

*predominantly neutral and positive assessment of the work of socially oriented non-profit organizations by residents of the Tver region are presented. The estimates of the population of the Tver region of the effectiveness of socially oriented non-profit organizations during the pandemic are analyzed.*

**Keywords:** *socially oriented non-profit organizations, assessment, efficiency, activity, rating, Tver region.*

*Об авторе:*

ВАЙСБУРГ Александра Владимировна – кандидат социологических наук, доцент, доцент кафедры социологии и социальных технологий, Тверской государственной технической университет, Тверь, Россия; e-mail: lassie1@inbox.ru

*About the author:*

VAISBURG Alexandra Vladimirovna – candidate of sociological sciences, associate professor, associate professor of the department of sociology and social technologies, Tver State Technical University, Tver, Russia; e-mail: lassie1@inbox.ru

УДК 159.9.07

## **К ВОПРОСУ О ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ДЕТЕРМИНАНТАХ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА**

**Е.А. Евстифеева, С.И. Филиппченкова, В.Ф. Мартюшов**  
Тверской государственной технической университет, г. Тверь

© Евстифеева Е.А., Филиппченкова С.И., Мартюшов В.Ф., 2022  
DOI: 10.46573/2409-1391-2022-4-40-45

***Аннотация.** Статья посвящена изучению проблемы особенностей протекания социально-психологической адаптации на этапе обучения в высшем учебном заведении. Рассматриваются различные типы адаптации в рамках зарубежной и отечественной психологической литературы. Изучаются ключевые предикторы со стороны психики, свидетельствующие о положительном или негативном течении данного процесса. Особое внимание уделяется субъективному благополучию, коммуникативным склонностям, нервно-психической устойчивости, моральной нормативности поведения. Указываются существенные особенности периода студенчества как важного этапа в жизни молодого человека. Отмечается важность контроля над динамикой разнообразных проявлений активности личности, которые могут свидетельствовать об общем субъективном благополучии обучающегося. Приводится программа исследования, а также результаты психодиагностического мониторинга предикторов адаптационного потенциала, уровня их выраженности.*

***Ключевые слова:** адаптация, адаптационный потенциал, нервно-психическая устойчивость, студенчество, социально-психологическая адаптация.*

**Актуальность.** Период студенчества – важный этап для развития личности, а также профессионального становления молодого человека. Он занимает достаточно длительный отрезок жизни [11]. Полученный в это время багаж знаний, профессиональных навыков и умений становится основой для успешного вхождения в трудовую сферу (Е.В. Богатырева, И.В. Виниченко, С.Л. Елгин). Указанная закономерность проявляется в пересмотре структуры ценностей юношами и девушками, расстановке приоритетных ценностей в соответствии с их значимостью, а также накладывает моральную ответственность за собственные достижения [4]. Именно здесь приходит понимание ограниченности срока обучения (скоротечности времени), за который студенты должны усвоить учебную информацию и сформировать четкие представления о будущей профессии, профессиональных функциях [6].

Следует отметить, что переход к данной ступени образования сопровождается длительной подготовкой (школа, ЕГЭ), преодолением различных трудностей для того, чтобы быстро войти в вузовскую среду, значительно отличающуюся от школьной [10]. Выход из привычных условий включает в себя такие традиционные параметры, как ослабление родительской опеки, ломка привычного круга общения, приобретение нового опыта взаимодействий, переход от поурочной формы подачи учебного материала к лекционным занятиям и установившиеся специфические личностные особенности (Б.С. Волков, Н.М. Голубева, А.А. Голованова, Р.А. Дормидонтов). В совокупности выделенные нами факторы могут привести к трудностям в процессе адаптации студентов-первокурсников как на физиологическом, так и на психологическом уровнях [7]. Таким образом, отслеживание динамики различных показателей протекания адаптации на начальном этапе обучения происходит под наблюдением медицинской и психологической служб [3]. Эффективность работы различных служб вуза обеспечивает вхождение бывших абитуриентов в новую социальную общность (студенчество), для которой характерны высокая социальная активность, гармоничное сочетание интеллектуальной и социальной зрелости, профессиональное становление личности [8].

