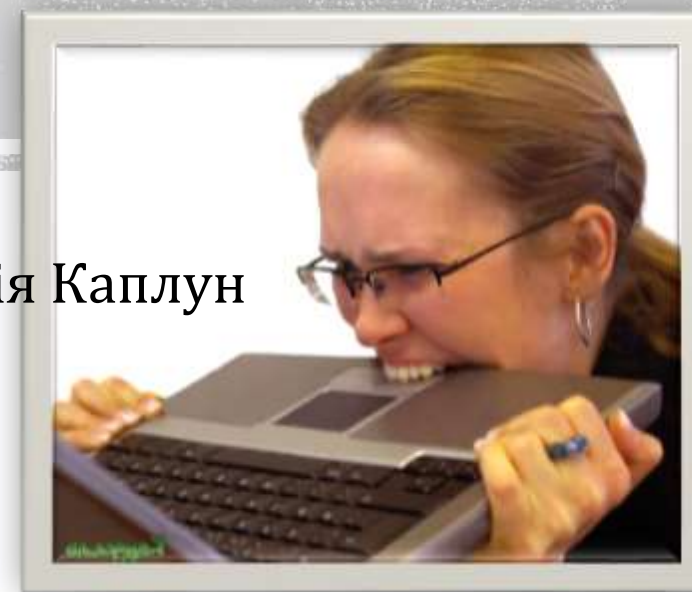
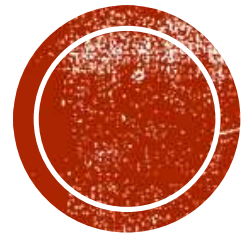


ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ: ЩЕПЛЕННЯ ВІД НЕГАТИВУ

Психолог, Наталія Каплун



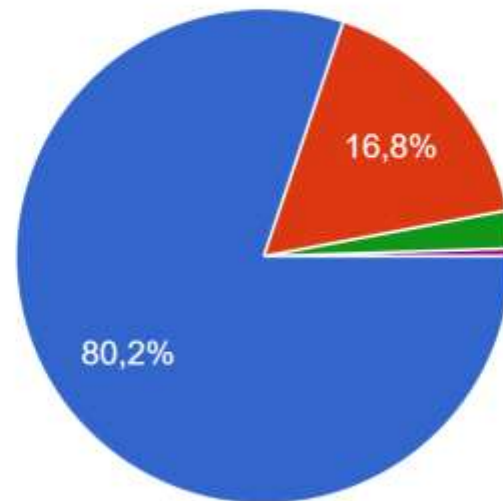


АНАЛІЗ ПОТОЧНОЇ СИТУАЦІЇ

За результатами онлайн-опитування

ХТО ВЗЯВ УЧАСТЬ

Ви -
202 відповіді



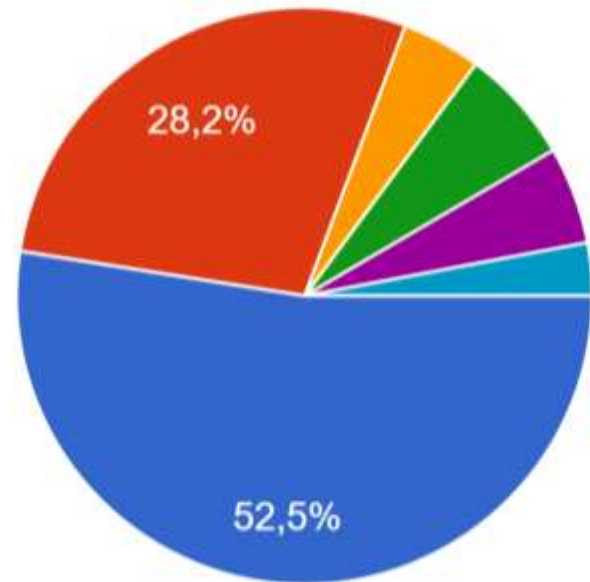
- Студент
- Викладач
- Батько/мати, опікун студента
- Представник адміністрації
- викладач

