, за якими, на мою думку, можна визначати ефективність роботи викладача є:

- 1) успішне навчання студентів;
- 2) позитивна оцінка роботи викладача (зворотний зв'язок).
- 3) психологічний настрій націлений на роботу.

Задоволеність викладача вищої школи процесом і результатом роботи пропонуємо визначати за такими основними критеріями:

- Задоволення потреби у компетентності;
- Задоволення потреби у досягненнях;
- Реалізація демокритичного стилю поведінки;
- Реалізація принципів співпраці в конфліктних ситуаціях.

При дослідженні перед викладачами вищої школи були поставлені завдання здійснити оцінювання, за такими аспектами: компетентність; стиль взаємодії викладача зі студентами; стиль поведінки викладача в конфліктній ситуації;

Методичне забезпечення нашого психологічного дослідження передбачало використання таких методик:

1. Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса;
2. Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка;
3. Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда.
4. Опитувальник самоорганізації діяльності (Е. Ю. Мандрикова)

Дослідження було проведене у Волинському національному університеті імені Лесі Українки, де запровадження технологій ДН в навчальний процес здійснювалося за допомогою реалізації трьох проектів. Дослідження засвідчило також, що викладачі ВНУ ім..Л.Українки в процесі ДН реалізують свої потреби в оригінальності, допитливості та уяві, але не реалізують свої потреби у творчому ставленні до професії (розходження між реальним та ідеальним станом) достатньою мірою через такі можливі причини як застарілі підходи до надання освітніх послуг, надмірну завантаженість, відсутність мотивації як у викладачів, так і студентів. Проведення психологічних досліджень дозволить полегшити перші кроки

ЗВО по реалізації освітньої концепції "навчання на протязі усього життя" (LLL), яка підтримується дистанційними освітніми технологіями. Запропоновані методичні підходи до визначення психологічної готовності викладачів в процесі дистанційного навчання може бути корисним для інших вітчизняних ЗВО.

Існують різні підходи до визначення поняття "готовність". Зокрема, у словнику із психології готовність визначається як "стан підготовленості, в якому організм налаштований на дію чи реакцію". Структура готовності до навчання містить ті ж компоненти, що і готовність до викладацької діяльності взагалі, однак має специфічні особливості, обумовлені характером діяльності у цих умовах. Досліджуючи стан готовності викладачів вищої школи, було розглянуто таку готовність, як окремий випадок (або частину готовності) до професійно-педагогічної діяльності. Відповідно до досліджень Л. Кравченко, В. Ягупова та ін., а також теорії С. Рубінштейна про особистість як єдність спонукального і виконавчого, поняття "готовність до педагогічної діяльності" визначено як складне особистісне утворення. Умовно в його структурі виокремлено три взаємопов'язані компоненти:

Мотиваційний – який виражає свідоме ставлення викладача до технологій навчання і їх ролі у розв'язанні актуальних проблем сучасного навчання, а також бажання майбутнього викладача використовувати у своїй пізнавальній діяльності сучасні педагогічні технології та методики;

Когнітивний – наявність викладача знань про суть і специфіку навчання, про можливості використання сучасних педагогічних технологій у діяльності, про методи роботи в сучасному педагогічному середовищі, а також певний рівень розвитку пізнавальних сил і практичної підготовки;

Операційний – сукупність систематизованих умінь і навичок для застосування педагогічних технологій, нових інформаційних технологій для забезпечення найбільшої ефективності своєї самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

Дослідження ґрунтувалося на теоретичних засадах структури феномена професійної готовності викладача вищого навчального закладу, що представлена системою взаємопов'язаних, взаємозалежних і взаємообумовлених компонентів – мотиваційного, змістово-процесуального та рефлексивного. Критерій розумівся як ознака, на підставі якої здійснюється оцінка, визначення або класифікація певного стану розвитку особистості та спеціально організованих навчання та виховання. Тобто критерій – це суттєва ознака, на підставі якої розрізняється рівень розвитку особистості магістра залежно від змісту педагогічного впливу. Процес формування психологічної готовності викладачів ЗВО розглядався як складна система, тому критеріями визначено як ті, що віддзеркалюють певний стан розвитку, так і ті, що діагностують результат педагогічного впливу на особистість. Критерій не може бути єдиним, бо не існує такої основи, яка б водночас охоплювала внутрішні й зовнішні прояви багатоструктурного утворення, яким є психологічна готовність до діяльності з її специфічними особливостями. Жоден із критеріїв не є валідним для виміру кількох явищ або елементів системи. Логічно було констатувати ступінь прояву тієї чи іншої критеріальної характеристики. Тому рівневі критеріальні характеристики компонентів охоплювали щонайменше дві сторони процесу формування готовності – розвиток якостей, знань, умінь, навичок, спрямованих на формування особистості майбутнього викладача як професіонала, і процесуально-дійову – якості, знання, уміння та навички педагога, спрямовані на забезпечення навчально-виховного процесу студентів.

2.2. Діагностика психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання

Метою діагностичного блоку було обґрунтування проблеми психолого-педагогічної корекції мотивації досягнення успіху у викладачів вищої школи

в умовах дистанційного навчання, що потребують соціалізації. В ході дослідження були підібрані методики для проведення експерименту з урахуванням вікових характеристик і теми дослідження. Діагностичний блок присвячений проведенню констатувального етапу дослідження проблеми психологічної готовності досягнення успіху у викладачів вищої школи в умовах дистанційної форми організації навчання. Для вивчення даної проблеми проведені такі методики: методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса, Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка; Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда, Особистісний опитувальник Р. Кеттела.

Дослідження проводилось на базі Волинського національного університету імені Лесі Українки. Дослідження складалося з констатувального та формульовального етапів. В опитуванні брали участь викладачі від 25 до 55 років. До експериментальної групи було відібрано 65 викладачів, з них 55 жінок та 10 чоловіків. Методи дослідження: теоретичні та емпіричні (методи збору первинної інформації, метод анкетування, статистичної обробки даних). Зокрема, до основного психодіагностичного інструментарію входили: методики діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса, Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка; Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда, Розподіл показників рівня самоорганізації діяльності за методикою Е. Ю. Мандрикова.

1) За методикою діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса), виявлено, що у викладачів висока мотивація до успіху (35 респондентів), що становить 54% від викладачів, які проходили методику. Результати зазначені у (табл. 2.1).

Якісний розподіл за рівнем мотивації до успіху наведено у табл. 1 відповідно до якого можна констатувати, що більше половини, а саме, 54% учасників методики мають надто високий рівень мотивації. Такі особистості мають високу жагу до складних завдань, котрі з'являються протягом життя,

та велике бажання до фізичних вправ або підтримування здорового способу життя. Останні результати методики за якою 15% середній рівень мотивації та 31% помірковано високий рівень, свідчать про здатність викладачів і їх бажання до покращення свого життя та можливість пристосування до нових умов, таких як дистанційне навчання або висока кількість завдань.

Таблиця 2.1

Розподіл респондентів у відсотковому співвідношенні за рівнем мотивації до успіху та відтворення результатів у відсотках.

Рівень мотивації	Відсоткове співвідношення
Низький	0%
Середній	15%
Помірковано високий	31%
Надто високий	54%

2) Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка.

Мета: визначення самооцінюючого рівня власних психічних станів.
Структура: тест містить 4 блоки по 10 запитань, та дозволяє визначити властивості особистості (тривожність, фрустрованість, агресивність, ригідність). Тест допомагає визначити неадаптивні стани (тривога, фрустрація, агресія), які є важливими елементами для визначення загальних адаптативних можливостей людини. Чим нижче рівень, тим нижче людина самооцінює психічні стани тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. (Додаток 3)

2) Для визначення рівня власних психічних станів було використано тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка

Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенка) дозволяє оцінити деякі неадаптивні стани (тривога, фрустрація, агресія) і властивості особистості

(тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність), які можуть негативно впливати на процес соціалізації юнаків та дівчат, спілкування і в результаті на формування самооцінки, тому потребують діагностики з метою їх своєчасної корекції. За цією методикою, **тривожність** – індивідуальна психічна особливість, що виявляється в схильності людини до частих і інтенсивних переживань стану тривоги, а також в низькому порозі його виникнення. Тут тривога виступає як переживання емоційного дискомфорту, що пов'язаний з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки.

Фрустрація інтерпретується як психічний стан, викликаний неуспіхом у задоволенні потреби, бажання.

Агресивність - не викликана об'єктивними обставинами неспровокована ворожість людини по відношенню до людей і навколишнього світу.

Ригідність - ускладненість (аж до повної нездатності) у зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно потребують її перебудови.

