



<http://LLL21.petrSU.ru>

<http://petrsu.ru>

Издатель

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Петрозаводский государственный университет»,
Российская Федерация, г. Петрозаводск, пр. Ленина, 33

**Научный электронный ежеквартальный журнал
НЕПРЕРЫВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: XXI ВЕК**

Выпуск 3 (39).
Autumn 2022

Главный редактор
Т. А. Бабакова

Редакционная коллегия

Э. Ванхемпинг
О. Грауманн
С. А. Дочкин
З. Б. Ефлова
М. В. Иванова
А. В. Москвина
Е. А. Раевская
Э. Рангелова
В. В. Сериков
И. З. Сковородкина
А. П. Сманцер
И. И. Сулима
И. В. Филимоненко

Редакционный совет

А. Г. Бермус
Е. В. Борзова
А. Виегерова
Е. В. Игнатович
А. Клим-Климашевска
А. И. Назаров
Е. И. Соколова

Служба поддержки

С. А. Кадетова
Т. А. Каракан
А. Г. Марахтанов
Е. В. Петрова
Е. И. Соколова

ISSN 2308-7234

Свидетельство о регистрации СМИ Эл. № **ФС77-57767** от 18.04.2014

Решением Президиума ВАК журнал включен
в Перечень рецензируемых научных изданий (с 09.08.2018 г., «Педагогические науки»)

Журнал зарегистрирован в информационных системах РИНЦ (договор 473-08/2013)
и ERIH PLUS (18.06.15)

Адрес редакции

185910 Республика Карелия, г. Петрозаводск, ул. Анохина, д. 20, каб. 208
Электронная почта: LLL21@petrsu.ru

ШЕВЧЕНКО Наталья Николаевна

кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой теории и методики общего и профессионального образования Института педагогики и психологии

Петрозаводский государственный университет
(г. Петрозаводск, Российская Федерация)

kron.sh72@gmail.com

РАЕВСКАЯ Елена Александровна

кандидат психологических наук, доцент кафедры теории и методики общего и профессионального образования Института педагогики и психологии

Петрозаводский государственный университет
(г. Петрозаводск, Российская Федерация)

raevskaya_nazar@mail.ru

БОГДАНОВА Надежда Анатольевна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики общего и профессионального образования Института педагогики и психологии

Петрозаводский государственный университет
(г. Петрозаводск, Российская Федерация)

nadebogdanova@yandex.ru

ЯНЮШКИНА Галина Михайловна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики общего и профессионального образования Института педагогики и психологии

Петрозаводский государственный университет
(г. Петрозаводск, Российская Федерация)

kot10.0609@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

Аннотация: статья раскрывает актуальную проблему современного образования – адаптацию студентов первого курса к обучению в университете через особенности формата online обучения, активное использование которого было обусловлено самоизоляцией субъектов образовательного процесса в период пандемии.

Феномен адаптации с позиций российских и зарубежных авторов раскрывается как фактор осуществления успешной учебной деятельности студентов, бывших школьников, на этапе их интеграции в новую образовательную среду. Рассматриваются условия, позитивно или негативно влияющие на этот процесс. В статье изложены взгляды отечественных и зарубежных авторов на достоинства и недостатки дистанционного обучения.

Описаны методы анкетирования, тестирования, сравнительного анализа данных и математической обработки, примененные при проведении исследования, направленного на изучение трех основных вопросов: самооценки успешности адаптации студентов-первокурсников; особенностей адаптации студентов-первокурсников в условиях дистанционного обучения, связанного с пандемией, и оценке поддержки со стороны профессорско-

преподавательского состава университета. Опрос 184 респондентов был проведен дистанционно с применением Google Форм.

Представленный в статье анализ результатов исследования показывает, что существенного снижения уровня адаптированности студентов в 2020/21 учебном году в связи с обучением в дистанционном формате не произошло. Студенты-первокурсники в основном испытывают положительные эмоциональные состояния, отмечая, что их полностью устраивает обучение в дистанционном формате. Многие из них признают его не менее эффективным, чем очный, что позволяет судить о перспективности дистанционного формата обучения как одного из условий успешной адаптации студентов-первокурсников к обучению в университете.

Ключевые слова: образовательная среда, образовательный процесс, адаптация, адаптивность, дезадаптация, информатизация образования, online обучение, технологии дистанционного обучения.

Дата поступления: 06.05.2022

Дата публикации: 26.09.2022

Для цитирования: Шевченко, Н. Н. Особенности адаптации студентов-первокурсников в условиях дистанционного обучения / Н. Н. Шевченко, Е. А. Раевская, Н. А. Богданова, Г. М. Янюшкина // Непрерывное образование: XXI век. – 2022. – Вып. 3 (39). – DOI: 10.15393/j5.art.2022.7852.

Natalja N. SHEVCHENKO

PhD in Pedagogy, associate Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of General and Professional education, Institute of Pedagogy and Psychology
Petrozavodsk State University
(Petrozavodsk, Russian Federation)

kron.sh72@gmail.com

Elena A. RAEVSKAYA

PhD in Psychology, associate Professor of the Department of Theory and Methodology of General and Professional education, Institute of Pedagogy and Psychology
Petrozavodsk State University
(Petrozavodsk, Russian Federation)

raevskaya@petsu.ru

Nadezhda A. BOGDANOVA

PhD in Pedagogy, associate Professor of the Department of Theory and Methodology of General and Professional education, Institute of Pedagogy and Psychology
Petrozavodsk State University
(Petrozavodsk, Russian Federation)

nadebogdanova@yandex.ru

Galina M. YANYUSHKINA

PhD in Pedagogy, associate Professor of the Department of Theory and Methodology of General and Professional education, Institute of Pedagogy and Psychology
Petrozavodsk State University
(Petrozavodsk, Russian Federation)

kot10.0609@mail.ru

ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS TO THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING

Abstract: the article reveals the actual problem of modern education - the adaptation of first-year students to the on-line learning format, the active use of which was caused by the pandemic. Russian and foreign authors view the phenomenon of adaptation as a factor of successful educational first year student activity implementation at the stage of their integration into a new learning environment. The conditions that positively or negatively affect this process are considered. The article presents the views of domestic and foreign authors on the advantages and disadvantages of distance learning.

The methods applied in the research are: questioning, testing, comparative data analysis and mathematical processing. The course research was aimed at studying three main issues: self-assessment of first-year student successful adaptation; special features of first-year student adaptation in the conditions of distance learning under pandemic and the assessment of university faculty support. The survey of 184 respondents was conducted via Google Forms.