Було проведено онлайн опитування 40 викладачів і представників адміністрації, 162 студента. Загальна кількість – 202 особи

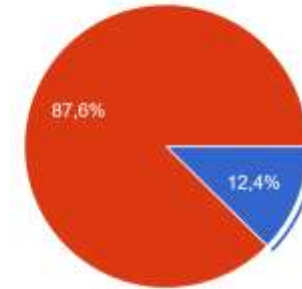


СТАТЕВО-ВІКОВА ХАРАКТЕРИСТИКА

Ваш вік
202 відповіді



Стать
202 відповіді



● чоловік
● жінка

25 чоловіків
175 жінок

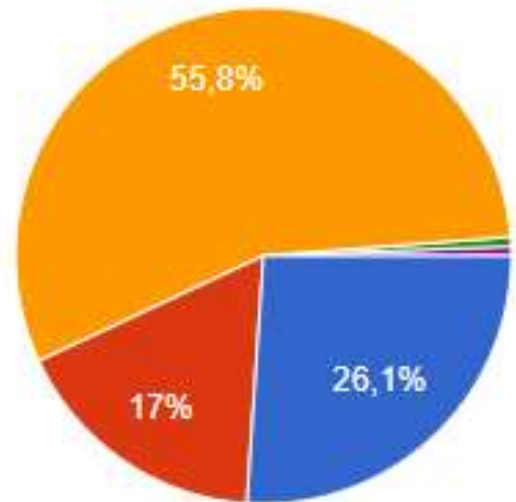
- до 18
- 18-25
- 26-35
- 36-45
- 46-55
- 56 і більше



РОЗПОДІЛ ЗА СПЕЦІАЛЬНОСТЯМИ

Якщо Ви - студент, то якого відділення:

165 відповідей



- Лікувальна справа
- Сестринська справа
- Фармація
- Стоматологія ортопедична
- Стоматологія

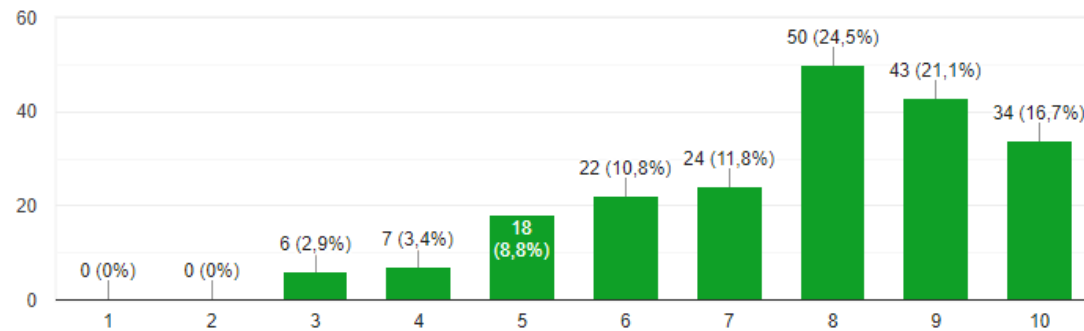


ОРГАНІЗАЦІЯ ДН

Актуальний стан

Вкажіть рівень Вашої задоволеності від організації дистанційного навчання в цьому навчальному році?