За результатами методики можемо зробити висновки, що самооцінка психічних станів у викладачів вищої школи знаходиться в переважній більшості в середньому рівні. Це може бути зумовлено тим фактом, що викладачі вищої школи частково ще недостатньо адаптувалися до нових умов навчальної взаємодії, що виявляється в їх схильності до переживань стану тривоги, емоційного дискомфорту, передчуття небезпеки та ворожості до людей.

Аналізуючи результати методики «Самооцінка психічних станів» за Айзенком, ми виявили, що у досліджуваних експериментальної групи переважає середній рівень тривожності – 54% (35 осіб) і лише у 26% (17 осіб) ми виявили високий рівень тривожності.

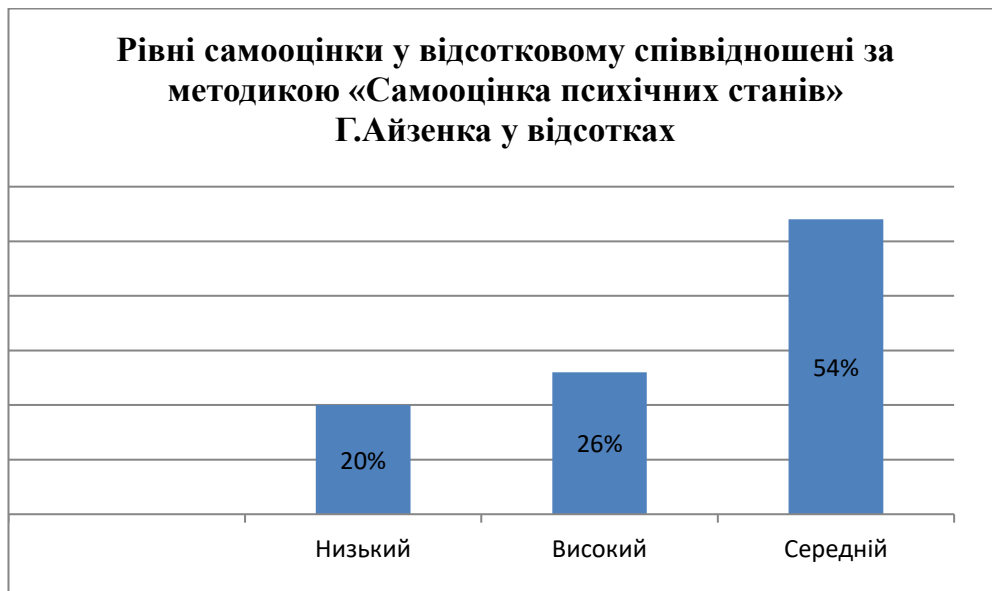


Рис. 2.1. Рівні самооцінки у відсотковому співвідношенні за методикою «Самооцінка психічних станів»

3) Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда.

Методи дослідження ефективності адаптації повинні давати можливість отримання кількісних показників критеріїв, реєстрації змін, що відбуваються в процесі адаптації по кожному з них, статистичного аналізу отриманих з їх допомогою результатів. З огляду на те, що в картині динаміки адаптаційного процесу все більшого значення набувають власне особистісні психологічні сили розвитку, такі як форма контролю, особливості самооцінювання, самоприяття себе та інших, прагнення до домінування, емоційний комфорт і ін., Виникає питання про надійну психологічну діагностику цих складових, які, крім того, доцільно розглядати в якості критеріїв оцінки ефективності адаптації.

Вирішити це завдання можна спробувати за допомогою методики діагностики соціально-психологічної адаптації, Запропонованого в 1954 р К. Роджерсом і Р. Даймондом. Методика апробована і стандартизована на різних вибірках учнів у школах і вузах. Шкала як вимірювальний інструмент виявила високу дифференцію здатність в діагностиці не тільки станів

адаптації і дезадаптації, але і особливостей уявлень про себе, їх перебудови в вікові критичні періоди розвитку і в критичних ситуаціях, які спонукають індивіда до переоцінки себе і своїх можливостей.

Для визначення рівня психологічної адаптації викладачів вищої школи до дистанційного навчання було використано методику дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда.

Таблиця 2.3

Розподіл показників балах рівня психологічної адаптації викладачів вищої школи «Дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда»

Критерії	Нижче норми	Норма	Вище норми	Середній бал
Адаптація	0	242	65	4,7
Самосприйняття	0	256	36	4,5
Прийняття інших	0	156	85	3,7
Емоційна комфортність	0	205	10	3,3
Інтернальність	0	195	0	3
Пагнення до домінування	12	103	141	3,9
Ескапізм	4	179	103	4,4

За результатами даної методики можемо зробити висновок, що майже всі показники психологічної адаптації викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання мають вищі показники за такими шкалами як «Адаптація» та «Самосприйняття». Це свідчить про те, що викладачі вищої школи схильні швидко звикнути до нових змін в оточенні, та готові до

вирішення будьяких проблем, що стосуються значущої для них діяльності. За іншими шкалами: «Ескапізм», «Прийняття інших», «Емоційна комфортність», «Інтернальність», «Прагнення до домінування» результати свідчать про те, що викладачі схильні швидко пристосуватися до нового формату навчального процесу; здатні до внутрішнього контролю себе та навколишнього середовища; вони реально оцінюють свої здібності й можливості, та не зважаючи на зміни, відчують себе впевнено та комфортно.

4) Опитувальник самоорганізації діяльності (Е. Ю. Мандрикова).

Для визначення самоорганізації діяльності викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання було використано опитувальник Е. Ю. Мандрикова.

Таблиця 2.4

Розподіл показників в балах рівня самоорганізації діяльності за методикою Е. Ю. Мандрикова

Критерії	Низький	Середній	Високий	Середній бал
Загальний показник самоорганізації	25	120	175	4,9
Планомірність	10	189	53	3,8
Цілеспрямованість	8	155	203	5,6
Наполегливість	7	105	213	5
Фіксація	27	165	80	4,18
Самоорганізація	5	210	45	4

Високий загальний сумарний бал по ОСД (індекс самоорганізації) характеризує людину в такий спосіб: йому властиво бачити і ставити цілі, планувати свою діяльність, в тому числі за допомогою зовнішніх засобів, і, проявляючи вольові якості і наполегливість, йти до її досягнення, що іноді може приводити до негнучкості і «зацикленості» на структурованості і організованості.

Низький загальний сумарний бал по ОСД характеризує людину в такий спосіб: його майбутнє для нього самого досить туманно, йому не властиво планувати свою щоденну активність і докладати вольові зусилля для завершення розпочатих справ. Але це, в свою чергу, дозволяє йому досить швидко перебудуватися на нову діяльність.

Отже, за отриманими результатами у більшості респондентів переважають показники середнього рівня за кожною шкалою, що свідчить про схильність до планованості, послідовності й структурованого підходу до організації власного часу у поєднанні зі спонтанністю та гнучкістю з використанням своєї природної організованості чи зовнішніх допоміжних засобів. Та варто зазначити, що поряд з цим у невеликій кількості викладачів вищої школи спостерігається низька наполегливість, що проявляється у труднощах докладанні вольових зусиль для логічного завершення розпочатої справи.

2.3. Аналіз та інтерпретація результатів проведення експериментального дослідження

Дані дослідження та експерименти були спрямовані на перевірку ефективності розробленої технології формування готовності викладачів вищої школи до навчання в умовах дистанційної освіти. Робота в експериментальних групах у процесі проведення дослідження сприяла виявленню особливостей формування готовності викладачів вищої школи до навчання в умовах дистанційної освіти.

Одним із першочергових завдань реалізації професійно – мотиваційного етапу розробленого дослідження було забезпечення відповідної психолого-педагогічної підготовки викладачів і передбачала підвищення їхнього професійного інтересу до досліджуваної проблеми. Для того аби підвищити професійний інтерес викладачів вищої школи до проблем дослідження було проведено комплекс групових занять та індивідуальних консультацій щодо формування їх готовності викладання в умовах дистанційної освіти. Проведений аналіз наукової літератури, вивчення педагогічного досвіду та власний досвід у контексті визначення проблеми, сформувані готовність викладачів в умовах дистанційної освіти складно навіть досвідченим психологам. Зазначимо, що вкрай важливим є володіння викладача відповідними вміннями до викладання матеріалу з дисципліни віртуально, то він ніяк не може бути спроможним сформувані готовність студентів магістерської підготовки до педагогічної комунікації в умовах дистанційної освіти.

У ході дослідження було виявлено, що що викладачі вищої школи схильні швидко пристосуватися до нового формату навчального дистанційного процесу; здатні до внутрішнього контролю себе та навколишнього середовища; вони реально оцінюють свої здібності й можливості, та не зважаючи на зміни, відчують себе впевнено та комфортно, що самооцінка психічних станів у викладачів вищої школи знаходиться в переважній більшості в середньому та високому рівнях.