The analysis of the results of the study presented in the article shows that there was no significant decrease in the level of adaptation of students in the 2020–2021 academic year due to distance learning. First-year students generally experience positive emotional status, noting that they are completely satisfied with distance learning. Many of them recognize it as no less effective than full-

time, which makes it possible to judge the prospects of the distance learning format as one of the conditions of first-year students successful adaptation to university educational process.

Keywords: educational environment, educational process, adaptation, adaptability, maladaptation, informatization of education, on-line learning, distance learning technologies.

Received: May 06, 2022

Date of publication: September 26, 2022

For citation: Shevchenko N. N., Raevskaya E. A., Bogdanova N. A., Yanyushkina G. M. Adaptation of first-year students to the conditions of distance learning. In: *Nepreryvnoe obrazovanie: XXI vek [Lifelong education: the 21st century]*. 2022. № 3 (39). DOI: 10.15393/j5.art.2022.7852.

Образование в современных условиях социально-экономических перемен принято рассматривать как открытую демократическую систему, ориентированную на удовлетворение образовательных потребностей как отдельной личности, так и общества в целом. Одним из условий профессионального становления будущего специалиста является создание благоприятной, комфортной и бесконфликтной среды университета, способствующей самореализации студентов в различных сферах жизнедеятельности. При этом важным представляется соблюдение равноправия и взаимной заинтересованности в развитии всех субъектов образовательного процесса: студентов, преподавателей, учебно-вспомогательного и управленческого персонала в их гуманистическом взаимодействии.

Принцип гуманистического подхода к организации образовательного процесса является основой адаптации студентов на этапе освоения ими новой социальной роли при переходе от школьного обучения к системе университетского образования. Особую актуальность эта проблема приобретает в отношении адаптации студентов-первокурсников, так как именно они испытывают затруднения, возникающие при взаимодействии с новой социальной средой, с теми условиями в образовательном процессе университета, которые на начальном этапе обучения приводят к нарушению привычной для них психологической стабильности и равновесия. Это обуславливает необходимость адекватного приспособления студентов к изменяющимся условиям, вплоть до смены модели и стратегии их поведения и деятельности.

Студенты-первокурсники в первые месяцы сталкиваются с необходимостью организации не только внешних условий своей жизни, что связано с новым учебным графиком, бытовыми проблемами, межличностным общением с сокурсниками и преподавателями, организацией досуговой деятельности. Адаптационный этап сопровождается перестройкой собственной внутренней сферы жизнедеятельности обучающихся, что требует от них осознания своей новой роли в качестве студента и необходимости в саморегуляции эмоционально-психологических состояний, сопровождающих этот процесс. Это осознание связано с субъективной оценкой студентов, касающихся возможностей их адаптации к условиям обучения в вузе и комфортности для них условий, в которых им предстоит обучаться.

От того, насколько бесконфликтно происходит интеграция студентов в новую образовательную среду университета, во многом будет зависеть их успех

обучения в дальнейшем. Результативность протекания адаптационного этапа в контексте преемственности общего и высшего образования обусловлена эффективностью применяемых технологий в организации процесса их адаптации. Это зависит и от осознания актуальности данной проблемы как одной из целевых установок целостного педагогического процесса в университете, от наличия необходимых знаний и особенностей в осуществлении адаптационного процесса обучающихся первых курсов, команды подготовленных специалистов, владеющих диагностическим и организационно-методическим инструментарием, что позволяет в конечном итоге добиваться высоких результатов.

В последнее время значительно возрос научный интерес отечественных и зарубежных исследователей к проблемам дистанционного обучения школьников и студентов, использования эффективных технологий, методов и средств в его организации. Это обусловлено самоизоляцией в период пандемии учреждений образования, обучающихся и педагогов в связи с распространением коронавирусной инфекции, которая охватила все мировое сообщество. Большое внимание уделяется достоинствам и недостаткам online обучения, вопросам модернизации системы образования в направлении его цифровизации, перспектив интеграции традиционной и дистанционной форм в осуществлении учебного процесса. Вместе с тем исследований, посвященных адаптации первокурсников к дистанционному обучению в университете в изменившихся условиях, когда образовательный процесс осуществляется в online режиме, а не в контактно-аудиторной среде, еще недостаточно. Цель статьи заключается в выявлении и анализе особенностей адаптационного этапа в условиях перехода студентов первого курса на дистанционное обучение, связанного с пандемией, в 2020/21 учебном году. Это позволяет сделать заключение, что заявленная в статье проблема является актуальной и востребованной.

Обзор литературы

Авторы исследований по проблеме адаптации студентов к обучению в университете рассматривают этот процесс в контексте средового подхода как обеспечение условий для продуктивной образовательной деятельности, формирования личностных качеств и необходимых компетенций, социализации в межличностном общении. Исследователи подчеркивают актуальность проблемы, связанной с изучением взаимосвязи характеристик образовательной среды и уровнем успешности социально-психологической адаптации студентов [3; 7; 8; 9].

Адаптацию принято рассматривать как приспособление личности к условиям и требованиям осуществления различных видов деятельности, к особенностям изменяющегося социокультурного пространства, как способность индивида к активным и бесконфликтным действиям в ситуации его интеграции в новую среду жизнедеятельности [2]. Сущностным основанием адаптации является способность человека к оптимальному соответствию осуществляемой им деятельности и поведения в условиях перемещения его в незнакомую или подвергшуюся изменениям среду. В результате нарушения стабильного состояния в ситуации рассогласования с социальной средой и невозможности устранения

возникающих при этом проблем происходит дезадаптация личности, которая сопровождается нарушениями психологического равновесия и тревожности.

Адаптацию рассматривают, с одной стороны, как предпосылку к осуществлению активной учебной деятельности самих студентов в новой изменяющейся ситуации, а с другой – как создание необходимых педагогических условий в образовательной среде университета для эффективной реализации этого процесса. При этом важно отметить, что адаптационные способности студентов (уровень их адаптивности к новым изменяющимся условиям, бесконфликтной интеграции в новую среду) различны. Этот факт необходимо учитывать, осуществляя педагогическую поддержку студентов-первокурсников в период их адаптации к обучению в вузе на основе выстраивания личностно ориентированной модели взаимодействия «студент – преподаватель».

Адаптивность первокурсников определяется исследователями как результат их возможностей адаптироваться к обучению в вузе, который зависит во многом от уровня подготовки студентов к этому процессу еще на этапе обучения в школе, от тех сформированных личностных качеств, которые помогут им комфортно влиться в новую образовательную среду. Эффективное осуществление процесса адаптации студентов первого курса востребовано в связи с тем, что является одним из определяющих факторов сохранения контингента обучающихся, выступает важным показателем конкурентоспособности вуза [12].