**Теоретический обзор.** В психолого-педагогической и медицинской литературе можно найти большое количество трудов, посвященных проблеме адаптации человека и ее критериям (Н.С. Анисимова, Н.М. Сараева, И.А. Телина, А.А. Лосева). В традиционном понимании термин «адаптация» истолковывается как способность организма приспосабливаться к изменяющимся условиям (внешним и внутренним). Применительно к адаптации человека можно выделить два ее аспекта: биологический и психологический. На биологическом уровне отмечаются общие тенденции для человека и животных. В рассматриваемом нами явлении это привыкание к специфике внешних условий окружающей среды (температуре воздуха, атмосферному давлению, влажности и др.), где отличительной особенностью является способность человека к произвольной психической регуляции отдельных биологических процессов [5]. Приведенная способность делает ответные реакции организма индивида более продуктивными из-за нивелирования интенсивности влияния негативных факторов. Паттерн (совокупность) таких реакций в различных видах деятельности называется адаптационным синдромом [13].

Психологический вид адаптации заключается в приспособлении человека на личностном уровне к социуму, его требованиям посредством подстройки или коррекции собственных потребностей, мотивов, интересов [12]. Учеными этот тип адаптации также называется социальной адаптацией, поскольку он тесно связан с усвоением личностью норм и ценностей конкретного общества (семьи, трудового

коллектива и др.). При этом социально-психологическая адаптация включает в себя признаки обоих типов адаптаций [15]. Таким образом, важной задачей для теоретиков и исследователей выступает установление ведущих критериев адаптации (положительных или отрицательных). Они будут опорой при выстраивании линии взаимодействия психолога-практика и иных специалистов с лицами, адаптирующимися к новой обстановке.

Так, в профильных литературных источниках отмечается, что в группу риска, связанную с трудностями при социальной адаптации, входят лица, имеющие физические или психические недостатки (дефекты зрения, речи, слуха и др.). Коррекционная работа в этом случае происходит с применением специальных средств. В другую группу входят лица, демонстрирующие проблемы с социальным взаимодействием на психологическом уровне. Эти проблемы выражаются в затруднении осознания социальной роли, социального статуса, социально-ролевого поведения, идентификации в результате осуществления совместной деятельности и усвоения установленных норм, ценностей, традиций группы [16]. В этом смысле своевременный анализ скрытых способностей личности к привыканию или вхождению в социальную среду вскрывает своеобразие адаптационного потенциала человека. Базис адаптационного потенциала – это адаптивная подготовка, приобретенная в ходе участия в разных видах организованной деятельности и характеризующая специфику активности в обществе [14]. Факторами, негативно влияющими на складывающийся адаптационный потенциал, являются внешние обстоятельства, высокая или затяжная экстремальность жизни, болезнь, голод и др. Они снижают нервно-психическую устойчивость и приводят к общей дезадаптации, признаки которой выражаются в риске употребления запрещенных психотропных средств (наркомании), алкоголизме, общей психической напряженности [9]. Перечисленные формы поведения можно отнести к неадекватной активности, затрудняющей работу педагогического персонала [1]. Восстановление приемлемых вариантов поведения обучающихся, имеющих приведенные выше нарушения, происходит посредством внедрения психологической службой ряда социально-психологических технологий (с привлечением профильных специалистов при необходимости) [2]. Следует отметить, что на начальном этапе важную роль играет входное психодиагностическое обследование поступающего в вуз контингента.

**Прикладная часть исследования.** Социально-психологический мониторинг уровня сформированности психологических критериев адаптационного потенциала студенческого контингента проводился на базе центра психологической поддержки Тверского государственного технического университета. Приоритетными векторами психодиагностического обследования являются коммуникации и взаимоотношения в коллективе, нервно-психическая устойчивость, моральная нормативность поведения. Психодиагностический контингент – студенты технических направлений (юноши и девушки), обучающиеся на первом и втором курсах (возраст от 17 до 21 года), количество – 75 чел.

Инструментарий:

1. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина. Применение методики позволяет получить данные о том, как протекает процесс адаптации студентов при учете некоторых психофизиологических факторов (нервно-психологической устойчивости), поведенческих (моральной нормативности поведения), коммуникативных навыков.

2. Методика диагностики агрессивности Басса – Дарки. Устанавливает уровень корректности во взаимоотношениях с окружающими людьми и включает восемь шкал (физическую агрессию, косвенную агрессию, раздражение, негативизм, обиду, подозрительность, вербальную агрессию, чувство вины).

