

УДК 378.147+37.013+37.018.43

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15\(33\)-279-292](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-279-292)

Лембрик Ірина Степанівна доктор медичних наук, професор кафедри педіатрії, Івано-Франківський національний медичний університет, вул. Коновальця, 132, м. Івано-Франківськ, 76014, тел.: (050)-208-63-50, <https://orcid.org/0000-0001-7584-7407>

Жиляк Олександра Василівна кандидат медичних наук, доцент кафедри педіатрії, Івано-Франківський національний медичний університет, вул. Коновальця, 132, м. Івано-Франківськ, 76014, тел.: (097)-857-75-20, <https://orcid.org/0000-0003-0152-6277>

Шатинська Тетяна Василівна кандидат медичних наук, асистент кафедри педіатрії, Івано-Франківський національний медичний університет, вул. Коновальця, 132, м. Івано-Франківськ, 76014, тел.: (095)-170-16-24, <https://orcid.org/0009-0002-9932-0145>

Шлімкевич Інна Василівна кандидат медичних наук, доцент кафедри педіатрії, Івано-Франківський національний медичний університет, вул. Коновальця, 132, м. Івано-Франківськ, 76014, тел.: (050)-752-43-09, <https://orcid.org/0000-0002-4094-2794>

Мерена Роман Іванович кандидат фізико-математичних наук, доцент кафедри медичної інформатики, медичної і біологічної фізики, Івано-Франківський національний медичний університет, Фортечний провулок, 4, м. Івано-Франківськ, 76018, тел.: (050)-433-01-44, <https://orcid.org/0000-0001-8829-9112>

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДИСТАНЦІЙНОЇ ОСВІТИ У ВИЩІЙ МЕДИЧНІЙ ШКОЛІ

Анотація. У статті проаналізовано дані фахової літератури за останнє п'ятиріччя, присвячені соціально-психологічним особливостям адаптації студентів у вищій медичній школі до навчання у режимі онлайн. Для реалізації мети використано дані пошукових систем Google Scholar, PubMed, Elsevier з наступними ключовими словами: «соціально-психологічна адаптація», «студенти вищих медичних закладів», «цифрова втома», «соціальний інтелект». З'ясовано умови успішної адаптації студента до навчання у такому форматі та проблеми, які при цьому виникають, як от: фізичні та інтелектуально-мнестичні порушення, цифрова втома тощо. Шляхом анонімного анкетування в режимі онлайн між студентами старших курсів

ІФНМУ з'ясовано: позитивне ставлення до дистанційного навчання на кафедрах педіатричного профілю, перевага вподобань лекцій та практичних занять у онлайн-режимі, погіршення самопочуття в результаті тривалого перебування перед монітором комп'ютера, що супроводжувалося погіршенням зору, головним болем та порушенням постави, а також розвитком психоемоційних порушень у 42% опитуваних (погіршення пам'яті, емоційної лабільності та тривожності).

Встановлено, що більшість студентів – медиків загалом невдоволені рівнем загальної та практичної підготовки у режимі онлайн, висловлюючись на користь змішаного формату. З усіх форм занять, як найбільш ефективну, студенти відзначили методику «перевернутого кабінету», в меншій мірі – лекції та практичні заняття.

Висновки. На сучасному етапі освіти в режимі онлайн фахівці трактують двояко: з одного боку, це-безпечний спосіб навчати і навчатися без ризику для здоров'я (у період карантину та повномасштабної фази війни), який має ряд вагомих переваг, з іншого, - існує низка пересторог щодо ефективного здійснення навчального процесу в ЗВО у режимі онлайн через відсутність практичної підготовки та проблеми зі здоров'ям у здобувача освіти. Вирішення наявних проблем є комплексним та не до кінця можливим без участі психологів, розробки відповідної навчально-методичної літератури, встановлення режиму праці та відпочинку, дієтичних рекомендацій, тренування соціального інтелекту, а, основне, - змішаного формату навчання.

Ключові слова: студент-медик, дистанційна освіта, соціально-психологічна адаптація, соціальний інтелект.

Lembryk Iryna Stepanivna Doctor of medical sciences, professor of department of pediatrics, Ivano-Frankivsk national medical university, Konovaltsia St., 132, Ivano-Frankivsk, 76014, tel.: (050)-208-63-50, <https://orcid.org/0000-0001-7584-7407>

Zhyliak Oleksandra Vasylivna Candidate of medical sciences, associate professor of department of pediatrics, Ivano-Frankivsk national medical university, Konovaltsia St., 132, Ivano-Frankivsk, 76014, tel.: (097)-857-75-20, <https://orcid.org/0000-0003-0152-6277>

Shatynska Tetiana Vasylivna Candidate of medical sciences, assistant of department of pediatrics, Ivano-Frankivsk national medical university, Konovaltsia St., 132, Ivano-Frankivsk, 76014, tel.: (095)-170-16-24, <https://orcid.org/0009-0002-9932-0145>