Адаптация рассматривается как приспособление личности к среде на основе синергии биологических, психологических и социальных факторов. В адаптации студентов к обучению в университете важным аспектом является активное приспособление к социальной среде в соответствии с их личностными целевыми установками, ценностными ориентациями и возможностями. Адаптация первокурсников протекает более или менее успешно в зависимости от того, насколько их жизненные ценности и приоритеты связаны с мотивацией к обучению, потребностью в формировании тех компетенций, которые необходимы для реализации профессиональной карьеры в будущем. Социальная адаптация заключается в преодолении существующего противоречия между тем, как оценивает свои способности и возможности сам студент, и тем положением, которое он занимает в группе, что проявляется в отношении и оценке его личностных качеств и достоинств со стороны однокурсников [5; 8].

Исследователями академическая адаптация трактуется как процесс и результат интеграции студентов-первокурсников в образовательную среду, основным компонентом которой является система межличностных отношений, складывающихся в учебной деятельности и образовательном пространстве на основе создания динамичного баланса между потребностями личности в получении образовании и качественной характеристикой образовательной среды университета, ориентированной на удовлетворение этих потребностей. В отечественных исследованиях академическая адаптация студентов вуза изучается во взаимосвязи с их нравственно-этическими убеждениями, личностно-эмоциональными проявлениями к жизненным обстоятельствам, успеваемостью, семейным положением, способностями к самоконтролю, особенностями взаимоотношений в студенческой среде [4].

В российских и зарубежных исследованиях среди негативных факторов адаптации студентов первого курса выделены такие, как недостаточный уровень мотивации к учению, трудности в установлении межличностного взаимодействия с сокурсниками и преподавателями, стрессовые ситуации в связи с предстоящей экзаменационной сессией, неспособность к более самостоятельной организации процесса учения. Все это приводит к эмоционально-психологической неустойчивости, повышенной раздражительности и тревожности, к фрустрации, проявляющейся в разочаровании, депрессиях, заниженной самооценке студентов [4].

Проблема адаптации студентов, их интеграции в образовательную социокультурную среду университета и связанные с этим процессом особенности нашли широкое освещение в исследованиях не только отечественных, но и зарубежных авторов. М. S. Rodríguez, С. Tinajero, М. F. Páramo констатируют, что переход от системы школьного обучения к обучению на начальном этапе в университете сопровождается адаптацией к новой социальной, пространственной и академической среде. В ней отсутствует систематический контроль со стороны педагогов и больше предоставляется самостоятельности обучающимся в организации процесса обучения. Исследователи отмечают, что неподготовленность студентов в должной степени к самостоятельной учебной деятельности и самоконтролю приводит к негативным психологическим состояниям, что сказывается и на состоянии их здоровья. Авторы указывают, что успеваемость студентов-первокурсников находится в прямой зависимости от их личностной и эмоционально-психологической адаптации к продуктивному обучению в университете, а также от уровня успехов в учебной деятельности на этапе обучения в школе [20].

R. Dyson, K. Renk обосновывают значение использования интерактивных методов и технологий в адаптации студентов, таких как: мозговой штурм, ролевые игры и групповые занятия, нацеленные на решение проблемных ситуаций. Ими были разработаны тесты и анкеты, которые направлены на определение уровня развития общих жизненных навыков обучающихся, их стрессоустойчивости. Владение этими навыками, по их убеждению, способствует более эффективной адаптации студентов-первокурсников к обучению в университете. В результате исследования было выявлено, что занятия, ориентированные на формирование жизненных навыков обучающихся с использованием интерактивных методов обучения, оказывают положительное влияние на социальную и академическую адаптацию студентов-первокурсников к обучению в вузе. R. Dyson и K. Renk указывают на то, что определяющими факторами социальной и академической адаптации студентов являются самосознание, управление стрессами и эффективное общение [16].

Авторами подчеркивается важность учебной и внеучебной деятельности в их взаимосвязи в процессе адаптации студентов к обучению в учреждениях профессионального образования. Вовлечение обучающихся в различные виды внеучебной деятельности, которая обладает большими компенсирующими возможностями в формировании личностных качеств обучающихся на основе их предпочтительных интересов и потребностей, способствует развитию важных компетенций,

необходимых для самореализации не только на этапе обучения, но и в будущей профессиональной деятельности [19]. D. L. Elliot и S. Kobayashi, рассматривая особенности психологической, социокультурной и академической адаптации студентов в условиях их интеграции в новую образовательную среду университета, подчеркивают важность организации наставничества преподавателей, их кураторской деятельности, обеспечивающих комфортное и бесконфликтное взаимодействие со студентами на основе эмпатии и толерантности [17].

В настоящее время на этапе мировых процессов глобализации наблюдается стремительный рост информатизации всех сфер общественной жизни в направлении цивилизационного развития стран и государств. От уровня эффективности и темпов информационно-технологического развития общества зависят стабильность и прогресс экономики, социальной сферы, образования и культуры, безопасность государства, его признание на мировой арене. Формирование человека нового информационного общества является одной из целевых установок современного образования, которое должно обеспечить подготовку квалифицированных специалистов, обладающих информационно-коммуникативной грамотностью, способных обеспечить прорыв к наукоемким технологиям во всех сферах государственного строительства.

Это обуславливает потребность в совершенствовании системы дистанционного обучения, которое рассматривается как одно из направлений информатизации современного образования. Дистанционные технологии обладают такими положительными свойствами и характеристиками, как удобство и доступность в получении необходимой учебной информации, удовлетворяющей потребности студентов в знаниях по любой предметной дисциплине и в кратчайшие сроки. Анализ научных публикаций за последние годы [1; 6; 12] позволил сделать вывод, что в настоящий момент в российском образовании накоплен достаточно большой опыт в организации дистанционного обучения с использованием информационно-коммуникационных технологий. Содержание учебно-методического обеспечения и сопровождения дистанционного обучения включает в себя электронные учебные модули и пособия, электронные интерактивные задания и проекты, вебинары и веб-квесты, открытые online курсы и тесты, электронные учебные тренажеры, презентации PowerPoint и т. п.

Необходимо отметить, что во многих российских университетах автоматизированная система дистанционного обучения нашла широкое применение в функционировании целостного образовательного пространства, выступая в качестве его интернет-поддержки. Это позволяет студентам осуществлять постоянный и более удобный доступ к информационным и учебно-методическим материалам изучаемых дисциплин. Вместе с тем в исследованиях по проблеме организации дистанционного обучения авторы указывают на ряд недостатков этого процесса. К ним можно отнести следующее: недостаточное материально-техническое обеспечение электронного контента; отсутствие необходимых компетенций для работы в цифровом формате у студентов и преподавателей, а также оперативности в оказании квалифицированной помощи обучающимся и педагогам со стороны специалистов в сфере обслуживания электронного обучения. Одним из отрицательных моментов является незащищенность авторских

прав преподавателей на разработанные ими дистанционные курсы и учебно-методические материалы, представленные в открытом интернет-доступе.