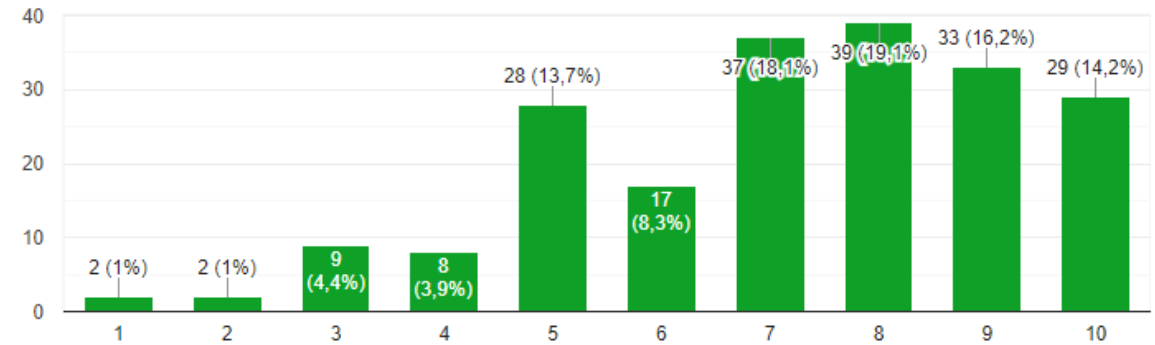
204 відповіді



Сподівання

Чи відповідає рівень організації дистанційного навчання Вашим сподіванням?

204 відповіді

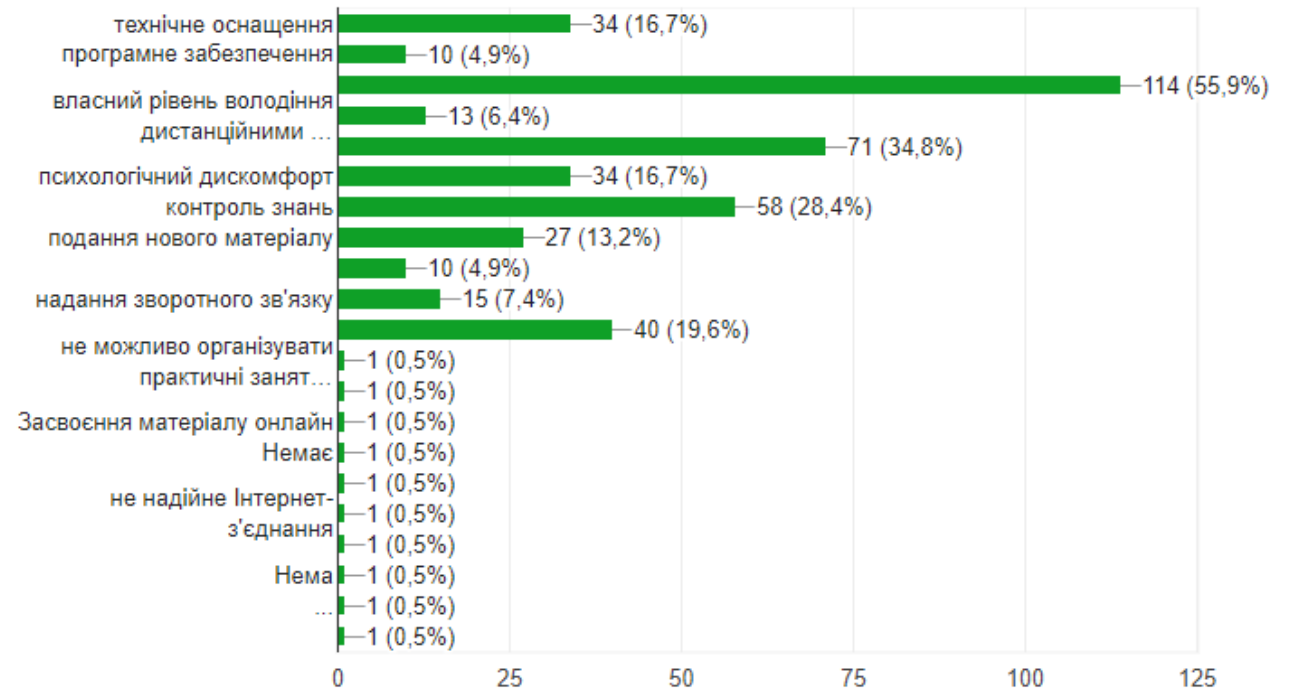


ТРУДНОЩІ

- швидкість та надійність Інтернет-з'єднання
- поєднання домашньої та робочої/навчальної території
- контроль знань

Які Ваші найбільші труднощі у переорієнтуванні на дистанційне навчання?