Shlimkevych Inna Vasylivna Candidate of medical sciences, associate professor of department of pediatrics, Ivano-Frankivsk national medical university, Konovaltsia St., 132, Ivano-Frankivsk, 76014, tel.: (050)-752-43-09, <https://orcid.org/0000-0002-4094-2794>

Merena Roman Ivanovych Candidate of physic and mathematic sciences, associate professor of department of informatics, medical and biophysics, Ivano-Frankivsk national medical university, Fortechnyi lane, 44, Ivano-Frankivsk, 76018, tel.: (050)-433-01-44, <https://orcid.org/0000-0001-8829-9112>

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF DISTANCE EDUCATION IN HIGHER MEDICAL SCHOOL

Abstract. This paper makes an review of the professional literature for the last five years, devoted to the socio-psychological features of the student's adaptation for online learning in a higher medical school. To implement the goal, data from Google Scholar, PubMed, Elsevier was used with the following keywords: "social-psychological adaptation", "students of higher medical institutions", "digital fatigue", "social intelligence". The requirements for a student's successful adaptation for studying in this format, and the problems that arise, such as: physical and intellectual-mnestic disorders, digital fatigue, etc., are clarified. With help of an anonymous online survey among senior –year students of IFNMU, the following is revealed: a positive attitude to distance learning at the departments of the pediatric profile; the preference of lectures and practical classes online, disorders pf general condition as a result of a long work with computer, which was accompanied by altered vision, headache and postural disturbance, as well as the development of psycho-emotional disorders in 42% of respondents (deterioration of memory, as well as emotional lability and anxiety). It was established that the majority of medical students are commonly unsatisfied with the level of general and practical training during online learning, speaking in a favor of a mixed format. Among the forms of classes, the medical students have chosen the "flapped class" method as the most effective, and least commonly, - lectures and practical classes.

Conclusions. At presence, different experts make interpretation of online education in two ways. On the one hand, it is a safe way to teach and learn without visible risks for health (during quarantine and a full-scale phase of war), which has a number of significant advantages; on the other hand - there is a huge number of caveats regarding the effective implementation of the educational process in higher education institutions online, due to lack of practical training and health problems of the student. Solving the existing problems has complex character, and is not completely possible without participation of psychologists; the development of appropriate educational and methodological literature; lifestyle modifications, dietary recommendations, training of social intelligence, and, most importantly, a mixed format of education.

Keywords: medical student, distance education, socio-psychological adaptation, social intelligence.

Постановка проблеми. Виклики часу спонукали багато медичних закладів вищої освіти (ЗВО) як в Україні, так і у світі, повністю перейти на

дистанційну форму навчання з березня 2020 року [Положення про дистанційну освіту МОН України, наказ № 466 від 25.04.2013 року, Наказ Міністерства освіти і науки України від 16.03.2020 № 406 «Про організаційні заходи для запобігання поширенню коронавірусу COVID-19» та офіційного листа «1/9176 від 25 березня 2020 року «Щодо особливостей організації освітнього процесу під час карантину»]. Перед науковою спільнотою при цьому постав ряд викликів, успішне подолання яких дозволить оптимізувати реформу вищої медичної освіти в Україні не лише в контексті відповідної законодавчої та матеріально-технічної бази, але й ефективної підготовки педагогічних кадрів.

Зазначимо при цьому, що час не стоїть на місці, а спонукає до пошуку балансу між традиційною (формальною) та інформальною освітою у вищій медичній школі, враховуючи зміну освітньої парадигми, підходів до навчання та самоосвіти. А якість підготовки висококваліфікованого спеціаліста визначається в тому числі станом ментального здоров'я, рівнем соціально-психологічної адаптації до певного навчального середовища, особливо, якщо останнє створене за допомогою сучасних інформаційних технологій. Зазначимо, що досі мало уваги у фаховій літературі приділено соціально-психологічним аспектам дистанційної освіти, а це спонукає до подальших пошуків у цьому напрямку [2, 5, 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Нами виявлено біля 220 наукових публікацій у періодичних виданнях, з них -69 за останні 5 років. При цьому кількість останніх трьох років кількість публікацій зростає, не в останню чергу через карантинні обмеження, викликані пандемією коронавірусної інфекції у світі, а також повномасштабну фазу війни росії проти України. Зріз наукових праць показав, що такі перспективні дослідження частіше проводили в країнах Західної та Південно-Східної Азії, зокрема Туреччині, Китаї, Йорданії, Малазії. Серед країн Заходу найбільше уваги цьому питанню приділяли у США, Польщі, Україні [1, 4, 14].

Нашу увагу привернуло велике крос-секційне дослідження, проведене у медичному коледжі Ваннану (Китай) у 2021 році серед 5100 студентів. Оцінювали рівень депресії, тривожності та стресу за допомогою опитувальника DASS-21. Вчені дійшли висновку, що близько третини опитаних студентів мали симптоми депресії та тривоги, пов'язані з навчанням у режимі онлайн. На появу цієї симптоматики безпосередньо впливав ряд факторів таких, як рівень задоволеності здобувачів освіти умовами, тривалістю та якістю дистанційного навчання, а також стосунки з батьками та оточуючим середовищем поза навчальним процесом тощо, вікові, гендерні особливості тощо.