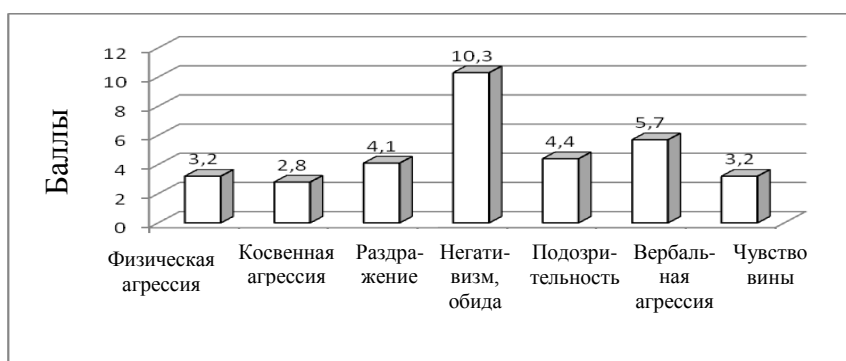
3. Опросник (шкала) Ч.Д. Спилбергера, направленный на установление уровня выраженности личностной и ситуативной тревожности (адаптация, модификация Ю.Л. Ханина).

**Результаты исследования.** Блок «Особенности коммуникации и взаимоотношений» оценивался по критериям методики № 2. Кроме того, использовались шкалы «моральная нормативность поведения» и «коммуникативные особенности» из методики № 1. Сведения дескриптивного анализа психодиагностических данных специфики коммуникативных навыков студентов приведены ниже:

Шкалы методики № 1 (баллы)	Шкалы методики № 2 (баллы)
Моральная нормативность поведения (4,7); коммуникативные особенности (5,3)	Физическая агрессия (3,2); косвенная агрессия (2,8); раздражение (4,1); негативизм, обида (10,3); подозрительность (4,4); вербальная агрессия (5,7); чувство вины (3,2)

Как видно из приведенных результатов, линия поведенческой активности студентов-первокурсников соответствует приемлемым в учебном заведении нормам. Все полученные нами значения входят в диапазон средних статистических. Обучающиеся успешно адаптируются к условиям, режиму, способны быстро и эффективно налаживать дружеские и деловые контакты, избегая острых моментов в общении.

Данные, показывающие особенности психологической и нервно-психической устойчивости, включают в себя шкалы методики № 3 («ситуативная тревожность» и личностная тревожность») и шкалу методики № 1 («нервно-психическая устойчивость»). Результаты последней укладываются в пределы нормы – 4,2 балла. Кроме того, нами была отмечена положительная тенденция в результатах диагностики проявления агрессивности студентов как одной из форм девиантной активности. Все шкалы находятся в зоне допустимых значений (рисунок).



Профиль параметров агрессивных форм поведения

В коллективе студенты проявляют терпимость, ответственность, сознательность, рассудительность, адекватно реагируют на критику и трудности различного характера, отличаются высокой саморегуляцией, эмоциональной стабильностью, регуляторно-личностной гибкостью в принятии ответственных решений.

**Заключение.** Успешная адаптация студентов к условиям обучения в вузе складывается на основе нескольких важных детерминант: наращивания опыта учебной деятельности; наличия комплекса мероприятий по воспитательной и педагогической деятельности, а также моделей, стратегий поведения, разработанных на основе специфики учебного заведения и адекватных его среде. В совокупности указанные механизмы способствуют адаптации студентов к новым условиям в переломный для них момент жизни и к интенсивным нагрузкам социально-психологического характера.