К положительным сторонам дистанционного обучения относятся: свободный доступ к образовательным ресурсам в сети Интернет обучающихся и преподавателей, «обучение на расстоянии», что особенно важным является для студентов-заочников и иностранных студентов; гибкие темпы обучения, что дает возможность не ограничивать временной регламент для усвоения обучающимися содержания учебно-методических материалов. Достоинством дистанционного обучения является возможность использования современных форм в организации образовательного процесса, таких как интерактивная лекция и дискуссия, решение проблемно-ситуационных задач, электронные формы тестирования и индивидуальные веб-консультации со студентами по проблемам курсовых и выпускных квалификационных работ. Положительным моментом является организация их самостоятельной работы в дистанционном режиме, осуществляемой в виде подготовки презентаций, выполнения практических заданий, написания эссе, рефератов по основным проблемам предметных дисциплин.

Особый интерес для авторов статьи представляют изучение и анализ отношения к дистанционному обучению зарубежных ученых, обобщение их опыта в организации этого процесса с использованием современных технологий, методов и форм. S. Ноаге в статье «Университеты адаптируются к изменяющемуся миру» указывает на то, что онлайн-технологии упрощают доступ студентов к обучению на расстоянии, в том числе в университетах других стран. Он отмечает, что дистанционное обучение позволяет в виртуальных учебных средах увеличивать количество учебных семинаров, курсов, видеоконференций, лекций на основе коммерческих, а также открытых платформ доступа. В настоящее время университеты активно используют учебные платформы, на которых студенты получают доступ к мультимедийным учебным материалам и учебным пособиям в режиме онлайн. Эти платформы часто представляют собой гигантские онлайн-библиотеки, форумы, чаты, студенческие доски объявлений, которые дают возможность использовать необходимую и важную информацию как преподавателям, так и студентам [18].

P. Scott утверждает, что онлайн-технологии не должны способствовать замене традиционного личного контакта «преподаватель – студент», выступая за обогащение традиционного обучения дистанционным, за их интеграцию в виде «обогащенного смешанного обучения». Представители Объединенного комитета информационных систем (Jisc, Великобритания) активно поддерживают использование технологий дистанционного обучения в колледжах и университетах, рассматривая дистант-платформы в качестве «персональных цифровых помощников» [цит. по 18].

Проект электронного обучения Лестерского университета (Leicester Online, Англия) ориентирован на поиск универсальных технологий, которые бы способствовали эффективным результатам обучения студентов в режиме online. Этот проект нацелен на достижение высокого качества доступности дистанционных платформ для преподавателей и студентов, которые должны включать в себя библиотеку, администрирование, консультации, поддержку студентов в

процессе обучения. В рамках этого проекта G. Salmon выступает за масштабное и повсеместное внедрение дистанционного обучения. Вместе с тем он отмечает, что дистанционное обучение нельзя отделять от очных форм образования, от личного контакта в общении преподавателя со студентом. Большее предпочтение он отдает таким платформам, как Blackboard и Moodle [18].

F. Casella для формирования цифровой грамотности студентов широко использует современные технологические ресурсы дистанционного обучения, считая, что они позволяют легко находить необходимую информацию, обмениваться и получать быстрый доступ к ней из любого места, что экономит много времени. При этом используются простые и бесплатные сервисы. F. Casella, рассматривая проблему, связанную с развитием необходимых технических навыков, которые наиболее важны для студентов в XXI в., выделяет навыки их цифровой грамотности. К ним она относит способность к нахождению нужной информации, умение понимать и осмысливать ее, организовывать свою учебную деятельность с использованием цифровых технологий. F. Casella выступает с призывом не бояться применять новые подходы и технические инструменты онлайн-платформ в организации совместной деятельности учителя и учащихся, которые способствуют их сотрудничеству, более тесному взаимному общению в процессе обучения [14].

L. Sanchez отмечает, что дистанционный формат обучения предоставляет большие возможности для осуществления индивидуальных программ в обучении студентов. Многие западные эксперты в области образования приходят к заключению, что это имеет решающее значение для улучшения его качества. Переход к использованию различных инструментов онлайн-образования, считают они, является естественным процессом в условиях научно-технического прогресса. Онлайн-курсы обеспечивают виртуальное взаимодействие преподавателей со студентами в любое удобное для них время, дают большие возможности для онлайн-сбора информации и доступа к дистанционным материалам дисциплин.

S. D. Patrick указывает на то, что в условиях традиционного обучения, когда учитель занимается один с 30 учениками, очень сложно персонализировать каждого из них, разрабатывать индивидуальный маршрут учения в соответствии с их способностями, возможностями и темпами усвоения учебной информации. Она отмечает, что онлайн-обучение при обеспечении дополнительной поддержки со стороны учителя позволяет достичь персонализации каждого отдельно взятого ученика, когда он отстает или опережает других в учении. Вместе с тем даже сторонники онлайн-обучения отмечают, что оно не сможет полностью заменить традиционные формы организации обучения, особенно там, где это связано с практико-ориентированной его направленностью [15].

C. Cheely, реализуя в учебном процессе государственную онлайн-образовательную программу для среднего образования Virtual Virginia, считает, что «онлайн-учителям» приходится более интенсивно работать и проводить больше времени в индивидуальном общении с обучающимися, чем при организации традиционного обучения. Часто у онлайн-педагогов, работающих в удаленном режиме, возникает необходимость в индивидуальном общении с одним

учеником посредством веб-конференций, электронной почты или сообщений по мобильному телефону. Это требует от педагога больших временных затрат, вызывая физическую усталость [15].

С. А. Tomlinson, выступая за традиционное взаимодействие преподавателя с обучающимися, отмечает, что общение «лицом к лицу» более перспективно для получения положительных результатов в учебной деятельности. Она считает, что все хорошие учителя могут обеспечить индивидуальное обучение и в «очном классе» не хуже, чем «виртуальные» педагоги. По убеждению С. А. Tomlinson, успешный учитель должен обладать способностью к адаптации процесса обучения как в традиционных условиях его организации, так и в режиме онлайн. Она констатирует тот факт, что при дистанционном обучении преподаватель в большей степени представляет содержание учебной информации в виде «чтения лекций» и в меньшей степени использует другие формы и методы в организации образовательного процесса [15].

С этим нельзя не согласиться, так как в очном общении преподавателя со студентом более эффективно можно использовать такие интерактивные методы обучения, как диалог, групповая дискуссия, решение проблемных ситуаций, выполнение коллективных проектных заданий и др. С. А. Tomlinson выделяет еще одно преимущество традиционной формы организации обучения в сравнении с дистанционной. Оно заключается в том, что учитель, очно общаясь с обучающимися, может непосредственно, «здесь и сейчас» наблюдать за их успехами и трудностями, которые они испытывают, видеть заинтересованность или, наоборот, их индифферентное отношение к процессу учения, своевременно корректировать ту или иную наблюдаемую ситуацию на занятии.