Дослідники відмітили, що більшість студентів у вищій медичній школі під час вимушеної ізоляції непокоїли наступні питання: втрата власних соціальних орієнтирів, що, в свою чергу, впливало на якість та успішність навчання, втрата роботи (для тих здобувачів освіти, хто паралельно працював

до пандемії), погіршення стану здоров'я, вплив стресових чинників, депресія, неспокій та підвищена тривожність, соматизація психогенного стресу з наступним розвитком дистресу [7, 17].

Мета статті – встановити особливості соціально-психологічної адаптації студента медичного вузу до умов дистанційного навчання крізь призму соціально-психологічних знань, на основі аналізу спеціалізованої літератури за останні 5 років, та з врахуванням власного педагогічного досвіду.

Методи дослідження. Для реалізації мети використано дані пошукових систем Google Scholar, PubMed, Elsevier з наступними ключовими словами: «психологічні аспекти», «соціально-психологічна адаптація», «студенти вищих медичних закладів», «цифрова втома», «соціальний інтелект».

Виклад основного матеріалу. Насамперед, варто нагадати, що успішна реалізація засад освіти в режимі онлайн залежить від психологічної зрілості усіх учасників освітнього процесу, їхньої готовності до змін, гнучкості мислення, здатності самоорганізуватися та постійно самоудосконалюватися тощо [2, 3, 5]. В процесі навчання у режимі онлайн, як зазначають вчені, зазнає трансформації системи взаємодії викладача та студента в психологічному, соціальному та ціннісному плані, покликана задовольнити всі освітні потреби особи, а з іншого боку, - уособлює механізми їх досягнення [6, 11, 16].

Йдеться про соціально-психологічну адаптацію, як інтегральний показник стану особистості, що передбачає її здатність виконувати певні психосоціальні функції, адекватно сприймати дійсність, вибудовувати систему взаємовідносин, мати охоту до праці, навчання, вміло пристосовуватися до виконання різних соціальних ролей у формальному спілкуванні та взаємодії [9, 10, 14].

Важливим інструментом досягнення адекватної соціально-психологічної адаптації тих, хто навчається, на думку вчених, є базисне виховання, емоційний та соціальний інтелекти, безперервність освіти, професійна підготовка, а надалі - досягнення та системне удосконалення професійної компетентності. Останні не можливі самі по собі без впливу на здобувача освіти середовища перебування (домашні умови, гуртожиток, приватне помешкання, локації з гарним інтернет - зв'язком тощо). Також йдеться про окремі індивідуально-психологічні характеристики студента, як от: вік, стать, етнічна та расова приналежність, віра, культурні цінності, когнітивні та інтелектуально-мнестичні функції, які слід враховувати при підготовці інформальних курсів, вебінарів, тематичних лекцій, тощо.

Як вважають окремі дослідники, соціальна адаптація вважатиметься ефективною, якщо корелює з певними умовами взаємодії для досягнення певних цілей або ж програмних результатів навчання (ПРН), передбачених в освітньо-професійних програмах (ОПП). Вона визначається у тому числі здатністю особистості до постійного та безперервного опанування новими

знаннями, навичками та вміннями, погоджуючи все це із новими якісними формами спілкування та взаємодії. Визначено найбільш якісну форму соціально-психологічної адаптації особистості – гармонійний баланс між внутрішньою та зовнішньою адаптивністю, що передбачає здатність до змін під впливом середовища, а, з іншого боку, - властивість індивіда залишатися самим собою, без грубих трансформацій деяких особистісних підструктур. Таку свого роду проміжну форму адаптивності особистості визначає у тому числі соціальний інтелект. В це поняття зазвичай вкладають здатність певної соціальної групи та особистості зокрема, сприймати та розуміти вербальні та невербальні прояви комунікації, інтенції (наміри), емоції, відчуття, а також можливість передбачити ймовірні наслідки міжособистісних контактів. Саме на соціальний інтелект покладають особливі надії в аспекті соціального пристосування, складання думки про людину та ймовірність спрогнозувати результати її дій/вчинків, а, відповідно, бути адаптованим у соціумі краще за інших, особливо якщо йдеться про навчання у режимі онлайн. Адже людина із низьким соціальним інтелектом має великі труднощі з взаємодією та комунікацією, тяжче сходиться з людьми, має певні бар'єри в професійній та комунікативні сферах, що визначають врешті рівень її соціально-психологічної адаптації. З іншого боку, така особа може, наприклад, мати розвинуту емпатійність, певний стиль спілкування, певні навички, риси характеру та вдачу, які доповнюють таку взаємодію з оточуючими.

