

переважно фізичного) [1].

Таким чином, кібербулінг – явище досить нове, але, разом з тим, жертвою такого знущання може стати кожен користувач соціальними мережами. Саме тому важливо знати шляхи протидії такому впливу. Оскільки в шкільний період діти найбільш вразливі до деструктивних форм поведінки в соціальних мережах, а також не мають можливості ефективно захищатися від кібернападників, в освітніх закладах важливо створювати необхідну атмосферу взаємодопомоги та підтримки. Сучасні практикуючі психологи наголошують, що, зважаючи на актуальність роботи з профілактики булінгу, влучним рішенням для освітніх закладів є призначення психолога, відповідального за вирішення питань, пов'язаних з булінгом шляхом спостереження за поведінкою учнів, консультування і надання їм необхідної психологічної допомоги.

Висновки. Результати теоретичного дослідження показали, що феномен булінгу – тривалий процес усвідомленого жорсткого ставлення, що призводить до серйозних психологічних та соціально-негативних наслідків. Булінг є актуальною соціально-психологічною проблемою, яка потребує подальшої розробки та досліджень, пошуків шляхів її подолання, а профілактика агресивної та насильницької поведінки серед школярів потребує системного здійснення просвітницько-профілактичних заходів щодо подолання булінгу в сучасних закладах освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Беженар Г. Булінг : підліткове насильство в школі – [Електронний ресурс] / Беженар Г. // Школа. – 2012. – №2 (74). – С. 75–79. – Режим доступу : www.osvitaua.com/attach/2319/SHj12021s.pdf . – Заголовок з екрану
2. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? / И.С. Кон // Семья и школа. – 2006. – № 11. – С. 15-17.

Анастасія Ігнатова,

студентка 1 курсу

Факультету фізико-математичної, комп'ютерної та технологічної освіти

Наук. керівник: **В. В. Чумак,**

к. психол. н., доцент (БДПУ)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКУРСНИКІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Актуальність. Проблема адаптації студентів-першокурсників до умов університету є однією з важливих загальнотеоретичних проблем і до теперішнього часу є традиційним предметом дискусій, оскільки відомо, що адаптація молоді до студентського життя – складний і багатогранний процес, що вимагає залучення соціальних і біологічних резервів організму.

Адаптація – це процес зміни характеру зв'язків, відносин студента до змісту і організації учбового процесу.

Ступінь соціальної адаптації першокурсника в університеті визначає безліч чинників: індивідуально-психологічні особливості людини, її особисті, ділові і поведінкові якості, ціннісні орієнтації, академічна активність, стан здоров'я, соціальне оточення, статус сім'ї та ін.

Актуальність проблеми визначається завданнями оптимізації процесу «входження» вчорашнього школяра в систему студентських відносин. Прискорення процесів адаптації першокурсників до нового для них способу життя і діяльності, дослідження психологічних особливостей, психічних станів, що виникають в учбовій діяльності на початковому етапі навчання, а також виявлення педагогічних і психологічних умов активізації даного процесу є надзвичайно важливими завданнями.

Ступінь досліджуваності проблеми. Дослідження адаптації, як необхідної умови існування живого організму, розглядалося в роботах І.П. Павлова, І.М. Сеченова, Ч. Дарвіна, Ж. П'яже.

Психологічні аспекти адаптації людини до різних умов середовища розроблялися Б. Г. Ананьевим, В. В. Антіповим, Ж. Годфруа, В. В. Гріценко, Э. Ф. Зеєром, В. В. Константіновим, В. В. Пархомчук та ін.

Мета та методи дослідження. Вивчити особливості адаптації першокурсників у закладах вищої освіти.

Студенти, що поступили на перший курс, нелегко сприймають зміст і організацію учбового процесу в університеті. Це зв'язано також і з тим, що в школі і удома хлопці і дівчата знаходяться під постійним контролем батьків, учителів. Студенти не звикли до самоконтролю, постійний контроль з боку батьків неможливий.

Студентові необхідно працювати не тільки на заняттях в університеті, але і самостійно вивчати матеріал, користуючись бібліотеками, Інтернетом. В учбовому процесі важлива роль відводиться самостійній роботі студента [1].