Методика исследования

Для изучения процесса адаптации студентов-первокурсников ПетрГУ, обучающихся по направлению «Педагогическое образование» в условиях пандемии, применялись методы анкетирования, тестирования, сравнительного анализа данных и математической обработки полученных результатов. Для проведения опроса была адаптирована анкета, разработанная для изучения успехов и сложностей адаптации студентов-первокурсников (Е. А. Раевская) [12] и методика «Исследования адаптированности студентов в вузе (Т. Д. Дубовицкая, А. В. Крылова) [10]. В ходе исследования опрошено 184 респондента, обучающихся в восьми образовательных институтах Петрозаводского государственного университета по направлению «Педагогическое образование».

Опрос в условиях сложившейся в городе Петрозаводске в феврале и марте 2021 г. эпидемиологической ситуации был проведен дистанционно с применением Google Форм. Вопросы анкеты по изучению успехов и сложностей адаптации первокурсников и методики «Исследования адаптированности студентов в вузе» были объединены в общем списке вопросов и дополнены обращением к респондентам, инструкцией и запросом о социально-демографических данных. Полученные результаты обрабатывались с использованием приложения Microsoft Excel.

Первый блок анкеты был направлен на выявление самооценки студентов-

первокурсников по адаптации к образовательному процессу в вузе. Им задали вопрос: «Смогли ли Вы адаптироваться к образовательной среде университета и к новым, непривычным для Вас условиям студенческой жизни в целом?». Респондентам был предложен вопрос на выявление их эмоциональных состояний, испытываемых в связи с изменившимися условиями обучения в университете по сравнению со школой, как специфических маркеров адаптированности. Они должны были выбрать из предложенных им вариантов ответов положительные, отрицательные, нейтральные испытываемые эмоциональные состояния или предложить свои. Также первокурсникам предстояло ответить на вопросы в рамках тестовой методики Т. Д. Дубовицкой и А. Я. Крыловой [10], предназначенной для определения степени адаптации студентов к учебной группе и учебной деятельности в университете.

Вопросы второго блока анкеты были направлены на изучение особенностей адаптации студентов-первокурсников к обучению в университете в условиях дистанционного обучения, связанного с пандемией: «Полностью ли Вас устраивает обучение в дистанционном формате?»; «Согласны ли Вы, что дистанционная форма обучения в университете не менее эффективна, чем аудиторная?»; «Удалось ли Вам в условиях дистанционного обучения адаптироваться к учебной деятельности в университете, а также к учебной группе?». С целью выявления трудностей, испытываемых студентами-первокурсниками при переходе на дистанционный формат обучения, им был задан следующий вопрос: «Если Вы испытывали затруднения в обучении в дистанционном режиме, то отметьте, чем они были вызваны?». Студенты должны были выбрать предложенные им варианты ответов: «отсутствие необходимого технического обеспечения», «недостаточное владение навыками работы в цифровом формате», «слабые навыки организации учебной деятельности в дистанционном формате у преподавателей», «увеличение самостоятельной работы», «снижение мотивации к процессу обучения», «недостатки общения», «необходимость проводить много времени у компьютера, что связано с ухудшением здоровья (набор лишнего веса, снижение мышечного тонуса, проблемы со здоровьем)» и «другое».

Третий блок вопросов предполагал оценку поддержки на этапе их адаптации в условиях дистанционного обучения со стороны профессорско-преподавательского состава университета. В связи с этим респондентам были заданы следующие вопросы: «Как бы Вы оценили поддержку студентов-первокурсников со стороны преподавателей в организации online обучения?»; «По каким направлениям необходимо осуществлять поддержку на этапе адаптации студентов-первокурсников к обучению в дистанционном формате?». Для оценки этого параметра студентам были предложены следующие варианты ответов: «оказать содействие в сплочении студенческого коллектива в учебных группах»; «оказывать психологическую и методическую поддержку в подготовке и сдаче экзаменов»; «осуществлять помощь в организации самостоятельной работы студентов в контексте индивидуального подхода»; «при необходимости оказывать помощь в организации быта студентов, их жизненных проблем»; «обеспечить в условиях online обучения приемлемый

график учебного процесса»; «оказать поддержку комфортного взаимодействия преподавателей и студентов в условиях обучения в дистанционном формате»; «организовать доступность психолого-педагогического сопровождения в сложных ситуациях, вызванных online обучением» и «другое».

Результаты и обсуждение

В процессе исследования адаптации студентов первого курса Петрозаводского государственного университета, которые обучаются по направлению «Педагогическое образование» в условиях дистанционного обучения, связанного с пандемией, были получены следующие результаты:

1. *Оценка студентами адаптации к обучению в университете.* На вопрос: «Смогли ли Вы адаптироваться к образовательной среде университета и к новым, непривычным для Вас условиям студенческой жизни в целом?» 94,02 % опрошенных первокурсников ответили утвердительно. Отрицательные оценки были получены только от 4,89 % студентов (табл. 1). При этом 26,63 % респондентов считают, что первый семестр обучения в университете прошел «отлично», 47,82 % – «хорошо»; 22,28 % – «удовлетворительно». Таким образом, положительно оценили начальный этап обучения 96,73 % студентов.

Таблица 1

Оценка первокурсниками их адаптации к студенческой жизни

Table 1

First-year students evaluation of their adaptation to student life

Показатель	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Затрудняюсь ответить
Число респондентов	112	61	8	1	2
Процент	60,87 %	33,15 %	4,35 %	0,54 %	1,09

В ходе исследования выявлялись эмоции первокурсников к процессу обучения как специфические маркеры их адаптивности. Студентам был задан вопрос: «Какие эмоциональные состояния Вы чаще всего испытываете в связи с обучением в университете?». На основе полученных результатов можно судить о том, что преобладающей эмоцией первокурсников в учебном процессе является *интерес* (67,39 %).

Далее по числу выборов респонденты могли выбирать до 5 предложенных различных вариантов эмоциональных состояний, которые распределились следующим образом: *усталость* (51,08 %), *удовлетворение* (38,59 %), *радость* (38,04 %), *оптимизм* (35,33 %), *беспокойство* (33,69 %), *спокойствие* (30,43 %), *удовольствие* (29,34 %), *энтузиазм* (24,46 %), *тревога* (23,37 %), *вдохновение* (19,02 %), *благодарность* и *удивление* (по 14,68 %), *безразличие* (11,41 %), *отчаяние* (10,87 %), *страх* (10,33 %), *злость* (9,78 %), *пессимизм* (8,69 %). Студенты-первокурсники в основном испытывают положительные эмоциональные состояния – 54,03 % всех выборов. Отрицательные выборы совокупно составили 29,88 %, нейтральные – 16,09 % (табл. 2).