Критеріями викладацької комунікації виділяємо: активність учасників, рівноправність у висловлюванні думок, відчуття демократичної атмосфери, задоволеність від спільної роботи. Так, досліджуючи актуальні психолого-педагогічні проблеми дистанційного навчання, було виявлено, що однією з найбільш пріоритетних виокремлює проблему діалогової взаємодії викладача з комп'ютером. Реальна можливість кожного викладати в будь-якому місці, у будь-який час, причому навчатися індивідуально, призвела до появи нових психологічних проблем у тих, хто навчається. У декого з них з'являється

почуття ізолюваності, а невміння налагодити контакти інколи є навіть причиною стресів. На жаль, дослідженню цих проблем приділяють недостатню увагу. Таким чином їх актуальність збільшується в міру поширення дистанційного навчання і охоплення все більшого контингенту користувачів.

Вже зараз треба створювати сучасні методи і способи підвищення кваліфікації, щоб сформувати такі цифрові компетентності у всьому викладацькому колективі. Треба розробити систему ресурсів – починаючи від онлайн-курсів, тренінгів, закінчуючи спеціальними програмними застосунками, на яких викладач зможе вдосконалювати свої цифрові навички.

Найважливіше — це викладач, який володіє цифровими навичками і методиками, психологічно готовий до умов дистанційного навчання та може ефективно використати наявні ресурси в організації дистанційного навчального процесу.

Висновки до другого розділу

У ході емпіричного дослідження психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання, нами було виконано ряд завдань:

1. Здійснено підбір методичного інструментарію, серед якого було обрано такі методики як методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса; Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка; Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда. Опитувальник самоорганізації діяльності (Е. Ю. Мандрикова). Також було розроблено структуру організації емпіричного дослідження, сформовано вибірку, сформульовано мету та завдання експериментального дослідження, а також здійснено вибір критерію для здійснення математичного аналізу результатів дослідження. Після цього було проведено експеримент.

2. Здійснено аналіз та інтерпретацію отриманих результатів дослідження, відповідно до яких було виявлено, що самооцінка психічних станів у викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання знаходиться в переважній більшості в середньому рівні. Це може бути зумовлено тим фактом, що викладачі вищої школи частково ще недостатньо адаптувалися до нових умов навчальної взаємодії, що виявляється в їх схильності до переживань стану тривоги, емоційного дискомфорту, передчуття небезпеки та ворожості до людей.

Також було виявлено, що у більшості респондентів переважають показники середнього рівня за кожною шкалою, що свідчить про схильність до планованості, послідовності й структурованого підходу до організації власного часу у поєднанні зі спонтанністю та гнучкістю з використанням своєї природної організованості чи зовнішніх допоміжних засобів. майже всі показники психологічної адаптації викладачів вищої школи мають вищі показники за такими шкалами як «Адаптація» та «Самосприйняття». Це свідчить про те, що викладачі вищої школи схильні швидко звикати до нових змін в оточенні, та готові до вирішення будь-яких проблем, що стосуються значущої для них діяльності.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ ДО УМОВ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ ТА ПЕРЕВІРКА ЇЇ ЕФЕКТИВНОСТІ

3.1. Рекомендації щодо організації програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання

На основі теоретичного та емпіричного аналізу, а також інтерпретації отриманих результатів дослідження, нами було виділено ряд рекомендацій щодо організації програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання. Оскільки в результаті нашого дослідження було виявлено вплив самооцінки викладачів на особливості вияву різних аспектів їхньої мотивації, а також когнітивного методу впливу на них у рекомендаціях нами було зроблено акцент на підвищенні рівню самооцінки з метою підвищення рівнів позитивних виявів мотивації на успіх та зниженні рівнів вияву мотивації схвалення та мотивації уникнення невдач. Рекомендації було розроблено для викладачів вищої школи.

За основу програми було взято компоненти психологічної готовності : мотиваційний, інтелектуальний, когнітивний, емоційний.

Мотиваційний компонент відображає бажання чи небажання викладача працювати. Він дуже важливий, бо від нього залежить входження педагога в нову для нього діяльність, яка відрізняється своєю обов'язковістю, розумовим напруженням, необхідністю подолання труднощів. Основними чинниками, що стимулюватимуть розвиток професійної освіти викладача та мотивують до нього в умовах дистанційного навчання, є довіра керівництва та студентів до його професійної діяльності, новизна діяльності та

можливість експериментування, самоосвіта, особистий інтерес до роботи . Також до мотиваційного компоненту можна віднести наприклад запроваджені ЗВО перелік тренінгів, майстер класів на покращення мотивації. Відзнака кращих викладачів у сфері дистанційної освіти, а також кращі показники результатів студентів.

Когнітивний компонент професійної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання об'єднує сукупність знань про сутність і специфіку обраної дистанційної діяльності, а також комплекс умінь і навичок, які він повинен отримати під час навчання, саме тих, що будуть застосовані у структурі дистанційного навчання. Цей компонент є результатом пізнавальної діяльності. Його характеризують обсяг знань (ширина, глибина, системність), стиль мислення, сформованість умінь і навичок майбутнього фахівця саме в сфері інформаційних технологій.

Що в такому випадку можна запровадити? Ми пропонуємо провести цикл занять на покращення комп'ютерної грамотності, розробити річну програму відвідування інформаційних класів, інструментальні підходи, які передбачають вироблення вмій та навичок роботи в комп'ютерних мережах, пошуку й опрацювання інформації; здатність до письмової та усної комунікації різними мовами; мовленнєва компетентність; вироблення дослідницьких навичок .

Інтелектуальний компонент готовності викладача до дистанційної діяльності включає обізнаність, яка характеризується обсягом знань про навколишній сучасний світ. Крім зазначених складових психологічної готовності, ми виділяємо ще одну - розвиток мовлення. Мова тісно пов'язана з інтелектом і відображає як загальний розвиток викладача, так і рівень її логічного мислення. Щоб інтелектуально розвиватись і володіти новизною, необхідно створювати відрядження для підвищення кваліфікації в рамках інтелектуального розвитку, впровадити семінари на засвоєння нового матеріалу, мати достатньо літератури для саморозвитку.

Емоційний компонент готовності викладача до навчання проявляється в тому, що він іде до ЗВО з задоволенням, радістю, довірою. Ми пропонуємо створити програму шляхів підвищення емоційного інтелекту. Перегляд роликів, фільмів, які будуть сприяти покращенню емоційної складової викладача, допоможуть почерпнути певні позитивні навички, які в подальшому допоможуть у роботі в рамках дистанційного викладання матеріалу.

Під час нападів тривоги або пригніченого стану з заниженою самооцінкою можна спробувати звернутися до методів раціональної психології. Також дієвими можуть бути спроби підняття самооцінки шляхом пошуку спільних рис у себе та свого ідеалу зі своїми улюбленими героями з казки/фільму/книги тощо. Це дає можливість і самому "заряджатися" від того, хто юнака надихає та знаходить сили для того, аби вірити у себе. Варто спробувати хвалити себе за свої досягнення, навіть маленькі.

Викладач вищої школи як суб'єкт діяльності не може здійснити зміну самого себе безпосередньо, він здійснює це за допомогою певного засобу — розв'язання педагогічних задач. Таким чином, педагогічна задача стає «ситуативним» об'єктом діяльності, водночас виступаючи засобом стосовно її «стратегічного» об'єкта — студента. Зрозуміло, що для засвоєння способів розв'язання задач викладач повинен мати певний рівень знань, умінь і навичок, а також здатність здійснювати рефлексію успішності власного просування за напрямком до цілі. Зазначимо, що за такого підходу викладач (тьютор) теж, «стратегічно», є лише засобом для студента, хоча «ситуативно» він ставить завдання й потребує від студента його розв'язання.

Війна в Україні стала стресом для усіх учасників освітнього процесу. Навчальна діяльність – форма активного співробітництва, що спрямована на удосконалення, розвиток, формування особистості. У вищих закладах освіти цей напрям роботи реалізується працівниками психологічної служби за допомогою викладання навчального матеріалу за програмами курсів за вибором, факультативів, гуртків психологічного та соціально-педагогічного спрямування. Внаслідок військових дій відбувається реакція на ситуацію, в

якій є загроза життю людини або її здоров'ю. Психологічні травми порушують нормативну організацію психіки і можуть зумовити межові (тимчасове відчуття дискомфорту) або клінічні стани (зниження імунітету, втрата працездатності, порушення когнітивних процесів). Реакції на кризову ситуацію у дітей різних вікових категорій є різними. Відповідно до таких ситуацій є різними й ризики, а також потреби виходу з них. Під час кризової ситуації здобувачі освіти можуть відчувати власну провину за події, що відбулися. У них виникають страхи, знижується рівень комунікації або, навпаки, вони проявляють надмірну турботу про захист та порятунок людей

Прагнення до миру є наразі головним бажанням усіх українських громадян. Непередбачувана та неочікувана агресія проти України з боку росії, окупація наших територій, військовий конфлікт та бойові дії стали частиною повсякденного життя. Значний потенціал освітньої сфери у сучасній складній ситуації в країні має бути спрямовано, і його вже спрямовують на надання відповідей тим викликам і проблемам, які мають українські студенти та суспільство. Практичні психологи, викладачі вищої школи, соціальні педагоги є тими, хто вже відгукнувся на існуючі труднощі. Нові теми та форми роботи, організація психологічної допомоги, групова робота зі студентами, профілактичні, освітні, інформаційно-просвітницькі заходи, весь арсенал викладацької майстерності концентрують і спрямовують на роботу зі здобувачами освіти.