204 відповіді

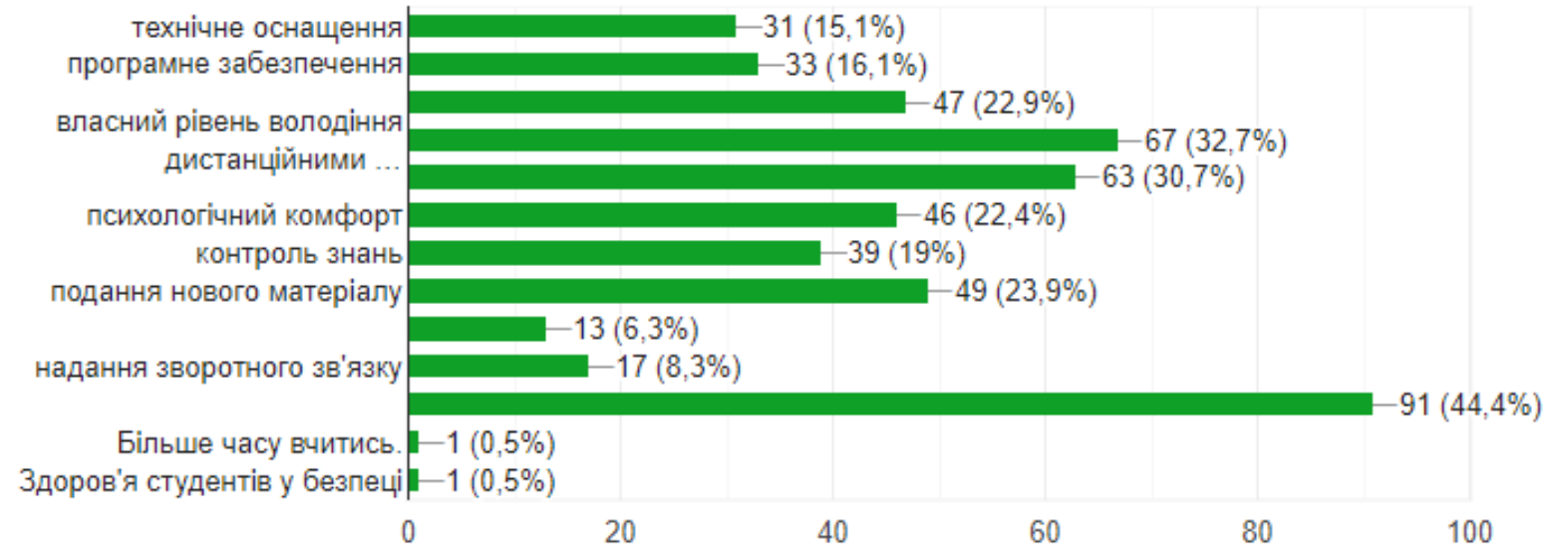


ПЕРЕВАГИ

- доступ до великої кількості інформації
- власний рівень володіння дистанційними технологіями
- поєднання домашньої та робочої/навчальної території