На сьогодні вважається, що психолого-педагогічну концепцію створення певних безпечних, достатньо ефективних середовищ дистанційного навчання для уникнення соціально-психологічної дезадаптації, вже розроблено. Вона, на думку науковців, визначається особливостями використання телекомунікаційних систем та інноваційних технологій в навчальній діяльності, що містить у собі механізми управління діяльністю студента у вищій медичній школі, вивчення специфіки психологічних конструктів, а також мотиваційну складову здобувачів освіти під час реалізації засад та принципів дистанційного навчання, побудову ефективної комунікації та міжособистісної взаємодії між викладачем та студентом, контроль за кінцевими результатами навчальної діяльності, продукування та удосконалення власних віртуальних освітніх середовищ тощо. Цій темі присвячено не лише наукові публікації, але і монографії, які почали з'являтися останнім часом.

До сьогодні фахівці зазначають відсутність належного психологічного комфорту всіх учасників освітнього процесу під час дистанційного навчання, не часте залучення спеціалістів з дидактики та психології до розробки онлайн курсів, вебінарів тощо, оскільки йдеться про відмінний від традиційного підхід, різні психолого-педагогічні принципи такого виду навчання.

З іншого боку, не можемо не відмітити, неготовність окремих учасників освітнього процесу до дистанційного навчання. Проблеми дезадаптації до таких умов знайшли своє відображення у фаховій літературі.

Якщо аналізувати ефективність окремих форм дистанційного навчання, то найбільш позитивно майбутні медики оцінили методику перевернутого класу, а вкрай негативно – підготовчий курс лекцій, який реалізувався в оффлайн або змішаному форматі. Вчені дійшли висновку, що дистанційне навчання є менш ефективним для першокурсників, аніж для випускників, оскільки перші не можуть ефективно адаптуватися та спілкуватися в новому для них соціальному середовищі, розвивати довірливі міжособистісні стосунки з однокурсниками та викладачами, а в режимі онлайн це вкрай важко зробити в принципі.

Приблизно третина студентів університетів та коледжів США, які приймали участь в одному з досліджень, повідомила клінічному психологу про неадекватне сприйняття соціальної підтримки внаслідок погіршення психосоціальної адаптації. Окремі аспекти практичної підготовки лікаря, на думку майбутніх спеціалістів, залишаються поза фокусом уваги викладача, як фізикальний огляд, робота біля ліжка хворого, отримання зворотного зв'язку від лікуючого лікаря та пацієнта, родичів хворого (йдеться, насамперед, про педіатричного пацієнта). Деякі запахи, як при уремичній чи кетоацидотичній комі та звуки, - деякі шуми при вроджених вадах серця, не можливо відтворити на платформах дистанційного навчання. Комунікативна складова у ланцюжку «лікар-пацієнт-родичі хворого» теж має свої практичні нюанси, які складно вивчити без тривалої безперервної практики [6].

Результати нещодавніх спостережень, проведених в Індії, засвідчили, що 66% студентів не задоволені онлайн заняттями, навчаючись кожен сам по собі, без обов'язкового дотримання власної освітньої траєкторії. 85% із опитаних засвідчили низький рівень оволодіння практичними навичками, 80,6% зауважили відсутність належної демонстрації викладачами практичних навичок в режимі онлайн. 71% студентів виявляли ознаки цифрової втоми, 62% пропускали заняття у групі, 73% мали низьку мотивацію до навчання. Лише 30% здобувачів освіти та 18,7% студентів могли адекватно опитувати та обстежувати хворого після онлайн занять. 33% здобувачів освіти успішно склали теоретичну, і лише 11% - практичну складову іспитів. Проблеми зі здоров'ям, з якими здобувачі освіти індійських ЗВО стикалися через онлайн-навчання, включали: соматичні скарги, порушення сну, тривогу та симптоми депресії (у 40% випадків). Фахівці акцентують на проблемах із зором в активних користувачів інтернету (54,6%), появі вираженого головного болю, підвищеної втомлюваності. У 21,2% випадків зайва вага та порушення циклічності, якості, глибини основних фаз сну, трактувалася студентами як основний наслідок соматизації тривоги під час дистанційного навчання.

Наведені у літературних джерелах дані нашттовхують на думку про непоодинокі випадки цифрової втоми в здобувачів освіти, до проявів якої належать: розлади сну, головний біль, перепади артеріального тиску, запаморочення, погане самопочуття, фізична втома, швидке знесилення тощо.

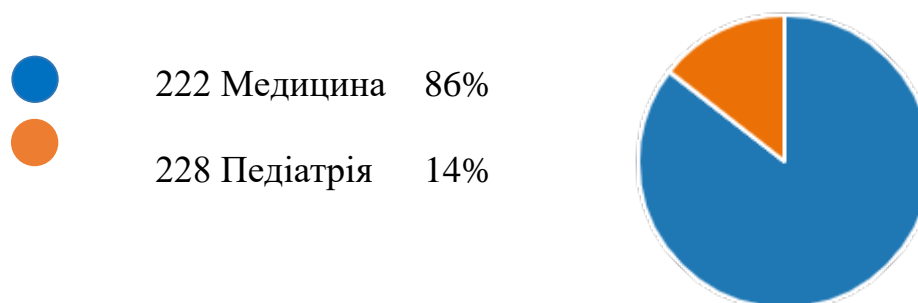
До передумов такої втоми належать нераціональне харчування, авітаміноз, різні види залежностей, хронічні та фонові захворювання студента, гормональні перепади.