У той же час, для викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання хотілось би виділити наступні рекомендації:

- Варто спробувати прогнозувати власний розвиток в інформаційних технологіях та розвивати психологічну готовність. Так, наприклад, отримані знання необхідно враховувати під час роботи. Це дозволить людині підвищити власну самооцінку, спостерігаючи своє планомірне зростання та не загубити мотивацію успіху за втомою та напруженням.

- Допомогти у підтриманні високого рівня мотивації успіху може і самоконтроль. Відомо, що для підтримання бажання виконувати ту чи іншу

діяльність, а також для підтримання високого рівня власної продуктивності важливо регулярно займатися тою справою, що здатна допомогти юнаку досягти поставлених цілей. Для цього можна спробувати створювати списки справ на день, у яких обов'язковим за можливості пунктом вказувати необхідні задачі, пов'язані з досягненням своєї мети.

- Реально оцінювати власні очікування щодо себе у процесі формування психологічної готовності в умовах дистанційного навчання. У процесі постановки цілей, а також під час планування шляху досягнення своєї мети важливим є розбивати ціль на декілька під цілей, аби мати змогу побачити, що викладач вищої школи дійсно просувається на шляху до цілі. При цьому слід враховувати і оптимальне психологічне і фізичне навантаження на себе.

3.2. Аналіз ефективності програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умов дистанційного навчання

Проведення психологічних досліджень дозволило полегшити перші кроки ЗВО по реалізації освітньої концепції "навчання на протязі усього життя", яка підтримується дистанційними освітніми технологіями. Запропоновані методичні підходи до визначення психологічної готовності викладачів вищої школи в процесі дистанційного навчання може бути корисним для інших ЗВО.

Проаналізувавши реалізацію стратегічних завдань щодо реформування освітнього простору, бачимо широке обговорення у наукових колах теоретико-методологічних проблем щодо часткового розв'язання окремих завдань цілісного удосконалення педагогічних систем, в тому числі й підготовки нової генерації педагогічного персоналу (викладачів загальноосвітніх і спеціальних дисциплін, майстрів виробничого навчання) до використання дистанційних засобів навчання.

У розрізі функціонального аналізу категорії «готовність» йдеться про готовність до педагогічної діяльності, конкретно – впровадження

дистанційного навчання у процес підготовки кваліфікованих робітників. Поряд із цим слід розуміти, що інтегральний результат педагогічної діяльності залежить від ступеня розвитку «готовності» як особистісного утворення.

Виходячи із розуміння поняття «психологічна готовність» як внутрішньої характеристики, то рушієм до виконання певної діяльності є відповідь на 10 питань: «навіщо це треба?». У процесі пошуку позитивної відповіді відбувається усвідомлення особистісної й професійної значущості діяльності, конкретизуються мотиви й переконання, власне «мотиваційна сфера і зумовлює цілеспрямований, свідомий характер діяльності особистості і визначає її потенційні можливості» до якісних перетворень наявного досвіду або цілеспрямованого прагнення опанувати новими психологічними знаннями. Таким чином, одним із компонентів готовності викладачів вищої школи до впровадження дистанційного навчання визначаємо мотиваційно-ціннісний, як усвідомлена спрямованість викладача до здійснення певної діяльності й розуміння відповідальності у виконанні конкретних дій.

Психологічна готовність викладачів вищої школи до впровадження технологій дистанційного навчання є частиною цілісного розвитку професійної компетентності/майстерності викладача. По відношенню до ефективного впровадження технологій дистанційного навчання у процес підготовки кваліфікованих робітників изначальною є ІКТ-компетентність як «здатність особистості використовувати на практиці інформаційно-комунікаційні технології для задоволення власних індивідуальних потреб і розв'язування суспільнозначущих, зокрема професійних, задач у певній предметній галузі» ІКТ-компетентність є базовою, однак не єдиною складовою когнітивної сфери особистості, необхідними є фахові знання, методична обізнаність, дослідницькі навички, пізнавальна активність тощо, які у сукупності визначають когнітивний компонент готовності педагога до використання дистанційних засобів навчання.

Отже, оцінно-рефлексивний компонент психологічної готовності характеризує оцінювання результатів дистанційного навчання на рефлексивній основі; слугує усвідомленим рушієм до безперервного саморозвитку щодо виконання функцій дистанційної освіти (організаційної, навчальнопізнавальної, психологічної, комунікаційної, діагностичної) у інформаційнокомунікаційному середовищі.

Висновки до третього до розділу

На основі проведеного аналізу та практичного досвіду розроблено програму формування психологічної готовності викладачів вищої школи в умовах дистанційного навчання. За основу програми було взято компоненти психологічної готовності: мотиваційний, інтелектуальний, когнітивний, емоційний. Також розробили рекомендації для викладачів ЗВО щодо подальшої роботи в рамках дистанційного навчання.

Розроблені рекомендації викладачам щодо розвитку психологічної готовності до умов дистанційного навчання. Серед них варто відзначити: варто спробувати прогнозувати власний розвиток в інформаційних технологіях та розвивати психологічну готовність, допомогти у підтриманні високого рівня мотивації успіху може і самоконтроль, Реально оцінювати власні очікування щодо себе у процесі формування психологічної готовності в умовах дистанційного навчання. При цьому слід враховувати і оптимальне психологічне і фізичне навантаження на себе. Проведено аналіз ефективності програми формування психологічної готовності викладачів вищої школи до умова дистанційного навчання. Проведення психологічних досліджень дозволило полегшити перші кроки ЗВО по реалізації освітньої концепції «навчання на протязі усього життя», яка підтримується дистанційними освітніми технологіями. Запропоновані методичні підходи до визначення психологічної готовності викладачів вищої школи в процесі дистанційного навчання може бути корисним для інших ЗВО.

ВИСНОВКИ

У даній дипломній роботі шляхом аналізу літератури та проведення емпіричного дослідження здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання. Визнчено, що в умовах дистанційного навчання процес засвоєння навчального матеріалу складніший, породжений необхідністю спільної діяльності, сприйняття та розуміння інших у віртуальному просторі. Взаємодія між викладачем вищої школи та студентами в дистанційному навчанні відбувається в межах штучно створеного комунікативного простору, тому вкрай важливим бути психологічно готовим до стимулювання студентів до самостійної роботи, розгортання діалогу, який дозволяє студентам обґрунтовувати свої думки, забезпечення викладацького контролю на всіх етапах вивчення певної навчальної дисципліни. До того ж, дуже важливо використовувати таку перевагу дистанційного навчання як вибір власного, асинхронного алгоритму навчання під кожного студента індивідуально. Науковці наголошують, що методи педагогічного контролю якості навчальної діяльності студентів допомагають оперативно та об'єктивно отримувати інформацію про якість навчального процесу. Надійність та психологічна готовність викладачів вищої школи забезпечується в разі дотримання індивідуального характеру контролю, регулярності його проведення, використання різноманітних форм контролю, усебічності та об'єктивності контролю відповідно до психолого-педагогічних особливостей студентів.

Описані методологічні засади емпіричного дослідження. Серед основних обрано такі методики як методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса; Тест «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка; Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда. Опитувальник самоорганізації діяльності (Е. Ю.

Мандрикова). Також було розроблено структуру організації емпіричного дослідження, сформовано вибірку, сформульовано мету та завдання експериментального дослідження, а також здійснено вибір критерію для здійснення математичного аналізу результатів дослідження. Після цього було проведено експеримент. Було виявлено, що у більшості респондентів переважають показники середнього рівня за кожною шкалою, що свідчить про схильність до планомірності, послідовності й структурованого підходу до організації власного часу у поєднанні зі спонтанністю та гнучкістю з використанням своєї природної організованості чи зовнішніх допоміжних засобів. майже всі показники психологічної адаптації викладачів вищої школи мають вищі показники за такими шкалами як «Адаптація» та «Самосприйняття».

