

саме: особистісні риси; історія життя; інші розлади здоров'я і стимулятори [1, 4].

Список літератури

1. Гуменюк Ю. Олексюк О. Гаркавенко Н. Збірник наукових праць РДГУ. Психологія: реальність і перспективи. Випуск 20. Психокорекція посттравматичних стресових розладів: тривожність та її подолання. 2023. URL:https://www.prap.rv.ua/index.php/prap_rv/article/view/344/301
2. Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти. № 4. Студентський Дайджест. Рівне. 2021. URL:https://rshu.edu.ua/images/nauka/03_mol_nv/stud_digest_2021_4.pdf
3. Колодяжна А. Короткова П. Тривожність як властивість особистості. Київ. URL:<https://er.knutd.edu.ua/bitstream/123456789/22961/1/540-544.pdf> с.541
4. Як впоратися з тривогою. Тривожні розлади/ MozOk. URL:<https://mozok.ua/anxietydisorder/article/3977-yak-vporatisya-z-trivogoyu>.
5. Ясточкіна І. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. Випуск 6. С. 165–170. Особистісна тривожність як соціально-психологічна проблема. Львів. 2020. URL:http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/6_2020/26.pdf
6. What did Freud say about Anxiety? Freud museum London. URL: <https://www.freud.org.uk/education/resources/what-did-freud-say-about-anxiety/>

*Науковий керівник: Леся ХОМЕНКО-СЕМЕНОВА,
канд. пед. наук, доцент*

УДК 159.9-051(034.1)(043.2)

Ольга ГУМЕННА

Національний авіаційний університет, Київ

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ ДО НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У процесі вступу до закладу вищої освіти студенти зіштовхуються з рядом психологічних викликів, які впливають на їхню адаптацію до нових умов навчання. Один з основних факторів, що викликає стрес, - це перехід від шкільного до університетського середовища, де вимоги до

самостійності, відповідальності та навчальної активності змінюються. Першокурсники зазвичай відчують невизначеність щодо майбутнього, страх невдачі та неуспіху, а також нестачу впевненості в своїх здібностях [1]. Ці психологічні складнощі можуть призвести до втрати мотивації та негативно позначитися на навчальних досягненнях [3].

Успішна адаптація до вищого навчання залежить не лише від зовнішніх умов, але й від внутрішніх психологічних ресурсів студента. До таких ресурсів можна віднести рівень самодисципліни, гнучкість мислення, емоційну стійкість та здатність до самоаналізу. Студенти, у яких ці характеристики більше розвинуті, мають більші шанси на успішну адаптацію та досягнення вищих академічних успіхів [2].

Соціальна підтримка від родини, друзів, викладачів та однокурсників також грає важливу роль у процесі адаптації. Відчуття підтримки та приналежності до соціальної групи сприяє зниженню рівня стресу та підвищенню самооцінки студента [2].

Одним із ключових завдань психології вищої освіти є розробка ефективних психологічних стратегій та методик, спрямованих на підтримку адаптації студентів до умов вищого навчання [4]. Ці стратегії можуть включати в себе психологічні тренінги з розвитку особистісних ресурсів, консультативну підтримку від практичних психологів та впровадження програм психологічної адаптації на рівні університетського керівництва.

Отже, психологічна адаптація до навчання у вищому навчальному закладі є складним та багатограним процесом, який вимагає від студентів не лише волі й наполегливості, але й розвитку різноманітних психологічних навичок та стратегій. Важливими компонентами успішної адаптації є розвиток стресостійкості, самоорганізації та соціальної взаємодії.

Проведення психологічних тренінгів, консультаційних послуг та створення сприятливого середовища для соціальної підтримки можуть допомогти студентам успішно пройти процес адаптації та досягти академічних успіхів. Крім того, важливою є активна роль університетських влад та педагогічного складу у створенні умов для психологічного благополуччя студентів та підтримки їхнього академічного й особистісного розвитку.

Список літератури

1. Корват Л. В. Психологічна підготовка студентів як шлях професійного становлення особистості // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка - Київ: Геносис, 2007, т. VI, вип.3. - С.425-434.

2. Ляшенко І. В. Формування професійної мотивації студентів до успішної фахової діяльності / І. В. Ляшенко // Народна освіта – 2013. – Вип. 1 (019).
3. Моначин І., Попик Т. Сутність поняття психологічної готовності до діяльності. Матеріали V Міжнародної науково-технічної конференції. 18 листопада 2016. 351 с.
4. Ющук М. Р. Психологічна адаптація студентства.– Київ1: Освіта, 1999.- 150 с.

*Науковий керівник: Олександра АЛПАТОВА,
канд.псих.наук, професор*

УДК 159.955:305:373.3-053.2(043.2)

Анна ДЖИМА

Національний авіаційний університет, Київ

ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ ТА МИСЛЕННЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Гендерні відмінності розвитку уваги та пам'яті у молодших школярів є важливим аспектом у сучасній психології дитинства. Враховуючи глобальні зміни в суспільстві, де розуміння ролі гендеру та статевих різниць набуває нового значення, важливо проводити дослідження щодо впливу гендерних чинників на когнітивний розвиток дітей [3]. Відомо, що увага та пам'ять відіграють ключову роль у процесі навчання та соціальної адаптації, тому розуміння того, як саме гендер впливає на ці когнітивні функції, має велике значення для педагогів, батьків та інших фахівців, що працюють з дітьми [1].

Чимало досліджень у сфері дитячої психології та педагогіки присвячені вивченню гендерних відмінностей у розвитку уваги та пам'яті (І. Керестень, В. Літинська, І. Ляшенко, І. Майстренко, О. Макаренко, С. Максименко). Вони показують, що хлопчики та дівчатка можуть мати різний рівень розвитку цих когнітивних функцій на різних етапах дитинства. Наприклад, деякі дослідження вказують на те, що хлопчики можуть мати кращий розвиток уваги на візуальні стимули, тоді як дівчатка можуть виявляти більшу ефективність у завданнях, що вимагають вербальної пам'яті [5].

Слід також зазначити, що соціокультурні чинники можуть впливати на розвиток уваги та пам'яті у дітей різних статей. Наприклад, стереотипи щодо того, які навички є "чоловічими" або "жіночими", можуть впливати