Наукова розвідка, проведена викладачами кафедри психології Херсонського державного університету, засвідчила наступне: лише з початком пандемії коронавірусної хвороби з'явилася потреба у дослідженні психологічних аспектів дистанційного навчання. Фаховий аналіз вчених довів, що вивчення цієї тематики повинне ґрунтуватися на великих за обсягом, достатньо репрезентативних когортах здобувачів освіти, що включають у себе не лише кількість студентів, але і різні спрямування освітньо-професійних програм та вибіркового дисциплін, що піддаються вивченню. Вчені зацентрували свою увагу на можливих змінах ставлення студентів-медиків до дистанційної освіти в процесі навчання, вивченні ставлення викладачів до дистанційного навчання в розрізі переваг та недоліків, дослідженню взаємозв'язку мотивації до освіти у форматі онлайн до її ефективності тощо. Психологи та соціальні працівники, на думку авторів, повинні бути залученими до вивчення сильних та слабких сторін дистанційної освіти у режимі онлайн, та на основі отриманих результатів укласти навчально-методичні рекомендації викладачам для оптимізації ефективності викладання освітніх компонент дистанційно.

Нами проведене анонімне онлайн - анкетування студентів 4-6-го курсів медичного факультету ІФНМУ, які навчаються на ОПП 222 Медицина та 228 Педіатрія, яке включало 6 простих запитань щодо рівня задоволеності студентів дистанційною формою навчання в Університеті. Оцінено також психоемоційний та фізичний стан здобувачів освіти під час такого виду навчання. Результати подаємо нижче у діаграмі 1.

Діаграма 1.

**Розподіл здобувачів ЗВО, що проходили опитування, за ОПП,
n=332**



Як бачимо, в опитуванні взяло участь 284 студенти за спеціальністю 222 «Медицина» та 48 студентів за спеціальністю 228 «Педіатрія». Більшість респондентів (66%), не залежно від спеціальності, задоволені рівнем та якістю надання освітніх послуг в режимі онлайн, запропонованих на кафедрах педіатричного профілю в Університеті (діагр. 2).

Діаграма 2.

Оцінка якості дистанційного навчання на кафедрах педіатричного профілю (за результатами опитування), n=332.

● Так	66%
● Ні	10%
● Частково	24%

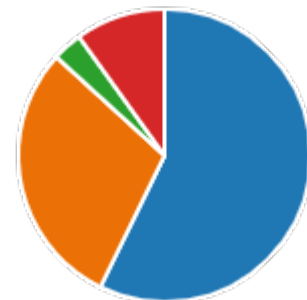


Найбільше з-поміж форм дистанційного навчання студентам сподобалися лекції (57%) та практичні заняття (30%), що не співпадає з наведеними вище літературними даними (діагр. 3).

Діаграма 3.

Оцінювання форм онлайн занять за результатами анкетування здобувачів освіти, n=332 .

● Лекції	57%
● Практичні заняття	30%
● Майстер-класи	3%
● Жодні	10%

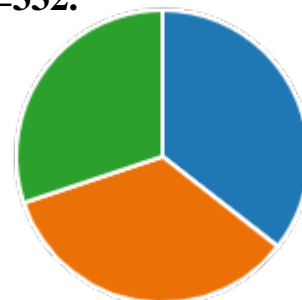


Нижче подаємо результати опитування з приводу стану здоров'я, пов'язаного з дистанційним навчанням (діагр. 4).

Діаграма 4.

Оцінка стану здоров'я, пов'язаного з тривалим перебуванням перед екраном монітора, n=332.

● Так	36%
● Ні	34%
● Частково	30%



Слід відмітити, що перебування перед екраном монітора суттєво вплинуло на самопочуття приблизно третини студентів (36%). Найчастіше

здобувачі освіти скаржилися на погіршення зору (40%), головний біль (33%) та порушення постави (22%), ймовірно спричинені тривалим перебуванням перед екраном монітора (діагр. 5). Отримані дані перегукувалися з наведеними у закордонних літературних джерелах, що засвідчує проблему, яке потребує негайного розв'язання [5, 7, 11].

Діаграма 5.

Оцінювання результатів опитування з приводу погіршення самопочуття під час дистанційного навчання, n=332.

●	Головний біль	33%
●	Погіршення зору	40%
●	Розлади сну	5%
●	Порушення постави	22%

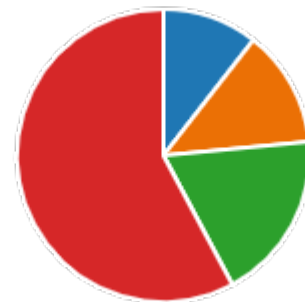


Наводимо результати анкетування щодо порушення психоемоційного стану здобувачів освіти під час дистанційного навчання (діагр. 6).