Розроблено та впроваджено програму розвитку психологічної готовності викладачів вищої школи до дистанційної форми організації навчання. За основу програми було взято компоненти психологічної готовності : мотиваційний, інтелектуальний, когнітивний, емоційний. Проаналізувавши реалізацію стратегічних завдань щодо реформування освітнього простору, бачимо широке обговорення у наукових колах теоретико-методологічних проблем щодо часткового розв'язання окремих завдань цілісного удосконалення педагогічних систем, в тому числі й підготовки нової генерації педагогічного персоналу (викладачів загальноосвітніх і спеціальних дисциплін, майстрів виробничого навчання) до використання дистанційних засобів навчання.

Здійснено розробку практичних рекомендацій щодо розвитку мотивації, когнітивних складових відповідно до отриманих результатів дослідження та вольових якостей. У рекомендаціях було зосереджено увагу на підвищенні рівню самооцінки з метою підвищення рівнів позитивних виявів мотивації.

Розроблені рекомендації викладачам щодо розвитку психологічної готовності до умов дистанційного навчання. Серед них варто відзначити:

варто спробувати прогнозувати власний розвиток в інформаційних технологіях та розвивати психологічну готовність, допомогти у підтриманні високого рівня мотивації успіху може і самоконтроль, реально оцінювати власні очікування щодо себе у процесі формування психологічної готовності в умовах дистанційного навчання. Психологічна готовність – це взаємна відповідність діяльності та її суб'єкта, згідно критеріїв за визначення підготовленості викладачів вищої школи до дистанційного навчання. Продуктивність викладачів буде високою тоді, коли буде тісна співпраця між викладачем та студентом, у ході якої обидва суб'єкти проявляють однакову активність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонюк В. С., Полонський Л. Г., Аверченко В. І., Малахов Ю. А. (2015). *Методологія наукових досліджень: навч. посібник*. Київ: НТУУ «КПІ». 276 с.
2. Апішева А. Ш. Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка : збірник наукових праць*. 2012. 2(35). С. 117-125.
3. Безсмертна І. С., Демид О. А. Особистісний потенціал як чинник адаптації в умовах дослідження сучасного середовища. URL: <http://www.sworld.com.ua/konfer30/671.pdf>. 3. Байсара Л. І., Носенко Е. Л. *Методичний посібник до вивчення курсу: Позитивна психологія*. Дніпропетровськ, 2014. 100 с.
4. Биков В. Ю. *Моделі організаційних систем відкритої освіти: [монографія]*. Київ : Атіка, 2009. 684 с
5. Бондарчук О. І. Психологічна підготовка керівників освітніх організацій до діяльності в умовах змін: гуманістично-ціннісний підхід. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів: ЧНПУ, 2014. Т. 1. Вип. 121. С. 38-43.
6. Важинський С. Е., Щербак Т. І. (2016). *Методика та організація наукових досліджень: навч. посібник*. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка 260 с.
7. Волошок О.В. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості // *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І.Огієнка, Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – 2010. – Вип. 10. – С.120-128
8. Гарна С. Ю. *Методика вивчення зарубіжної літератури у старшій школі з використанням технологій дистанційного навчання*. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидат педагогічних наук. Миколаїв, 2020. 21 с.

9. Гірник А., Бобро А. Конфлікти: структура, ескалація, залагодження. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2003. 172 с.
10. Гірник А., Бобро А. Конфлікти: структура, ескалація, залагодження. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2003. 172 с.
11. Гоулман, Д. Емоційний інтелект; пер. з англ. С. Л. Гумецької. Х. : Віват, 2019. 512 с.
12. Гринчук О.І., Петрук Н.Ю. (2021). Імідж майбутнього психолога як чинник самоактуалізації в умовах навчальної діяльності. Соціальна психологія. Юридична психологія. Габітус. С.115-127
13. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки : автореф. дис. ... психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Київ, 2005. С.110-136
15. Даниленко Л. І. Освітній менеджмент: навч. посіб. / Л. І. Даниленко, Л. М. Карамушка. - Київ, 2003. - 400 с. 3. Карамушка Л. М. Психологія освітнього менеджменту: навч. посіб. / Л. М. Карамушка. - Київ, 2004. - 424 с.
14. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту: Навчально-методичний посібник. Чернігів : Десна Поліграф, 2016. С.216
15. Загальна психологія. / За заг. ред. С. Д. Максименка. Підручник. – Вінниця: Нова книга, 2004. – 704 с
16. Загальна психологія. / За заг. ред. С. Д. Максименка. Підручник. – Вінниця: Нова книга, 2004. – 704 с.
17. Зімовін О.І. Способи переживання тривоги в умовах пандемії COVID-19 / Досвід переживання пандемії covid-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка: матеріали онлайн-семінарів 23 квітня 2020 року «Досвід карантину: дистанційна психологічна допомога і підтримка» та 15 травня 2020 року «Дистанційні психологічні дослідження в умовах пандемії covid-19 і карантину» / [за наук. ред. М.М. Слюсаревського, Л.А. Найдьонової]. – 2020. – URL
18. Зінченко Т. П. Когнітивна та прикладна психологія / Т. П. Зінченко. - М. : МОДЕК, 2000 г. - 608 с.

19. Ішмуратов А. Т. Конфлікт і згода: основи когнітивної теорії конфліктів. Київ. : Наукова думка, 1996. 189 с.
20. Концепція розвитку дистанційної освіти в Україні. (затверджено Постановою МОН України В. Г. Кременем 20 грудня 2000 р.) / Міністерство освіти і науки України: URL: <http://www.osvita.org.ua/distance/pravo/00.html>
21. Копець Л.В. Психологія особистості: Навч. посіб. для вищ. Навч. закл. – К.: Вид. дім Києво-Могилянська академія, 2008. – 458с.
22. Корнєв М. Н., Коваленко А. Б. Соціальна психологія : підручник. Київ, 1995. 304 с
23. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Теорія і практика професійного психологічного відбору: Навчальний посібник для студ. ВНЗ. К. : НікаЦентр, 2006. - 536 с.
24. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Теорія і практика професійного психологічного відбору: Навчальний посібник для студ. ВНЗ. К. : НікаЦентр, 2006. - 536 с.
25. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: Теорія і сучасна практика : навч. посібник. Київ : Професіонал, 2006. 416 с.
26. Ложкін Г.В. Психологія праці. Хмельницький: ХНУ, 2013. – 191с.
27. Ложкін Г.В. Психологія праці. Хмельницький: ХНУ, 2013. – 191с.
28. Лукашенко А. О. Педагогічні умови формування конфліктологічної компетентності вчителя загальноосвітнього навчального закладу : дисертація на здобуття наукового ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Харків, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2006. 170 с.
29. Максџом К. В. Емоційний інтелект: основні концептуальні підходи та структурна модель соціально-психологічного феномену. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. VI : Психологія обдарованості. Вип. 14. Київ. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. С.306-315

30. Матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції (21 травня 2021 р., м. Київ). Київ: ДЗВО «УМО», 2021. 232 с. URL: <http://umo.edu.ua/materialikonferencij-nimp>
31. Маценко В.Ф. Самосвідомість. Психологічні аспекти та основні напрями розвитку тривожності. Стежинами психологічного вдосконалення. – 2004. - №24 4. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П. П. Горностаєва, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
32. Методика діагностики стратегій розв'язання конфліктних ситуацій Д.Джонсона і Ф.Джонсона. Практична психологія та соціальна робота. 1999. № 1. С. 24-25.
33. Могиляста С. М. Аналіз теоретичних підходів до дослідження емоційного інтелекту особистості. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. VI : Психологія обдарованості. Вип. 14. Київ. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. С.302-316
34. Назарук Н. В. Психопрофілактика феномена «згорання» / Н. В. Назарук // Джерела. – Івано-Франківськ: ОППО, 2003. – №3(35). – с.48-55
35. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. – 324 с
36. Наукове забезпечення технологічного прогресу 21 сторіччя: матеріали міжнародної наукової конференції (Т.3), 1 травня, 2020 рік. Чернівці, Україна: МЦНД. – 121 с.
37. Нормативно-правова база. Інститут модернізації змісту освіти. Бондарчук О. І. Формування психологічної компетентності керівників освітніх організацій в умовах післядипломної педагогічної освіти: наук.-метод. посіб. / О. І. Бондарчук, Л. М. Карамушка, О. В. Брюховецька [та ін.] ; за наук. ред. О. І. Бондарчук. - Київ : Наук. світ, 2012. - 190 с.
38. Носенко Е. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Елеонора Носенко // Психологія і суспільство, 2004. № 4. С. 95-109.