Сутність дослідження. Адаптаційний процес необхідно розглядати комплексно, на різних рівнях його перебігу, тобто на рівнях міжособистісних відносин, індивідуальної поведінки, психофізіологічної регуляції. Вирішальну роль має власне психічна адаптація, яка значною мірою здійснює вплив на адаптаційні процеси, що здійснюються на інших рівнях.

В результаті неадекватних підходів до організації учбового процесу, направленою на розв'язання завдань адаптації студентів, неузгодженості дій викладачів, недостатньої уваги до вирішення цієї проблеми з боку керівників, студенти адаптуються до учбового процесу досить складно.

Величезну роль грає психологічна підтримка. Доброзичливість, увага сприяють скороченню часу адаптації до змісту і організації учбового процесу в університеті. Куратор групи контролює успішність і відвідуваність занять, інформує батьків. Індивідуальний підхід до кожного – це основний принцип роботи наших кураторів. Вони прагнуть порозумітися з кожним, поговорити відверто, дати пораду або рекомендації, надати допомогу в самостійному вивченні матеріалу, навчити об'єктивно оцінювати свої знання і можливості.

Висновки. Отже, виявлення труднощів на першому курсі і визначення шляхів їх подолання (психологічна підтримка, індивідуальний підхід, доброзичливість та ін.) дозволить підвищити академічну активність студентів, успішність і якість знань. Від самоорганізації учбової діяльності (зокрема, самостійної роботи) залежить успішність студентів. Вирішення цієї проблеми дозволить уникнути відрахування студентів на першому курсі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Чумак В. В. Організація самостійної роботи студентів ВНЗ у віртуальному освітньому просторі / В. В. Чумак // Технології розвитку інтелекту : електронний журнал лабораторії Нових інформаційних технологій навчання Інституту психології ім. Г. С. Костюка. – К., 2013. – Том 1, № 4.

Владислав Карацупа

студент 3 курсу

факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв

Наук. керівник: **М. С. Богдан,**

асистент (БДПУ)

ЕФЕКТ РОЗГАЛЬМУВАННЯ В СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

Актуальність. У зв'язку з популярністю соціальних мереж, віртуальне спілкування стає все більш привабливим для сучасного суспільства. Разом з тим, у деяких індивідів виникають сумніви стосовно того, як можна, використовуючи інтернет та месенжери при обговоренні інтимних питань з абсолютно незнайомою людиною. Психологами дане явище пояснюється виникненням «ефекту розгальмування в мережі», який був описаний у 2004 році американським психологом Дж. Сулером та означає ослаблення психологічних бар'єрів, що обмежують вихід прихованих почуттів і потреб, а також примушенням поводитися в інтернеті так, як зазвичай користувачі не поведуться в реальному житті [1].

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати особливості виникнення й розповсюдження "ефекту розгальмування" у користувачів соціальними мережами.

Сутність дослідження. Дж. Сулер розглядаючи особливості взаємодії в соціальних мережах, виділяє шість основних факторів, що пояснюють невідповідність поведінки користувачів у віртуальному житті реальному спілкуванню:

1. Диссоціативна анонімність («Ви мене не знаєте»). Відчуття того, що в мережі людину «не можуть знати» виникає через анонімність. Так як користувачі соціальних мереж не мають прямого доступу до особистої інформації інших індивідів, людина сама вирішує, яку інформацію про себе висвітлювати та розповсюджувати.

2. Невидимість («Ви мене не бачите»). Невидимість та анонімність тісно пов'язані між собою, так як вони істотно допомагають індивіду приховати власну ідентичність в інтернеті та соціальних мережах. «Невидимий» користувач може надати неправдиву інформацію про свій вік, стать тощо.

3. Асинхронність («Побачимося пізніше»). Спілкування в соціальних мережах асинхронне. Так як користувачі самі контролюють хід бесіди, відсутність необхідності в негайній реакції на співрозмовника викликає ефект розгальмування. Затримка зворотного зв'язку дозволяє користувачам детально обмірковувати свої повідомлення, що в умовах реальної бесіди інколи зробити досить складно.