Діаграма 6.

Оцінка психоемоційних порушень здобувачів освіти під час дистанційного навчання, n=332.

●	Тривожність	11%
●	Емоційна лабільність	13%
●	Погіршення пам'яті	19%
●	Жодних	58%



Психоемоційні порушення відчували під час або після відвідин занять у режимі онлайн 42,% студентів. Йшлося про погіршення пам'яті (19%), емоційну лабільність (13%) та тривожність (11%).

До критеріїв успішної психічної адаптації під час навчання у режимі онлайн, за визначенням, можна зарахувати: ефективність навчальної діяльності (розв'язання професійних завдань того чи іншого рівня складності, підвищення рівня кваліфікації (у нашому випадку- цифрової грамотності), взаємодія та спілкування індивіда у колективі); підвищення безпеки праці та умов навчання, що покликані запобігти погіршенню ментального здоров'я тощо. При цьому здобувачу освіти необхідно постійно підвищувати мотивацію до самонавчання та самовдосконалення, бути соціально активним.

Окрім цього, варто наголосити і на важливості відвідин онлайн курсів за тематикою, що цікавить, з метою поглиблення знань, вмінь та з метою набуття та удосконалення пулу соціальних навичок, до яких належить і емоційний інтелект.

На нашу суб'єктивну думку, важливим аспектом освіти у режимі онлайн у вищій медичній школі, є створення комфортного психологічного середовища з метою оптимізації соціально-психологічної адаптації кожного індивідуума до навчання, неперервність освіти у змішаному форматі, не залежно від расової, статевої, соціальної чи економічної компонент.

Шляхи подолання, наприклад, цифрової втоми у всіх учасників освітнього процесу, на нашу думку передбачають: збалансоване харчування, достатній питний режим, тайм-менеджмент, заняття спортом та консультації психолога і психотерапевта [15].

Висновки. Таким чином, практично усі доступні нам літературні джерела демонструють приблизно однакові результати: студенти медици виявляють низький ступінь психічної стійкості під час війни та пандемії, навчаючись онлайн або у змішаному форматі. Попри загалом адекватну позитивну оцінку ефективності дистанційного навчання, під час опитувань студенти медичних факультетів виявляли незадоволення рівнем загальної та практичної підготовки. Має місце соматизація явищ дистресу, когнітивних та інтелектуально-мнестичних порушень. Особливо ментальне здоров'я погіршується у найуразливішій, щодо соціально-психологічної адаптації, групі здобувачів освіти-першокурсників. З-поміж ефективних онлайн занять більшість опитаних відмітило методіку перевернутого кабінету, найменш ефективними визнали лекції. У студентів-медиків, які навчаються на старших курсах ІФНМУ, ми встановили: погіршення самопочуття в результаті тривалого перебування перед монітором екрану, появу скарг на погіршення зору, головний біль та зміни постави, а також інтелектуально-мнестичні порушення, емоційну лабільність та тривожність.

Поглиблення знань майбутніх медиків щодо соціально-психологічної адаптації, зокрема і в контексті оптимізації соціальних навичок, розвитку або компенсації соціального інтелекту, впорядкуванню режиму дня та сну, має важливе прикладне значення та повинне враховуватися під час підготовки навчально-методичних рекомендацій, розвідок, має лягти в основу курсів підвищення педагогічної кваліфікації викладачів медичних закладів вищої освіти.

Література:

1. Ільченко С., Мишина Н., Фіалковська А. (2022). Переваги та недоліки дистанційної освіти при викладанні клінічної дисципліни студентам медичного університету. *ScienceRise: Pedagogical Education*, (5 (50), 17–22. <https://doi.org/10.15587/2519-4984.2022.264792>
2. Лембрик І.С., Шлімкевич І.В., Стефанишин А.Б. (2023). Дистанційне навчання під час викладання дисципліни «Педіатрія» у медичних закладах вищої освіти. *Медична освіта*. 10 (1):65-70. Available at: https://ojs.tdmu.edu.ua/index.php/med_osvita/article/view/13480

3. Aditya, R.R., & Ulya, Z. (2021). Impact and vulnerability of distance learning on the mental health conditions of students. *Journal of Psychiatry Psychology and Behavioral Research*, 2(1), 8–11. <https://doi.org/10.21776/ub.jppbr.2021.002.01.3>.

4. Al-Balas M, Al-Balas HI, Jaber HM, Obeidat K, Al-Balas H, Aborajooch EA, Al-Taher R, Al-Balas B (2020). Distance learning in clinical medical education amid COVID-19 pandemic in Jordan: current situation, challenges, and perspectives. *BMC Med Educ*. Oct 2;20(1):341. doi: 10.1186/s12909-020-02257-4. Erratum in: *BMC Med Educ*. 2020 Dec 16;20(1):513. PMID: 33008392; PMCID: PMC7530879.