Эмоции и чувства первокурсников в связи с обучением в университете

Table 2

First-year students emotions and feelings in connection with studying at the university

Эмоции и чувства	Число респондентов	%
Интерес	124	67,39
Усталость	94	51,08
Удовлетворение	71	38,59
Радость	70	38,04
Оптимизм	65	35,33
Беспокойство	62	33,69
Спокойствие	56	30,43
Удовольствие	54	29,34
Энтузиазм	45	24,46
Тревога	43	23,37
Вдохновение	35	19,02
Благодарность	27	14,68
Удивление	27	14,68
Безразличие	21	11,41
Отчаяние	20	10,87
Страх	19	10,33
Злость	18	9,78
Пессимизм	16	8,69

В результате проведенного исследования по методике Т. Д. Дубовицкой и А. В. Крыловой на выявление адаптированности студентов-первокурсников к учебной деятельности и к учебной группе в вузе в 2021 г. были получены показатели – 10,38 (к учебной деятельности) и 12,16 (к учебной группе), что соответствует среднему уровню адаптации. Сравнительный анализ данных, полученных в ходе мониторинга процесса адаптации студентов-первокурсников в 2014, 2017 и 2021 гг. (табл. 3), позволяет констатировать, что существенного снижения уровня адаптированности студентов в 2020/21 учебном году не произошло в связи с обучением в дистанционном формате.

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа уровня адаптированности студентов к учебной деятельности и к учебной группе

Table 3

The results of a comparative analysis of student adaptation level to learning activities and academic group

Показатель	2014 г. (сентябрь)	2017 г. (май)	2017 г. (декабрь)	2021 г. (март)
Адаптированность к учебной деятельности	10,55	9,3	9,3	10,38
Адаптированность к учебной группе	12,37	11,3	11,4	12,16

2. Оценка студентами-первокурсниками влияния дистанционного обучения на процесс их адаптации. По результатам опроса, вопреки ожиданиям преподавателей 80,98 % обучающихся отметили, что их полностью устраивает обучение в дистанционном формате (табл. 4). Только 15 % респондентов ответили отрицательно; 3,8 % затруднились ответить. Кроме того, 60,87 % опрошенных студентов считают дистанционный формат обучения не менее эффективным, чем очный.

Таблица 4

Удовлетворенность первокурсников обучением в дистанционном формате

Table 4

First-year student contentment with distance learning format

	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Затрудняюсь ответить
Число респондентов	77	72	21	7	7
%	41,85	39,13	11,41	3,80	3,80

На вопрос анкеты «Удалось ли Вам в условиях дистанционного обучения полностью адаптироваться к учебной деятельности?» 83,69 % первокурсников ответили утвердительно – ответы «да» и «скорее да, чем нет». Не удалось адаптироваться 13,59 % опрошенных – ответы «нет» и «скорее нет, чем да»; 2,72 % респондентов затруднились ответить (табл. 5).

Таблица 5

**Адаптация студентов к учебной деятельности
в условиях дистанционного обучения**

Table 5

Student adaptation to educational activities in distance learning format

Показатель	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Затрудняюсь ответить
Число респондентов	85	69	20	5	5
%	46,19	37,50	10,87	2,72	2,72

Студентам-первокурсникам был также задан вопрос: «Удалось ли в условиях дистанционного обучения полностью адаптироваться к учебной группе?» (табл. 6), 85,35 % обучающихся дали ответы «да» и «скорее да, чем нет»; 11,41 % респондентов отметили, что не смогли установить хорошие контакты и отношения одногруппниками (ответы «нет» и «скорее нет, чем да»); 2,72 % опрошенных затруднились с ответом.

Таблица 6

**Адаптация студентов к учебной группе
в условиях дистанционного обучения**

Table 6

Student adaptation to the academic group in distance learning format

Показатель	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Затрудняюсь ответить
Число респондентов	100	57	16	5	6
%	54,35	30,98	8,69	2,72	3,26

Результаты, полученные в результате опроса, позволили сделать вывод, что 77,72 % студентов-первокурсников не испытывали каких-либо затруднений при переходе на дистанционный режим обучения (ответы «нет» и «скорее нет, чем да»); 20,11 % опрошенных отметили, что столкнулись со сложностями (ответы «да» и «скорее да, чем нет»); 1,63 % респондентов затруднились ответить (табл. 7).

**Показатели затруднений студентов при переходе
на дистанционный формат обучения**

Table 7

Student difficulty rates when switching to distance learning

Показатель	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Затрудняюсь ответить
Число ре- спондентов	14	23	61	83	3
%	7,61	12,5	33,15	45,11	1,63

Необходимо отметить, что респонденты, положительно оценившие собственный уровень адаптации, тем не менее сделали множественные выборы из предложенного списка затруднений, обусловленных переходом на цифровой формат обучения, выявив наличие широкого спектра существующих для них проблем. Половина студентов-первокурсников отметили *«необходимость проводить много времени у компьютера»* (50,54 %); каждый третий студент указал на *«недостаток общения с сокурсниками»* (39,13 %); *«увеличение объема самостоятельной работы»* (34,78 %); *«снижение мотивации к обучению»* (29,34 %). Многие студенты отметили *«ухудшение здоровья (набор лишнего веса, снижение мышечного тонуса, ухудшение зрения и т. д.)»* – 27,71 %.

Трудности обучения в дистанционном формате были вызваны также *«недостаточностью навыков работы в цифровом формате»* как у преподавателей (16,84 %), так и у самих студентов (9,23 %); *«отсутствием необходимого технического обеспечения»* (11,95 %). Сумма всех перечисленных затруднений превышает 100 %, так как студентам была предоставлена возможность сделать до 5 различных выборов. Дополнительно респонденты отметили *«плохое интернет-соединение»*, *«неумение работать в Zoom»*, *«малоподвижный образ жизни»*, *«невозможность личной встречи с преподавателем»*, *«сложности с расписанием»*, *«невозможность ближе познакомиться с одногруппниками»*, *«нехватку поддержки группы»*, обстоятельство, что *«в коллективе проще работать, чем в одиночку»*. Не испытали никаких трудностей при обучении в дистанционном формате всего лишь 19 (10,32 %) студентов из 184 опрошенных.

3. *Оценка поддержки студентов-первокурсников в период их адаптации от университета* (табл. 8). Студенты достаточно высоко оценили поддержку, которую им оказывает университет в процессе адаптации к новым условиям обучения в вузе, так считают 84,78 % первокурсников; 15,21 % обучающихся отмечают ее недостаточность; 3,26 % опрошенных затруднились ответить.