39. Носенко Е., Коврига Н. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції: монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
40. Осовська Г. В. Комунікації в менеджменті: курс лекцій. Київ: Кондор, 2003. 218 с.
41. Пірен М. І. Конфліктологія : підручник. Київ : МАУП, 2007. 360 с.
42. Проблеми і перспективи розвитку освіти. Організація дистанційної освіти у загальноосвітній та вищій школі: Збірник статей Всеукраїнської наукової 44 конференції 15-16 січня 2016 року. – Дніпропетровськ: Global Nauka, 2016. – 200 с.
43. Рекомендації щодо застосування критерії оцінювання якості освітньої програми/ Затверджено Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти 17 листопада 2020 року: ТОВ «Український освітянський видавничий центр «Оріон»». Київ, 2020. 66 с.
44. Рибалка В. В. (2017). Методологічні проблеми наукової психології посібник. Київ : ПООД НАПН України. 144 с.
45. Розов В. І. Психологічний аналіз адаптивності в екстремальних умовах: Автореф. дис. ... канд. психол. наук / В. І. Розов. – К., 1993. – 20 с.
46. Седих К.В., Милашенко К.О. (2020) Психологічний аналіз пікових переживань як чинника самоактуалізації особистості. Психологія і особистість. 2 с.105-113
47. Семиченко В. (2016). Теоретико-методологічні проблеми сучасної психології. Вісник Національного авіаційного університету. № 9. С. 141-152.
48. Сокол М. Порядок вирішення колективних трудових спорів і конфліктів в Україні : дис. на здобуття наук. ступеня канд. юрид. наук : спец. 12.00.05 – трудове право; право соціального забезпечення. Київ : Національна академія наук України, Інститут держави і права ім. В. М. Корецького, 2010. 223 с.
49. Терещенко Л. Н. Підвищуємо рівень стресостійкості / Л. Н. Терещенко // Практичний психолог:. – 2014. – №8. – с.25-35

50. Туркот Т.І. Педагогіка вищої школи: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.. – К.: Кондор,2011. – 626с
51. Тягур Л. М. (2021) Психологічна безпека освітнього середовища як чинник самоактуалізації викладачів педагогічного коледжу : дис... доктор філософії : спец.. 053 - Соціальні та поведінкові науки. Психологія. Державний заклад вищої освіти «Університет менеджменту освіти». Київ. С.114-118
52. Цимбалюк І. М. Психологія управління : навч. посібник. Київ : Професіонал, 2008. 624 с
53. Чабан О. С. Ситуаційна соціокультурна тривога: сучасні провокації та психосоматичні розв'язання / О.С. Чабан , О. Ю. Жабенко // Нейроnews. – 2010. – №4. – с.10-16
54. Чабан О. С. Ситуаційна соціокультурна тривога: сучасні провокації та психосоматичні розв'язання / О.С. Чабан , О. Ю. Жабенко // Нейроnews. – 2010. – №4. – с.10-15
55. Чайковська О. М. Психологія підліткової конфліктності : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2016. 126 с. 11. Яновська Т.А. Взаємозв'язок прояву психологічного конфлікту з емоційною сферою підлітків. 2015. № 2 (17). С.235-238
56. Шушпанніков О. М. Аналіз соціальної напруженості як етапу в процесі розвитку конфлікту. Нова політика. Київ, 2000. № 5 (31). С. 63-67.
57. Юрченко В. М. Психічні стани людини: системний опис: монографія / В. М. Юрченко. – Рівне, 2006. – 574 с

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Характерні риси дистанційного навчання

Ознака	Сутність
Гнучкість	учні, студенти, слухачі, що одержують дистанційну освіту, в основному не відвідують регулярних занять, а навчаються у зручний для себе час та у зручному місці
Модульність	в основу програми дистанційної освіти покладається модульний принцип; кожний окремий курс створює цілісне уявлення про окрему предметну область, що дозволяє з набору незалежних курсів-модулів сформувавши навчальну програму, що відповідає індивідуальним чи груповим потребам
Велика аудиторія	одночасне звернення до багатьох джерел навчальної інформації великої кількості учнів, студентів та слухачів, спілкування за допомогою телекомунікаційного зв'язку студентів між собою та з викладачами
Економічність	ефективне використання навчальних площ та технічних засобів, концентроване і уніфіковане представлення інформації, використання і розвиток комп'ютерного моделювання повинні призвести до зниження витрат на підготовку фахівців
Технологічність	використання в навчальному процесі нових досягнень інформаційних технологій, які сприяють входженню людини у світовий інформаційний простір
Нова роль викладача	дистанційна освіта розширює і оновлює роль викладача, робить його наставником-консультантом, який повинен координувати пізнавальний процес, постійно удосконалювати ті курси, які він викладає, підвищувати творчу активність і кваліфікацію відповідно до нововведень та інновацій

<p>Позитивний вплив на студента</p>	<p>підвищення творчого та інтелектуального потенціалу людини, що одержує дистанційну освіту, за рахунок самоорганізації, прагнення до знань, використання сучасних інформаційних та телекомунікаційних технологій, вміння самостійно приймати відповідальні рішення</p>
<p>Якість</p>	<p>якість дистанційної освіти не поступається якості очної форми навчання, оскільки для підготовки дидактичних засобів залучається найкращий професорсько-викладацький склад і використовуються найсучасніші навчально-методичні матеріали; передбачається введення спеціалізованого контролю якості дистанційної освіти на відповідність її освітнім стандартам</p>

Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху (Т. Елерса)

Інструкція. Вам пропонується ряд тверджень. При згоді з твердженням поруч з його цифровим позначенням ставите на бланку для відповіді знак «+» («так»), при незгоді - знак «-» («ні»).

Текст опитувальника

1. Коли є вибір між двома варіантами, його краще зробити швидше, ніж відкласти на деякий час.
2. Я легко дратуюся, коли помічаю, що не можу на 100% виконати завдання.
3. Коли я працюю, це виглядає так, ніби я все ставлю на карту.
4. Коли виникає проблемна ситуація, я найчастіше приймаю рішення одним з останніх.
5. Коли в мене два дні поспіль немає діла, я втрачаю спокій.
6. У деякі дні мої успіхи нижче середніх.
7. По відношенню до себе я більш строгий, ніж по відношенню до інших.
8. Я більш доброзичливий, ніж інші.
9. Коли я відмовляюся від важкого завдання, то потім суворо засуджую себе, бо знаю, що в ньому я домігся б успіху.
10. У процесі роботи я потребую невеликих пауз для відпочинку.
11. Старанність - це не основна моя риса.
12. Мої досягнення в праці не завжди однакові.
13. Мене більше приваблює інша робота, ніж та, якою я зайнятий.
14. Осуд стимулює мене сильніше, ніж похвала.
15. Я знаю, що мої колеги вважають мене діловою людиною.
16. Перешкоди роблять мої рішення більш твердими.
17. У мене легко викликати честолюбство.
18. Зазвичай помітно, коли я працюю без натхнення.
19. При виконанні роботи я не розраховую на допомогу інших.
20. Іноді я відкладаю те, що повинен був зробити зараз.
21. Треба покладатися тільки на самого себе.
22. У житті мало речей, важливіших, ніж гроші.
23. Завжди, коли мені треба буде виконати важливе завдання, я ні про що інше не думаю.
24. Я менш честолюбний, ніж багато інших.
25. У кінці відпустки я зазвичай радію, що скоро вийду на роботу.
26. Коли я розташований до роботи, я роблю її краще і кваліфікованішими, ніж інші.
27. Мені простіше і легше спілкуватися з людьми, які можуть завзято працювати.
28. Коли у мене немає справ, я відчуваю, що мені не по собі.

29. Мені доводиться виконувати відповідальну роботу частіше, ніж іншим.

30. Коли мені доводиться приймати рішення, я намагаюся робити це якомога краще.

31. Мої друзі іноді вважають мене ледачим.

32. Мої успіхи в якійсь мірі залежать від моїх колег.

33. Безглуздо протидіяти волі керівника.

34. Іноді не знаєш, яку роботу доведеться виконувати.

35. Коли щось не ладиться, я нетерплячий.

36. Я зазвичай звертаю мало уваги на свої досягнення.

37. Коли я працюю разом з іншими, моя робота дає великі результати, ніж робота інших.

38. Багато чого, за що я беруся, я не доводжу до кінця.

39. Я заздрю людям, які не завантажені роботою.

40. Я не заздрю тим, хто прагне до влади і положенню.

41. Коли я впевнений, що стою на правильному шляху, для доведення своєї правоти я можу піти й на крайні заходи.

Ключ. Обробка результатів. По 1 балу проставляється за відповідь «так» за наступними пунктами опитувальника: 2-5, 7-10, 14-17, 21, 22, 25-30, 32, 37, 41; «Ні»: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 і 39. Відповіді по пунктах 1, 11, 12, 19, 23, 33-35 і 40 не враховуються.