5. Başağaoğlu Demirekin, Z., Buyukcavus, M.H. Effect of distance learning on the quality of life, anxiety and stress levels of dental students during the COVID-19 pandemic. *BMC Med Educ*. 22, 309 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03382-y>

6. Bin Mubayrik HF. (2020). Exploring Adult Learners' Viewpoints and Motivation Regarding Distance Learning in Medical Education. *Adv Med Educ Pract.*;11:139-146. Published 2020 Feb 19. doi:10.2147/AMEP.S231651.

7. Chang W-w, Shi L-x, Zhang L, Jin Y-l and Yu J-g (2021) The Mental Health Status and Associated Factors Among Medical Students Engaged in Online Learning at Home During the Pandemic: A Cross-Sectional Study From China. *Front. Psychiatry* 12:755503. doi: 10.3389/fpsy.2021.755503

8. Clemente-Suárez, V.J., Navarro-Jiménez, E., Jimenez, M., Hormeño-Holgado, A., Martinez-Gonzalez, M.B., Benitez-Agudelo, J.C., Perez-Palencia, N., Laborde-Cárdenas, C.C., & Tornero-Aguilera, J.F. (2021). Impact of COVID-19 pandemic in public mental health: An extensive narrative review. *Sustainability*, 13, 3221. <https://doi.org/10.3390/su1306322>.

9. Hilburg R, Patel N, Ambruso S, Biewald MA, Farouk SS (2020). Medical Education During the Coronavirus Disease-2019 Pandemic: Learning From a Distance. *Adv Chronic Kidney Dis*. Sep;27(5):412-417. doi: 10.1053/j.ackd.2020.05.017. Epub 2020 Jun 23. PMID: 33308507; PMCID: PMC7309716.

10. Ghazawy, E.R., Ewis, A.A., Mahfouz, E.M., Khalil, D.M., Arafa, A., Mohammed, Z., Mohammed, E.-N. F., Hassan, E.E., Abdel Hamid, S., Ewis, S.A., & Mohammed, A.E.-N. S. (2020). Psychological impacts of COVID-19 pandemic on the university students in Egypt. *Health Promotion International*, 1–10. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa147>.

11. Gina Di Malta, Julian Bond, Dominic Conroy, Katy Smith & Naomi Moller (2022) Distance education students' mental health, connectedness and academic performance during COVID-19: A mixed-methods study, *Distance Education*, 43:1, 97-118, DOI: 10.1080/01587919.2022.2029352.

12. Mustika R, Yo EC, Faruqi M, Zhuhra RT. Evaluating the relationship between online learning environment and medical students' wellbeing during COVID-19 pandemic. *Malays J Med Sci*. 2021;28(5):108–117. <https://doi.org/10.21315/mjms2021.28.5.11> To link to this article: <https://doi.org/10.21315/mjms2021.28.5.11>.

13. Naciri A, Radid M, Kharbach A, Chemsy G. E-learning in health professions education during the COVID-19 pandemic: a systematic review. *J Educ Eval Health Prof*. 2021;18:27. doi: 10.3352/jeehp.2021.18.27. Epub 2021 Oct 29. PMID: 34710319; PMCID: PMC8609102.

14. Przymuszała, P., Cerbin-Koczorowska, M., Buraczyńska-Andrzejewska, B., Szczeszek, K., Dąbrowski, M., & Marciniak, R. (2020). Good practices in asynchronous e-learning — a short guideline document for Polish medical teachers — A pilot study. *Disaster and Emergency Medicine Journal*, 5(2), 1–9. <https://doi.org/10.5603/demj.a2020.0014>.

15. Sawant NS, Vinchurkar P, Kolwankar S, Patil T, Rathi K, Urkude J. Online teaching, learning, and health outcomes: Impact on medical undergraduate students. *Ind Psychiatry J*. 2023 Jan-Jun;32(1):59-64. doi: 10.4103/ipj.ipj_52_22. Epub 2022 Sep 14. PMID: 37274577; PMCID: PMC10236680.

16. Tsur AM, Ziv A, Amital H. Distance Learning in the Field of Medicine: Hope or Hype? *Isr Med Assoc J.* 2021 Jul;23(7):447-448. PMID: 34251129.

17. Wang, Y. (2023). The research on the impact of distance learning on students' mental health. *Education and Information Technologies*, 1-13.

References:

1. Ilchenko, S., Myshyna, N., & Fialkovska, A. (2022). Advantages and disadvantages of distance education in teaching clinical discipline to students of the medical university. *ScienceRise: Pedagogical Education*, (5 (50), 17–22. <https://doi.org/10.15587/2519-4984.2022.264792> [in Ukrainian].

2. Lembryk I.S, Shlimkevych I.V, Stefanyshyn A.B. (2023) Distance education while teaching discipline “Pediatrics” in higher medical institutions. *Medical education*. 10 (1):65-70. Available at: https://ojs.tdmu.edu.ua/index.php/med_osvita/article/view/13480 [in Ukrainian].

3. Aditya, R.R., & Ulya, Z. (2021). Impact and vulnerability of distance learning on the mental health conditions of students. *Journal of Psychiatry Psychology and Behavioral Research*, 2(1), 8–11. <https://doi.org/10.21776/ub.jppbr.2021.002.01.3>.