### Библиографический список

1. Авдоница Н.С. Проектирование системы организационно-педагогических условий образовательной деятельности на основании модели развития профессиональной идентичности // Инновации в образовании. 2018. № 3. С. 5–21.
2. Анисимова Т.Г. Общие подходы к оптимизации процесса адаптации студентов в среде вуза // Вестник университета. 2014. № 12. С. 211–215.
3. Бикчинтаева Л.Г. Психологические особенности студенческого возраста в контексте проблемы формирования профессионального правосознания в вузе // Вестник Московского университета МВД России. 2018. № 1. С. 240–244.
4. Богатырева Е.В. Социально-психологические особенности студенческого возраста: мотивационный аспект // Инженерные технологии и системы. 2008. № 3. С. 234–239.
5. Большой психологический словарь / Н.Н. Авдеева [и др.]; под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. М. – СПб.: АСТ: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. 811 с.
6. Виниченко И.В. Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе // Проблемы современной науки и образования. 2016. № 27 (69). С. 83–85.
7. Волков Б.С. Психология ранней юности. Особенности становления личности в юношеском возрасте. М.: Сфера, 2001. 92 с.
8. Голубева Н.М., Голованова А.А. Факторы адаптации студентов к образовательной среде вуза // Известия Саратовского университета. Серия «Акмеология образования. Психология развития». 2014. Т. 3. № 2 (10). С. 125–130.
9. Гречкина Л.Ю. Изучение процесса адаптации студентов вуза // Вестник Бурятского государственного университета. Философия. 2017. Вып. 1. С. 3–9.
10. Дормидонтов Р.А. Социально-психологическая адаптация первокурсников к обучению в вузе // Гаудеамус. 2017. Т. 16. № 2. С. 120–122.
11. Елгина Л.С. Социальная адаптация студентов в вузе // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2010. № 5. С. 162–166.
12. Карелкин Е.Н. Социально-психологические особенности студенческой молодежи // Вестник Краснодарского университета МВД России. 2014. № 4 (26). С. 155–157.
13. Мalyutiна Т.В. Психологические и психофизиологические особенности развития в юношеском возрасте (студенческом) // Омский научный вестник. 2014. № 2 (126). С. 129–133.
14. Сапогова Е.Е. Психологическое развитие человека: учебное пособие. М.: Аспект Пресс, 2005. 460 с.

15. Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды: коллективная монография / Н.М. Сараева [и др.]. М.: Мир, 2020. 890 с.
16. Телина И.А., Лосева А.А. Социально-психологические аспекты адаптации студентов к образовательным условиям в вузе // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2018. № 2 (30). С. 132–139.

## ON THE ISSUE OF PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF SUCCESSFUL ADAPTATION OF UNIVERSITY STUDENTS

**E.A. Evstifeeva, S.I. Filippchenkova, V.F. Martyushov**  
Tver State Technical University, Tver

***Abstract.** The article is devoted to the study of the problem of socio-psychological adaptation at the stage of training in a higher educational institution. Various types of adaptation are considered within the framework of foreign and domestic psychological literature. Key predictors from the psyche are studied, indicating a positive or negative course of this process. Special attention is paid to subjective well-being, communicative tendencies, neuropsychiatric stability, moral regularity of behavior. Significant features of the student period are indicated as an important stage in the life of a young man. The importance of controlling the dynamics of various manifestations of personality activity, which may indicate the general subjective well-being of students, is noted. The study program is presented, as well as the results of psychodiagnostic monitoring of predictors of adaptation potential, their severity.*

***Keywords:** adaptation, adaptation potential, neuropsychiatric resilience, student body, socio-psychological adaptation.*

### *Об авторах:*

ЕВСТИФЕЕВА Елена Александровна – доктор философских наук, профессор, проректор по развитию персонала, заведующая кафедрой психологии и философии, Тверской государственный технический университет, Тверь, Россия; e-mail: pif1997@mail.ru

ФИЛИППЧЕНКОВА Светлана Игоревна – доктор психологических наук, профессор кафедры психологии и философии, Тверской государственный технический университет, Тверь, Россия; SPIN-код: 1852-8794; e-mail: sfilippchenkova@mail.ru

МАРТЮШОВ Владимир Филиппович – кандидат философских наук, доцент кафедры психологии и философии, Тверской государственный технический университет, Тверь, Россия; SPIN-код: 1684-0822; e-mail: vmartushov@mail.ru

### *About the authors:*

EVSTIFEeva Elena Alexandrovna – doctor of philosophy, professor, vice-rector for personnel development, head of the department of psychology and philosophy, Tver State Technical University, Tver, Russia; e-mail: pif1997@mail.ru

FILIPPCHENKOVA Svetlana Igorevna – doctor of psychological sciences, professor of the department of psychology and philosophy, Tver State Technical University, Tver, Russia; SPIN-code: 1852-8794; e-mail: sfilippchenkova@mail.ru

MARTYUSHOV Vladimir Fillipovich – candidate of philosophical sciences, associate professor of the department of psychology and philosophy, Tver State Technical University, Tver, Russia; SPIN-code: 1684-0822; e-mail: vmartushov@mail.ru