Ваші переваги (найсильніші сторони) дистанційного навчання

205 відповідей



НАЙПОПУЛЯРНІШІ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

Найкраще освоєні

- Zoom,
- Google Meet
- Classroom



Google Classroom

Найбільше потребують освоєння

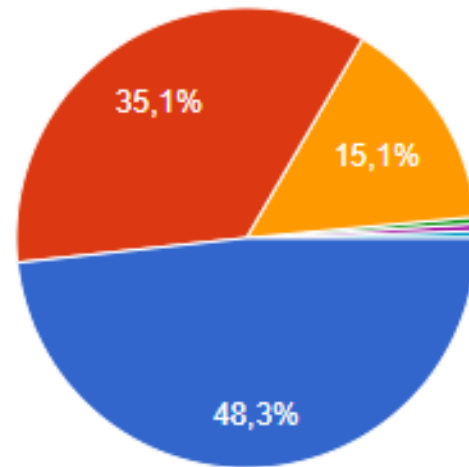
- Google Meet



ПІДСУМОК

На Вашу думку, після закінчення карантину організація освітнього процесу повинна мати форму:

205 відповідей



- повернутися у попередню очну форму
- стати змішаною (очно-дистанційною)
- стати дистанційною
- Повернутися в очну форму навчання з використанням платформи Classroom.
- Може бути очна, може дистанційна, лиш не змішана
- живе спілкування і практичні навички - найважливіше у навчанні