4. Al-Balas M, Al-Balas HI, Jaber HM, Obeidat K, Al-Balas H, Aborajoo EA, Al-Taher R, Al-Balas B (2020). Distance learning in clinical medical education amid COVID-19 pandemic in Jordan: current situation, challenges, and perspectives. *BMC Med Educ.* Oct 2;20(1):341. doi: 10.1186/s12909-020-02257-4. Erratum in: *BMC Med Educ.* 2020 Dec 16;20(1):513. PMID: 33008392; PMCID: PMC7530879.

5. Başağaoğlu Demirekin, Z., Buyukcavus, M.H. Effect of distance learning on the quality of life, anxiety and stress levels of dental students during the COVID-19 pandemic. *BMC Med Educ.* 22, 309 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03382-y>.

6. Bin Mubayrik HF. (2020). Exploring Adult Learners' Viewpoints and Motivation Regarding Distance Learning in Medical Education. *Adv Med Educ Pract.*;11:139-146. Published 2020 Feb 19. doi:10.2147/AMEP.S231651.

7. Chang W-w, Shi L-x, Zhang L, Jin Y-l and Yu J-g (2021) The Mental Health Status and Associated Factors Among Medical Students Engaged in Online Learning at Home During the Pandemic: A Cross-Sectional Study From China. *Front. Psychiatry* 12:755503. doi: 10.3389/fpsy.2021.755503.

8. Clemente-Suárez, V.J., Navarro-Jiménez, E., Jimenez, M., Hormeño-Holgado, A., Martinez-Gonzalez, M.B., Benitez-Agudelo, J.C., Perez-Palencia, N., Laborde-Cárdenas, C.C., & Tornero-Aguilera, J.F. (2021). Impact of COVID-19 pandemic in public mental health: An extensive narrative review. *Sustainability*, 13, 3221. <https://doi.org/10.3390/su1306322>.

9. Hilburg R, Patel N, Ambruso S, Biewald MA, Farouk SS (2020). Medical Education During the Coronavirus Disease-2019 Pandemic: Learning From a Distance. *Adv Chronic Kidney Dis.* Sep;27(5):412-417. doi: 10.1053/j.ackd.2020.05.017. Epub 2020 Jun 23. PMID: 33308507; PMCID: PMC7309716.

10. Ghazawy, E.R., Ewis, A.A., Mahfouz, E.M., Khalil, D.M., Arafa, A., Mohammed, Z., Mohammed, E.-N. F., Hassan, E.E., Abdel Hamid, S., Ewis, S.A., & Mohammed, A.E.-N. S. (2020). Psychological impacts of COVID-19 pandemic on the university students in Egypt. *Health Promotion International*, 1–10. <https://doi.org/10.1093/heapro/daaa147>.

11. Gina Di Malta, Julian Bond, Dominic Conroy, Katy Smith & Naomi Moller (2022) Distance education students' mental health, connectedness and academic performance during COVID-19: A mixed-methods study, *Distance Education*, 43:1, 97-118, DOI: 10.1080/01587919.2022.2029352.

12. Mustika R, Yo EC, Faruqi M, Zhuhra RT. Evaluating the relationship between online learning environment and medical students' wellbeing during COVID-19 pandemic. *Malays J Med Sci.* 2021;28(5):108–117. <https://doi.org/10.21315/mjms2021.28.5.11> To link to this article: <https://doi.org/10.21315/mjms2021.28.5.11>.

13. Naciri A, Radid M, Kharbach A, Chems G. E-learning in health professions education during the COVID-19 pandemic: a systematic review. *J Educ Eval Health Prof.* 2021;18:27. doi: 10.3352/jeehp.2021.18.27. Epub 2021 Oct 29. PMID: 34710319; PMCID: PMC8609102.

14. Przymuszała, P., Cerbin-Koczorowska, M., BuraczyńskaAndrzejewska, B., Szczeszek, K., Dąbrowski, M., & Marciniak, R. (2020). Good practices in asynchronous e-learning — a short guideline document for Polish medical teachers — A pilot study. *Disaster and Emergency Medicine Journal*, 5(2), 1–9. [https:// doi.org/10.5603/demj.a2020.0014](https://doi.org/10.5603/demj.a2020.0014).

15. Sawant NS, Vinchurkar P, Kolwankar S, Patil T, Rathi K, Urkude J. Online teaching, learning, and health outcomes: Impact on medical undergraduate students. *Ind Psychiatry J.* 2023 Jan-Jun;32(1):59-64. doi: 10.4103/ipj.ipj_52_22. Epub 2022 Sep 14. PMID: 37274577; PMCID: PMC10236680.

16. Tsur AM, Ziv A, Amital H. Distance Learning in the Field of Medicine: Hope or Hype? *Isr Med Assoc J.* 2021 Jul;23(7):447-448. PMID: 34251129.

17. Wang, Y. (2023). The research on the impact of distance learning on students' mental health. *Education and Information Technologies*, 1-13.