Підраховується загальна сума балів. 1-10 балів – низька мотивація до успіху. 11-16 – середній рівень мотивації. 17-20 – помірковано високий рівень мотивації. Понад 21 бал – надто високий рівень мотивації до успіху.

**Індивідуальні показники викладачів вищої школи за методикою
«Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка**

Тест дозволяє оцінити деякі неадаптивні стани (тривога, фрустрація, агресія) і властивості особистості (тривожність, фрустрованість, агресивність і ригідність).

Інструкція. Уважно прочитайте опис різних психічних станів.

Якщо цей опис збігається з Вашим станом і стан виникає часто, то необхідно оцінити його в 2 бали. Якщо цей стан виникає зрідка, то ставиться один бал. Якщо не збігається з Вашим станом – 0 балів.

Опис станів.

I. Шкала тривожності:

1. Не почуваю впевненості в собі.
2. Часто через дрібниці червонію.
3. Мій сон неспокійний.
4. Легко впадаю в зневіру.
5. Турбуюся тільки про уявлювані неприємності.
6. Мене лякають труднощі.
7. Люблю копатися у своїх недоліках.
8. Мене легко переконати.
9. Я недовірливий.
10. Я важко переносю час очікування.

II. Шкала фрустрації:

1. Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, з яких усе-таки можна знайти вихід.
2. Неприємності мене сильно розстроюють, я падаю духом.
3. Під час великих неприємностей я схильний без достатніх підстав звинувачувати себе.
4. Нещастя і невдачі нічому мене не вчать.
5. Я часто відмовляюся від боротьби, вважаючи її марною.
6. Я нерідко почуваюся беззахисним.
7. Іноді в мене буває стан розпачу.
8. Я почуваю розгубленість перед труднощами.
9. У важкі хвилини життя іноді поведжуся по дитячому, хочу, щоб пожаліли.
10. Вважаю недоліки свого характеру непоправними.

III. Шкала агресивності:

1. Залишаю за собою останнє слово.
2. Нерідко в розмові перебиваю співрозмовника.
3. Мене легко розсердити.
4. Люблю робити зауваження іншим.
5. Хочу бути авторитетом для інших.
6. Не задовольняюся малим, хочу найбільшого.
7. Коли розгніваюся, погано себе стримую.

8. Волю краще керувати, ніж підкорятися.
9. У мене різка, грубувата жестикуляція.
10. Я мстивий.

IV. Шкала ригідності:

1. Мені важко змінювати звички.
2. Нелегко переключати увагу.
33. Дуже насторожено ставлюся до всього нового.
1. Мене важко переконати.
2. Нерідко в мене не виходить з голови думка, якої слід було б позбутися.
3. Нелегко зближуюся з людьми.
4. Мене засмучують навіть незначні порушення плану.
5. Нерідко я виявляю впертість.
6. Неохоче йду на ризик.
7. Різко переживаю відхилення від прийнятого мною режиму дня.

Обробка результатів.

Підрахуйте суму балів за кожною групою запитань:

- I. З 1 по 10 запитання – шкала тривожності;
- II. З 11 по 20 запитання – шкала фрустрації;
- III. З 21 по 30 запитання – шкала агресивності;
- IV. З 31 по 40 запитання – шкала ригідності.

Інтерпретація результатів:

- 0 – 7 балів – низький рівень;
- 8 – 14 балів – середній рівень;
- 15 – 20 балів – високий рівень.

Індивідуальні показники за методикою «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка

№п/п	Низький р-н	Середній р-н	Високий р-н
Респондент 1		8	
Респондент 2			15
Респондент 3		10	
Респондент 4			15
Респондент 5		11	
Респондент 6	7		
Респондент 7		9	
Респондент 8		8	
Респондент 9	7		
Респондент 10			15
Респондент 11		10	
Респондент 12		10	
Респондент 13		9	
Респондент 14		11	
Респондент 15	5		
Респондент 16	5		
Респондент 17		8	
Респондент 18			14

Респондент 19		10	
Респондент 20	7		
Респондент 21	7		
Респондент 22		11	
Респондент 23			15
Респондент 24			15
Респондент 25		8	
Респондент 26		8	
Респондент 27	6		
Респондент 28	7		
Респондент 29	4	9	
Респондент 30		10	
Респондент 31			15
Респондент 32			14
Респондент 33		12	
Респондент 34		8	
Респондент 35		11	
Респондент 36		10	
Респондент 37	7		
Респондент 38			14
Респондент 39			15
Респондент 40			15
Респондент 41		8	
Респондент 42		8	
Респондент 43		8	
Респондент 44			14
Респондент 45			14
Респондент 46			15
Респондент 47	5		
Респондент 48	7		
Респондент 49		9	
Респондент 50		9	
Респондент 54		10	
Респондент 52		11	
Респондент 53		10	
Респондент 54	7		
Респондент 55		8	
Респондент 56		8	
Респондент 57			14
Респондент 57			15
Респондент 59		11	
Респондент 60		10	
Респондент 61		12	
Респондент 62			15

Респондент 63		10	
Респондент 64			15
Респондент 65		9	

Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К.

Роджерса - Р. Даймонда.

В опитувальнику містяться висловлювання про людину, його спосіб життя: переживаннях, думках, звичках, стилі поведінки. Їх завжди можна співвіднести з нашим власним способом життя.

Прочитавши або прослухавши чергове висловлювання опитування, приміряйте його до своїх звичок, свого способу життя і оцініть: якою мірою цей вислів може бути віднесено до Вас. Для того щоб вказати свій відповідь в бланку, виберіть відповідний, на Вашу думку, один з шести варіантів оцінок, пронумерованих цифрами від «0» до «6»:

«0» - це до мене абсолютно не відноситься; «2» - сумніваюся, що це можна віднести до мене; «3» - не наважуюся віднести це до себе; «4» - це схоже на мене, але немає впевненості; «5» - це на мене схоже; «6» - це точно про мене.

Обраний Вами варіант відповіді відзначте в бланку для відповідей у клітинці, відповідної порядковому номеру висловлювання.

питання:

1. Чи відчуває незручність, коли вступає з ким-небудь в розмову.
2. Немає бажання розкриватися перед іншими.
3. У всьому любить змагання, змагання, боротьбу.
4. Чи пред'являє до себе високі вимоги.
5. Часто лає себе за зроблене.
6. Часто відчуває себе приниженим.
7. Сумнівається, що може подобатися кому-небудь з осіб протилежної статі.
8. Свої обіцянки виконує завжди.
9. Теплі, бадьорі відносини з оточуючими.
10. Людина стримана, замкнута; тримається від усіх трохи в стороні.
11. У своїх невдачах звинувачує себе.
12. Людина відповідальна; на нього можна покластися.
13. Відчуває, що не в силах хоч що-небудь змінити, що всі зусилля марні.
14. На багато дивиться очима однолітків.
15. Приймає в цілому ті правила і вимоги, яких слід дотримуватися.
16. Власних переконань і правил не вистачає.
17. Любить мріяти - іноді прямо серед білого дня. Насилу повертається від мрії до реальності.
18. Завжди готовий до захисту і навіть нападу: «застряє» на переживаннях образ, подумки перебираючи способи помсти.
19. Вміє керувати собою і власними вчинками, змушувати себе, дозволяти собі; самоконтроль для нього - не проблема.
20. Часто псується настрій: накочує смуток, нудьга.
21. Все, що стосується інших, не хвилює: зосереджений на собі, зайнятий собою.

22. Люди, як правило, йому подобаються.
23. Не соромиться своїх почуттів, відкрито їх виражає.
24. Серед великої збігу народу буває трошки самотньо.
25. Зараз дуже не по собі. Хочеться все кинути, кудись сховатися.
26. З оточуючими зазвичай ладнає.
27. Всього важче боротися з самим собою.
28. Насторожує незаслужене доброзичливе ставлення оточуючих.
29. У душі - оптиміст, вірить в майбутнє.
30. Людина неподатливий, впертий; таких називають важкими.
31. До людей критичний і судить їх, якщо вважає, що вони цього не заслуговують.
32. Зазвичай відчуває себе не провідним, а веденим: йому не завжди вдається мислити і діяти самостійно.
33. Більшість з тих, хто його знає, добре до нього ставиться, любить його.
34. Іноді бувають такі думки, якими не хотілося б ні з ким ділитися.
35. Людина з привабливою зовнішністю.
36. Відчуває себе безпорадним, потребує когось, хто був би поруч.
37. Прийнявши рішення, слід йому.
38. Беручи, здавалося б, самостійні рішення, не може звільнитися від впливу інших.
39. Відчуває почуття провини, навіть коли звинувачувати себе наче не в чому.
40. Відчуває неприязнь до того, що його оточує.
41. Всім задоволений.
42. вибитий з колії: не може зібратися, взяти себе в руки, організувати себе.
43. Відчуває млявість: все, що раніше хвилювало, стало раптом байдужим.
44. Урівноважений, спокійний.
45. Розлютившись, нерідко виходить з себе.
46. ??Часто відчуває себе скривдженим.
47. Людина поривчастий, нетерплячий, гарячий.
48. Буває, що бреше.
49. Не дуже довіряє своїм почуттям: вони іноді підбивають його.
50. Досить важко бути самим собою.
51. На першому місці розум, а не почуття: перш ніж що-небудь зробити, подумає.
52. Те, що відбувається з ним тлумачить на свій лад, здатний напридумувати зайвого ... Словом - не від світу цього.
53. Людина терпимий до людей і приймає кожного таким, яким він є.
54. Намагається не думати про свої проблеми.
55. Вважає себе цікавою людиною - привабливим як особистість, помітним.
56. Людина сором'язливий, легко ніяковіє.
57. Обов'язково потрібно нагадувати, підштовхувати, щоб довів справу до кінця.
58. У душі відчуває перевагу над іншими.