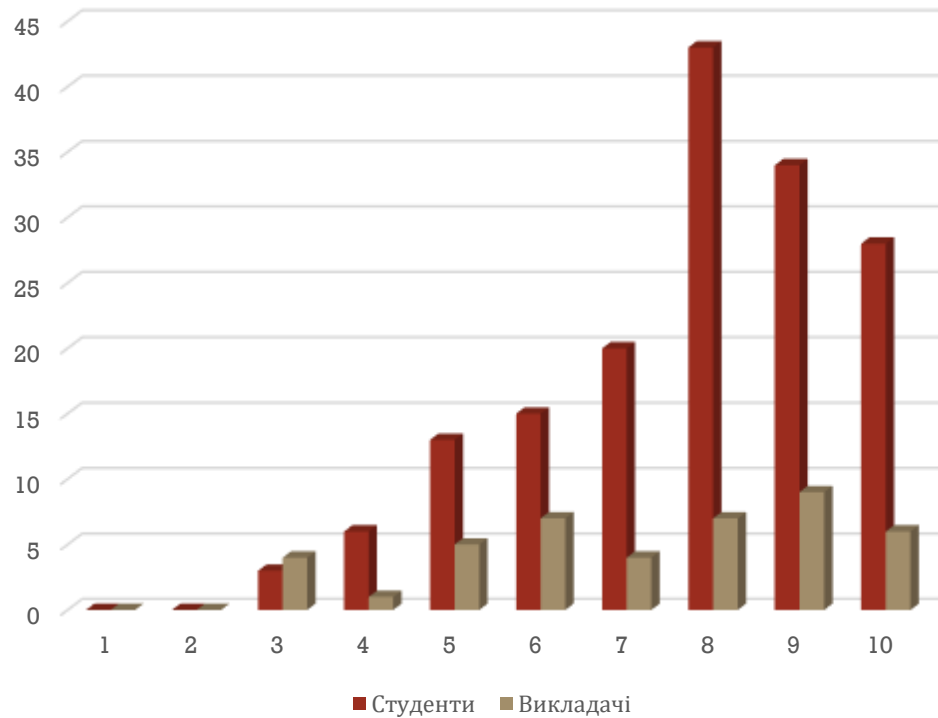


ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОПИТАНИХ

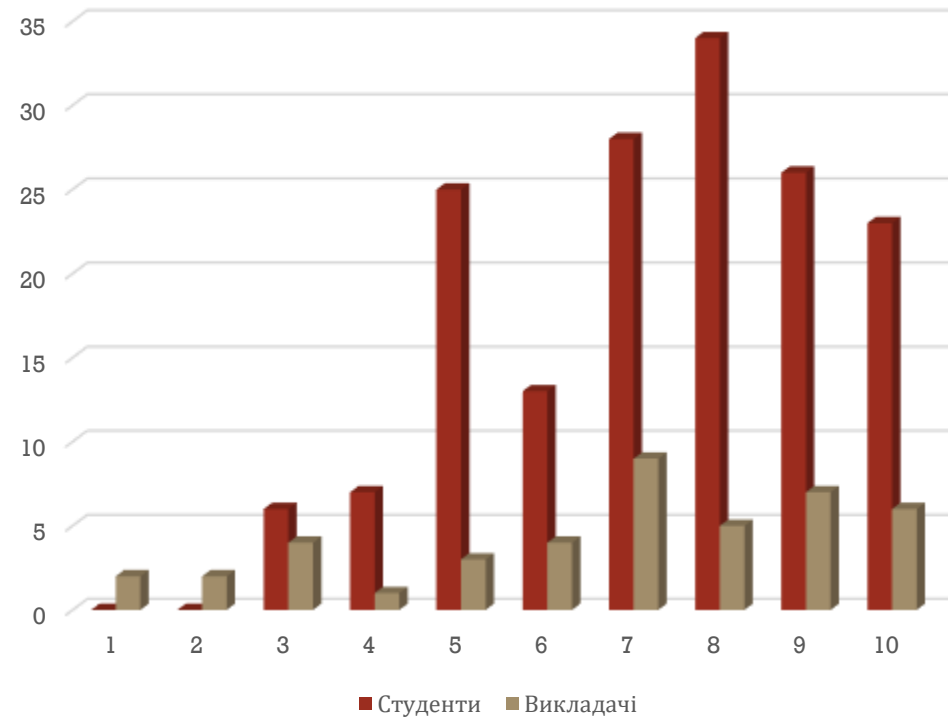


РІВЕНЬ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЄЮ ДН

Задоволеність ДН



Відповідність очікуванням



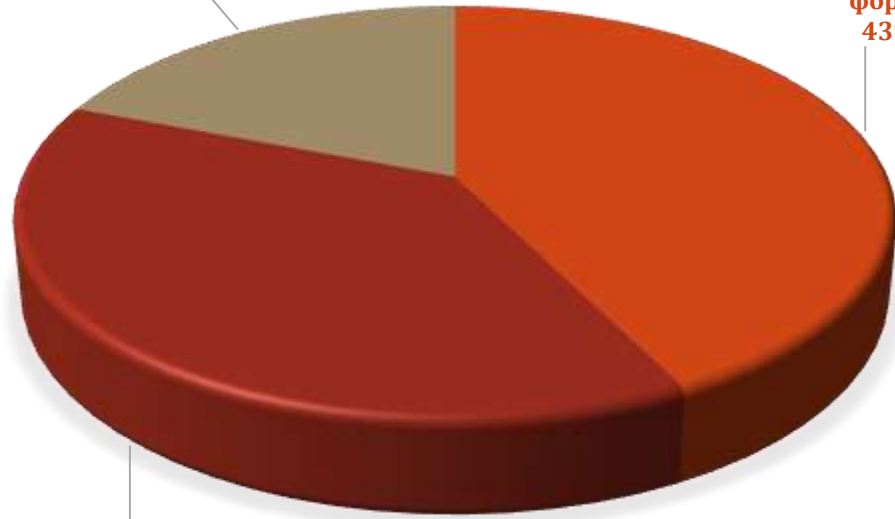
ЯКОЮ МАЄ БУТИ ДАЛІ ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Студенти