**Оценка поддержки студентов-первокурсников
в их адаптации от университета**

Table 8

**Assessment of university support for first-year students
in the adaptation process to new learning environment**

Показатель	Достаточна	Скорее достаточна, чем недостаточна	Скорее недостаточна	Недостаточна	Затрудняюсь ответить
Число респондентов	88	68	17	5	6
%	47,83	36,96	9,24	2,71	3,26

В ходе исследования студентам был задан вопрос на выявление основных недостатков в оказываемой им поддержке со стороны университета в адаптационный период. Были получены следующие ответы: «сделать более удобным график посещения учебных занятий» – 58,15 %; «в большей степени оказывать методическую поддержку в выполнении самостоятельных заданий и работ» – 55,97 %; «необходимость в организации консультирования и оказании психологической помощи в период подготовки к сессиям» – 47,82 %; «содействовать более тесному взаимодействию и сплочению студенческих коллективов» – 33,15 %; «способствовать комфортным контактам и сотрудничеству между преподавателями и студентами» – 29,89 %; «увеличить доступность психолого-педагогического консультирования» – 22,82 %; «оказывать помощь и поддержку в решении возникающих бытовых проблем» – 14,67 %. Сумма всех перечисленных затруднений, которые испытывают первокурсники в адаптационный период, превысила 100 %, так как студентам была предоставлена возможность сделать несколько выборов из предложенных им вариантов ответов.

Адаптация студентов-первокурсников – одно из приоритетных направлений деятельности университета, которое заключается в обеспечении психолого-педагогической поддержки на этом сложном для бывших школьников этапе, когда происходит смена привычных стереотипов в организации учебной деятельности. При столкновении с новыми условиями в образовательной среде вуза они испытывают в большей или меньшей степени ряд затруднений. К ним можно отнести возрастание объема учебной нагрузки при усвоении содержания новых дисциплин, в том числе самостоятельной работы. Встречают трудности студенты первого курса и в выстраивании новой системы взаимодействия с преподавателями, а также с другими обучающимися учебной группы в установлении деловых и личных отношений.

Анализ литературы по проблеме исследования позволил сделать вывод, что сегодня как отечественные, так и зарубежные ученые пристальное внимание уделяют использованию технологий, методов и форм дистанционного обу-

чения в организации образовательного процесса; при этом принципиальных отличий во взглядах исследователей на организацию дистанционного обучения не выявлено. Интерес к этой научной проблеме возрастает в связи со сложившейся эпидемиологической ситуацией во всем мире, что диктует необходимость обращаться к организации обучения в online режиме.

Адаптация студентов-первокурсников к новой образовательной среде университета – это сложный процесс, который сопровождается дополнительными рисками, обусловленными проведением учебных занятий в дистанционном режиме. Анализ результатов, полученных в ходе проведенного исследования на выявление особенностей адаптационного этапа в связи с переходом студентов-первокурсников на дистанционный формат обучения, позволил выделить как положительные, так и негативные его стороны. Выявленные недостатки, учет пожеланий студентов и преподавателей по организации online обучения помогут в перспективе организовать его на более качественном уровне, что в конечном счете окажет позитивное влияние и на успешность адаптации студентов-первокурсников к обучению в университете в целом.

Список литературы

1. Буденкова Е. А. К вопросу о формировании общекультурных компетенций студентов-бакалавров средствами электронного обучения в вузе: теоретические и практические аспекты / Е. А. Буденкова // Мир науки. 2016. Т. 4. № 3. С. 41–46.
2. Вишнякова С. М. Профессиональное образование: словарь. Ключевые понятия, термины, актуальная лексика / С. М. Вишнякова. Москва, 1999. 538 с.
3. Интеграция первокурсников в социокультурную и образовательную среду вуза / Е. В. Хохлова [и др.] // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 1 (50). С. 378–83.
4. Карпович И. А. Электронная информационно-образовательная среда как средство педагогической поддержки студентов-первокурсников в период адаптации к обучению в вузе / И. А. Карпович // Неделя науки СПбПУ. Санкт-Петербург, 2020. С. 147–149.
5. Куликов С. П. Особенности социальной адаптации и защиты студентов вузов / С. П. Куликов, С. В. Новиков, А. А. Сазонов // Социология. 2019. № 6. С. 99–107.
6. Николаева О. В. Влияние дистанционного обучения на адаптацию студентов-первокурсников / О. В. Николаева // Педагогика, психология, общество: новая реальность. 2021. С. 206–210.
7. Новикова Е. С. Социальная адаптация студентов: психологические аспекты и особенности / Е. С. Новикова // Современное образование: содержание, технологии, качество. 2018. Т. 2. С. 277–278.
8. Ткаченко Н. Н. Социально-психологическая адаптация студентов в образовательной среде разного типа / Н. Н. Ткаченко // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 4 (25). С. 358–360.
9. Токар В. М. Адаптация студентов к обучению в вузе / В. М. Токар, А. М. Насретдинов // Управление устойчивым развитием. 2017. № 6 (13). С. 115–118.
10. Дубовицкая Т. Д. Методика исследования адаптированности студентов в вузе / Т. Д. Дубовицкая, А. Я. Крылова // Психологическая наука и образование. 2010. № 2. Электрон. дан. URL: http://psyedu.ru/journal/2010/2/Dubovitskaya_Krilova.phtml (дата обращения: 25.09.2021).
11. Кучер О. Н. Варианты включения дистанционных образовательных технологий, электронного обучения в учебный процесс вуза / О. Н. Кучер // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 5. Электрон. дан. URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=27008> (дата обращения: 25.09.2021).

12. Раевская Е. А. Динамика процесса адаптации студентов-первокурсников в университете: первая сессия [Электронный ресурс] / Е. А. Раевская // Непрерывное образование: XXI век. 2016. № 3 (15). Электрон. дан. DOI: 10.15393/j5.art.2016.3205 (дата обращения: 25.09.2021).

13. Шамионов Р. М. Характеристики академической адаптации и субъективного благополучия студентов вузов с хроническими заболеваниями / Р. М. Шамионов, М. В. Григорьева, А. В. Созонник // European Journal of Investigation, Health, Psychology and Education. 2020. № 10 (3). P. 816–831. Электрон. дан. URL: <http://www.mdpi.com/2254-9625/10/3/59/htm> (дата обращения: 25.09.2021).

14. Casella F. TechCHAT: Education World [Electronic resource]. Electron dan. URL: http://www.educationworld.com/a_tech/tech-chat-classroom-integration-fabiana-casella.shtml (date of access: 25.09.2021).