59. Немає нічого, в чому б висловив себе, виявив свою індивідуальність, своє Я.
60. Боїться того, що думають про нього інші.
61. Честолюбний, небайдужий до успіху, похвали; в тому, що для нього істотно, намагається бути серед кращих.
62. Людина, у якого в даний час багато гідно презирства.
63. Людина діяльний, енергійний, сповнений ініціатив.
64. Пасує перед труднощами і ситуаціями, які загрожують ускладненнями.
65. Себе просто недостатньо цінує.
66. За вдачею ватажок і вміє впливати на інших.
67. Відноситься до себе в цілому добре.
68. Людина наполегливий, наполегливий; йому завжди важливо наполягти на своєму.
69. Не любить, коли з ким-небудь псується стосунки, особливо якщо розбіжності загрожують стати явними.
70. Подовгу не може прийняти рішення, а потім сумнівається в його правильності.
71. Перебуває в розгубленості, все сплуталось, все змішалось у нього.
72. Чи задоволений собою.
73. Невдаха.
74. Людина приємний, що розташовує до себе.
75. Особою, може, і не дуже гарний, але може подобатися як людина, як особистість.
76. Нехтує осіб протилежної статі і не пов'язується з ними.
77. Коли потрібно щось зробити, охоплює страх: а раптом не впораюся, а раптом не вийде.
78. Легко, спокійно на душі, немає нічого, що сильно б турбувало.
79. Вміє наполегливо працювати.
80. Відчуває, що зростає, дорослішає: змінюється сам і ставлення до навколишнього світу.
81. Трапляється, що говорить про те, в чому зовсім не розбирається.
82. Завжди говорить тільки правду.
83. Стривожений, стурбований, напружений.
84. Щоб змусити хоч щось зробити, потрібно як слід наполягти, і тоді він поступиться.
85. Відчуває невпевненість в собі.
86. Обставини часто змушують захищати себе, виправдовуватися і обґрунтовувати свої вчинки.
87. Людина поступливий, податливий, м'який у відносинах з іншими.
88. Людина тлумачний, любить міркувати.
89. Інколи любить похвалитися.
90. Приймає рішення і тут же їх змінює; зневажає себе за безвілля, а зробити з собою нічого не може.
91. Намагається покладатися на свої сили, не розраховує на чийсь допомогу.
92. Ніколи не виправдовується.

93. Відчуває відчуття скутості, внутрішньої несвободи.
 94. Виділяється серед інших.
 95. Не дуже надійний товариш, не в усьому можна покластися.
 96. У собі все ясно, добре розуміє.
 97. Комунікбельний, відкрита людина; легко сходиться з людьми.
 98. Сили і здібності цілком відповідають тим завданням, які доводиться вирішувати; з усім може впоратися.
 99. Себе не цінує: ніхто його всерйоз не сприймає; в кращому випадку до нього поблажливі, просто терплять.
 100. Турбується, що особи протилежної статі занадто займають думки.
 101. Всі свої звички вважає хорошими.

Обробка і інтерпретація результатів.

інтегральні показники

ключі:

№	показники	номери висловлювань	норми
		4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74,	(68-170)
A	адаптивність	75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	68-136
B	дезадаптивної	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	(68-170) 68-136
A	Лжівість- +	34, 45, 48, 81, 89	(18-45)
B		8, 82, 92, 101	18-36
A	Прийняття себе	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	(22-52)
B	Неприйняття себе	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	22-42 (14-35) 14-28
A	Прийняття інших		(12-30)
B	Неприйняття інших	9, 14, 22, 26, 53, 97	12-24 (14-35) 14-28
	Емоційний		(14-35)
A	комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	14-28 (14-35)
B	емоційний дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	14-28
	Внутрішній		(26-65)
A	контроль	4, 5, 11, 12, 13, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91,	26-52 (18-45)
B	Зовнішній контроль	98, 25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	18-36
A	домінування		(6-15) 6-12 (12-30)
B	Відомість	58, 61, 66, 16, 32, 38, 69, 84, 87	12-24
	Ескапізм (відхід від проблем)	17, 18, 54, 64, 86	(10-25) 10-20

Зона невизначеності в інтерпретації результатів по кожній шкалі для підлітків наводиться в дужках, для дорослих - без дужок. Результати «до» зони невизначеності інтерпретуються як надзвичайно низькі, а «після» найвищого показника в зоні невизначеності - як високі.

Інструкція: Вам пропонується ряд тверджень, що стосуються різних сторін у Вашому житті і способів поводження з часом. Обведіть на шкалі ту цифру, яка в найбільшій мірі характеризує Вас і відображає Вашу точку зору:

- 1 - повну незгоду;
- 7 - повну згоду з цим твердженням;
- 4 - середина шкали.

Інші цифри - проміжні значення.

№ п / п	твердження	оціночна шкала
1	Мені потрібно багато часу, щоб «розгойдатися» і почати діяти.	1 2 3 4 5 6 7
2	Я планую мої справи щодня.	1 2 3 4 5 6 7
3	Мене виводять з себе і вибивають зі звичного графіка непередбачені справи.	1 2 3 4 5 6 7
4	Зазвичай я намічаю програму на день і намагаюся її виконати.	1 2 3 4 5 6 7
5	Мені буває важко завершити розпочате.	1 2 3 4 5 6 7
6	Я не можу відмовитися від розпочатої справи, навіть якщо воно мені «не по зубах».	1 2 3 4 5 6 7
7	Я знаю, чого хочу, і роблю все, щоб цього домогтися.	1 2 3 4 5 6 7
8	Я заздалегідь вибудовую план майбутнього дня.	1 2 3 4 5 6 7
9	Мені важливіше те, що я роблю і переживаю в даний момент, а не те, що буде або було.	1 2 3 4 5 6 7
10	Я можу почати робити кілька справ і жодне з них не закінчити.	1 2 3 4 5 6 7
11	Я планую мої повсякденні справи згідно з визначеними принципам.	1 2 3 4 5 6 7
12	Я вважаю себе людиною, що живе «тут і зараз».	1 2 3 4 5 6 7
13	Я не можу перейти до іншого справі, якщо не завершив	1 2 3 4 5 6

	попереднього.	7
14	Я вважаю себе цілеспрямованим людиною.	1 2 3 4 5 6 7
15	Замість того щоб займатися справами, я часто даремно витрачаю час.	12 3 4 5 6 7

16	Мені подобається вести щоденник і фіксувати в ньому відбувається зі мною.	1 2 3 4 5 6 7
17	Іноді я навіть не можу заснути, згадавши про недороблених справах.	12 3 4 5 6 7
18	У мене є до чого прагнути.	1 2 3 4 5 6 7
19	Мені подобається користуватися щоденником і іншими засобами планування часу.	1 2 3 4 5 6 7
20	Моє життя спрямована на досягнення певних результатів.	12 3 4 5 6 7
21	У мене бувають труднощі з упорядкуванням моїх справ.	12 3 4 5 6 7
22	Мені подобається писати звіти за підсумками роботи.	12 3 4 5 6 7
23	Я ні до чого не прагну.	12 3 4 5 6 7
24	Якщо я не закінчив якусь справу, то це не виходить у мене з голови.	12 3 4 5 6 7
25	У мене є головна мета в житті.	12 3 4 5 6 7

Ключ: для кожної шкали підраховується сума балів за прямими і зворотним (-) пунктам.

шкала	пункт
планомірність	2, 4, 8, 11
цілеспрямованість	7, 14, 18, 20, 23 (-), 25
наполегливість	! (-), 5 (-), 10 (-), 15 (-), 21 (-)

фіксація	3, 6, 13, 17, 24
самоорганізація	16, 19, 22
Орієнтація на даний	9, 12