стати дистанційною
19%

повернутися у
попередню очну
форму
43%

стати змішаною
(очно-дистанційною)
38%

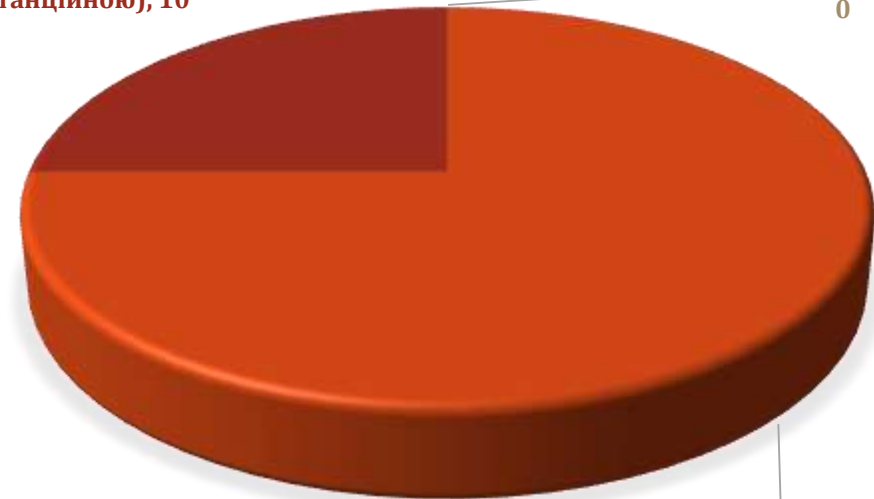


Викладачі

стати змішаною (очно-
дистанційною), 10

стати
дистанційною,
0

повернутися у
попередню очну
форму, 30



ПСИХОЛОГІЧНІ ТРУДНОЩІ ДН

- Інформаційний стрес
- Перфекціонізм
- Поєднання робочої та домашньої території
- Емоційний дискомфорт, почуття самотності, емоційне вигорання



ІНФОРМАЦІЙНИЙ СТРЕС

Ознаки

- Зниження здатності до концентрації уваги
- Проблеми з запам'ятовуванням та відтворенням інформації
- Труднощі вибору і подання інформації
- Емоційні труднощі: дратівливість, зниження самооцінки, лінь, вина тощо

Подолання

- Прийняття
- Тренування
- Дозування та розподілення
- Обмеження, рамкування, дозування
- Відреагування, усвідомлення, вибір і відповідальність
- Зміна видів діяльності
- Режим роботи і відпочинку



ПЕРФЕКЦІОНІЗМ

Ознаки

- Прагнення доводити справи до досконалості
- Надмірна критика
- Труднощі з завершенням
- Не задоволеність
- Великі витрати сил і часу

Подолання

- Планування
- Прийняття
- Господи, дай мені спокій прийняти те, чого я не можу змінити, дай мені мужність змінити те, що я можу змінити, і дай мені мудрість відрізнити одне від іншого.



ПОЄДНАННЯ РОБОЧОЇ ТА ДОМАШНЬОЇ ТЕРИТОРІЇ

Переваги

- Економія
- Свобода
- Невимушеність і психологічний комфорт

Труднощі

- Труднощі з відволіканням
- Суперечки з рідними за спільні ресурси
- Відсутність робочого місця
- Багато часу витрачається на роботу
- Або багато часу йде на відволікання, на домашні справи

Подолання

- Розділити робочу і домашню територію (зонально, територіально, в часі, в одязі, в завданнях тощо)
- Узгодити дане розділення з родичами
- Суворо дотримуватись запланованого графіку роботи
- Не допускати «домашні» атрибути на робочу територію (тварини, домашній одяг, розваги, їжа тощо)



ЕМОЦІЙНИЙ ДИСКОМФОРТ, ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ, ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ

Ознаки

- Переважно знижений фон настрою
- Незадоволеність
- Підвищена дратівливість
- Труднощі з концентрацією уваги, розсіяність
- Розлади пам'яті (оперативної)
- Для кращої орієнтації можна пройти он-лайн тест <https://forms.gle/fYKocpUvq1vhi7cz6>

Подолання

- Чітке планування роботи з досяжними цілями і чітким дотриманням дедлайнів
- Очистити робочу зону від зайвих предметів, естетика робочого простору
- Чергування роботи і відпочинку, неприємних завдань і приємних
- Дати собі час на відпочинок, хоббі, зустрічі з друзями, розваги
- Відвідайте психолога