15. Davis M. R. E-Learning seeks a custom fit [Electronic resource] // Education week. 2010. Electron dan. URL: <http://www.edweek.org/teaching-learning/e-learning-seeks-a-custom-fit/2010/01> (date of access: 25.09.2021).

16. Dyson R., Renk K. Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress, and coping [Electronic resource] // Clinical Psychology. 2006. № 62 (10). P. 1231–1244. Electron dan. URL: <http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16810671/> (date of access: 25.09.2021).

17. Elliot D. L., Kobayashi S. How can PhD supervisors play a role in bridging academic cultures? [Electronic resource] // Teaching in Higher Education. 2019. № 24(8). P. 911–929. Electron dan. URL: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13562517.2018.1517305?journalCode=cthe20>(date of access: 25.09.2021).

18. Hoare S. Universities adapt to a shrinking world [Electronic resource] // The Guardian. 2006. Electron dan. URL: <http://www.theguardian.com/education/2006/mar/07/elearning.technology14-> (date of access: 25.09.2021).

19. Liu H.-Y., Chao C.-Y., Kain V. J., Sung S.-C. The relationship of personal competencies, social adaptation, and job adaptation on job satisfaction [Electronic resource] // Nurse Education Today. 2019. № 83. P. 104–199. Electron dan. URL: <http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31683113/> (date of access: 25.09.2021).

20. Rodríguez M.S., Tinajero C., Páramo M. F. Pre-entry characteristics, perceived social support, adjustment and academic achievement in first-year Spanish university students: A path model [Electronic resource] // Psychology: Interdisciplinary and Applied. 2017. № 151 (8). P. 722 – 738. Electron dan. URL: http://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372351__ (date of access: 25.09.2021).

References

1. Budenkova E. A. To the issue of building up student general cultural competence. In: *Mir nauki*. 2016. T. 4. № 3. P. 41–46. (In Russ.)

2. Vishnyakova S. M. Professional education: Dictionary. Key concepts, terms, actual lexic. Moscow, 1999. 538 p. (In Russ.)

3. Integration of first year students into socio-cultural educational environment / E. V. Khokhlova [et al.]. In: *Biznes. Obrazovanie. Pravo*. 2020. № 1 (50). P. 378–383. (In Russ.)

4. Karpovich I. A. Digital educational environment as a means of pedagogical support for first year students in adaptation period. In: *Nedelya nauki SPBPU*. Sankt-Peterburg, 2020. P. 147–149. (In Russ.)

5. Kulikov S. P., Novikov S. V., Sazonov A. A. Special features of support for higher education institution students. In: *Sociologiya*. 2019. № 6. P. 99–107. (In Russ.)

6. Nikolaeva O. V. The impact of distance learning on student adaptation. In: *Pedagogika, psikhologiya, obshchestvo: novayareal'nost'*. 2021. P. 206 – 210. (In Russ.)

7. Novikova E. S. Social student adaptation: psychological features. In: *Sovremennoe obrazovanie: sodержanie, tekhnologii, kachestvo*. 2018. T. 2. P. 277–278. (In Russ.)
8. Tkachenko N. N. Socio-psychological adaptation of students in the educational environment of various types. In: *Azimut nauchnykh issledovanij: pedagogika i psikhologiya*. 2018. T. 7. № 4 (25). P. 358–360. (In Russ.)
9. Tokar V. M., Nasretdinov A. M. Student adaptation to university education. In: *Upravlenie ustojchivym razvitiem*. 2017. № 6 (13). P. 115–118. (In Russ.)
10. Dubovickaya T. D., Krylova A. Ya. Research methods for studying the adaptation process for university students [Electronic resource]. In: *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*. 2010. № 2. Electron. dan. URL: http://psyedu.ru/journal/2010/2/Dubovitskaya_Krilova.phtml (date of access: 25.09.2021). (In Russ.)
11. Kucher O. N. Options of including digital education into educational process in higher education [Electronic resource]. In: *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*. 2017. № 5. Electron. dan. URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=27008> (date of access: 25.09.2021). (In Russ.)
12. Raevskaya E. A. The adaptation dynamics of first year students at the university: the first set of exams [Electronic resource]. In: *Nepreryvnoe obrazovanie: XXI vek [Lifelong education: The 21st century]*. 2016. № 3 (15). Electron. dan. DOI: 10.15393/j5.art.2016.3205 (date of access: 25.09.2021). (In Russ.)
13. Shamionov R. M., Grigor'eva M. V., Sozonnik A. V. Special features of adaptation for students with chronic diseases [Electronic resource]. In: *European Journal of Investigation, Health, Psychology and Education*. 2020. № 10 (3). P. 816–831. Electron. dan. URL: <http://www.mdpi.com/2254-9625/10/3/59/htm> (date of access: 25.09.2021).
14. Casella F. TechCHAT: Education World [Electronic resource]. Electron. dan. URL: http://www.educationworld.com/a_tech/tech-chat-classroom-integration-fabiana-casella.shtml (date of access: 25.09.2021).
15. Davis M. R. E-Learning seeks a custom fit [Electronic resource]. In: *Education week*. 2010. Electron. dan. URL: <http://www.edweek.org/teaching-learning/e-learning-seeks-a-custom-fit/2010/01> (date of access: 25.09.2021).
16. Dyson R., Renk K. Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress, and coping [Electronic resource]. In: *Clinical Psychology*. 2006. № 62 (10). P. 1231–1244. Electron. dan. URL: <http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16810671/> (date of access: 25.09.2021).
17. Elliot D. L., Kobayashi S. How can PhD supervisors play a role in bridging academic cultures? [Electronic resource]. In: *Teaching in Higher Education*. 2019. № 24 (8). P. 911–929. Electron. dan. URL: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13562517.2018.1517305?journalCode=cthe20> (date of access: 25.09.2021).
18. Hoare S. Universities adapt to a shrinking world [Electronic resource]. In: *The Guardian*. 2006. Electron. dan. URL: <http://www.theguardian.com/education/2006/mar/07/elearning.technology14-> (date of access: 25.09.2021).
19. Liu H.-Y., Chao C.-Y., Kain V. J., Sung S.-C. The relationship of personal competencies, social adaptation, and job adaptation on job satisfaction [Electronic resource]. In: *Nurse Education Today*. 2019. № 83. P. 104 – 199. Electron. dan. URL: <http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31683113/> (date of access: 25.09.2021).
20. Rodríguez M. S., Tinajero C., Páramo M. F. (2017). Pre-entry characteristics, perceived social support, adjustment and academic achievement in first-year Spanish university students: A path model [Electronic resource]. In: *Psychology: Interdisciplinary and Applied*. 2017. № 151 (8). P. 722–738. Electron. dan. URL: <http://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372351> (date of access: 25.09.2021).