

**Филиппченко Светлана Игоревна**

д-р психол. наук, доцент, доцент

**Балакишина Елена Владимировна**

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тверской государственный

технический университет»

г. Тверь, Тверская область

DOI 10.31483/r-104627

## ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

***Аннотация:** представлены результаты социально-психологического мониторинга личностных детерминант психологической адаптации студентов технического вуза: моральной нормативности поведения, коммуникативных способностей, нервно-психической устойчивости, адаптационного потенциала, субъективного благополучия с помощью методик «Адаптивность» А.Г. Маклакова и «Субъективное благополучие» Р.М. Шамина и Т.В. Бесковой. На основании результатов исследования консультантами психологической службы университета разрабатывается система психологических мероприятий по психосоциальному развитию студентов.*

***Ключевые слова:** студенты, адаптация, адаптационный ресурс, личностные детерминанты, субъективное благополучие.*

Современная психологическая наука обладает широким спектром различных подходов к понятию «адаптация» и ее личностных детерминант. Мы придерживаемся определения Д.А. Бутаковой, которая дефинирует ее «как способность организма и групп организмов приспособлять их строение и функции к условиям жизни» [5]. В рамках зарубежной литературы проблема адаптации анализируется как вид приспособления организма к условиям окружающей среды. Так, Дж. Симпсон описал приспособительную динамику в процессе онто- и

филогенеза. Им выделены следующие виды адаптации: индивидуальная и групповая; генотипическая и фенотипическая; статистическая и динамическая [7]. В отечественной психологии исследователь М.А. Шабанов выделяет два типа адаптации – созидательную и регрессивную. Первая способствует приобретению новых улучшенных свойств, тогда как вторая разрушает уже имеющиеся навыки и свойства. В.Н. Порохин раскрывает особенности механизмов адаптации при помощи детального анализа адаптационных реакций человека, находящегося в необычных (нестандартных) условиях. Активность в данном случае будет направлена на создание в воображении картин, предвосхищающих вербальную коммуникацию, возможные варианты взаимоотношений в микрогруппе, принятие привычных ролей [8].

Высшая школа представляет собой сложную иерархизированную организацию. В рамках организационной психологии адаптация рассматривается как «взаимное приспособление работника и организации, основывающееся на постепенной вработываемости сотрудника в новые профессиональные, социальные и организационно-экономические условия труда» [10]. Учет данного существенного замечания позволяет вывести обобщенную формулировку: адаптация – форма приспособления человека (организма) к изменениям, происходящим во внешней и внутренней средах. Одной из личностных детерминант адаптивности личности является адекватная самооценка окружающей действительности, а также своих качеств, способностей, потенциала при соотношении ее с оценкой со стороны («значимые другие»). Ю.С. Бабахан отмечает, что верная самооценка (на основе сознательности и интуитивности) дает возможность человеку найти уникальную «позу» индивидуальности в отношении содержания и условия деятельности, что составляет основу личностной адаптации [1; 4].

Необходимость учета личностных детерминант психологической адаптации студентов ставят перед психологической службой университета важные задачи, которые направлены на создание комфортных условий для процесса вхождения юношей и девушек в вузовскую среду [9]. Достижение поставленных целей становится возможным только при понимании сущности явления «адаптация», в

частности «социальная адаптация», а также конкретизации ряда ее ведущих детерминант. Особое значение приобретают знания о специфических признаках психологической адаптации, заданных совокупностью реакций личности именно на воздействие комплекса факторов учебной атмосферы, сформировавшейся в образовательном заведении [6].

В многочисленных психологических исследованиях отмечается, что адаптация к новому типу обучения для «новоиспеченных» студентов на всех ее уровнях (физиологическом, индивидуально-психологическом, социальном) протекает сложно, динамично и многопланово. Поэтому стабильность этой системы зависит от грамотно выстроенной программы медико-биологического, психолого-педагогического, социально-экономического сопровождения студентов на всех ступенях обучения. Безусловно, особенно значимым и важным нам представляется комплекс возможностей студента, включающий его личностный потенциал, темпераментные и характерологические ресурсы, уровень школьной подготовки, оказывающие значительное влияние на успешность освоения новых условий деятельности – обучение в высшей школе [10].

Обращая внимание на проблему адаптации личности к процессу обучения, необходимо указать, что главной целью педагогического процесса в образовательном учреждении является создание максимально благоприятных условий для гармоничного развития личности [2]. Кроме того, важен контроль над формированием мировоззренческих позиций и установок в отношении профессионального обучения, специальности как основы профессионального успеха [3]. В этом смысле существенная часть педагогической деятельности основывается на постоянном взаимодействии в системе «преподаватель – студент». Однако ступень образования предполагает ответственное и дисциплинированное отношение к обучению со стороны студента с самого начала, а общение в приведенной нами системе приобретает совершенно иной характер (отличный от школьного). Поэтому быстрая адаптация студентов на начальных курсах представляет собой важный компонент успеха в учебе, так как большинство традиционных методов обучения отличаются специфичностью, учебный материал значительно больше

по объему, а время ограничено. Принятие личностью сложившихся условий обеспечит ее быструю интеграцию в коллектив, устойчивость при преодолении трудностей, сохранение психологического равновесия.

Наше исследование направлено на такие личностные детерминанты психологической адаптации студентов на начальном этапе обучения в вузе, как: субъективное благополучие, самооценка, состояние удовлетворенности от составляющих образовательного процесса, характер межличностных отношений, структура коммуникации, поведенческая активность и др.

Цель проводимого психодиагностического исследования – исследование уровня выраженности личностных детерминант адаптационного потенциала у студентов 1–2-х курсов технических специальностей. Диагностика интересующих психологическую службу параметров проходит ежегодно в рамках Центра психологической поддержки Тверского государственного технического университета. Выборку обследуемых составил 285 человек в возрасте 17–19 лет. Психодиагностический инструментарий исследования: методика «Адаптивность» А.Г. Маклакова и методика диагностики субъективного благополучия Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой Математико-статистическая обработка данных: SPSS-18 (дескриптивная статистика).

По полученным результатам было установлено, что общий уровень адаптационного потенциала также соответствует норме выраженности признака (4,3). Студенты хорошо приспособились к условиям обучения в вузе, однако адаптация потребовала усилий и активации всех ресурсов. Несмотря на благоприятный показатель значений, достигнутый порог находится в нижних пределах нормы, а это значит, что необходим постоянный мониторинг выраженности исследуемых психологических состояний. В психологической структуре адаптационного ресурса студентов на начальном этапе обучения ярко выраженные закономерности отсутствуют. Практически все исследуемые признаки входят в зону нормы выраженности качества, и только показатель по коммуникативным склонностям демонстрирует тенденцию к росту (ближе к высоким значениям).

Исследование структуры субъективного благополучия позволило установить, что все диагностируемые параметры также находятся в пределах установленной нормы. Наиболее выраженными являются социально-нормативное (3,1) и экзистенциально-деятельностное благополучие (5,8). Далее следуют эмоциональное и эго-благополучие (соответственно 4,1 и 2,7). В целом респонденты удовлетворены процессом обучения, окружением, комфортно чувствуют себя в когнитивном и эмоциональном плане. Общее состояние соответствует моделям картины жизни и желаемым результатам.

В итоге благоприятное течение адаптационного процесса является необходимым условием для активности учебной деятельности и одним из условий ее эффективности. На основании результатов исследования консультантами психологической службы университета разрабатывается система психологических мероприятий по психосоциальному развитию студентов: индивидуальное и групповое консультирование, проведение психологических тренингов развития личностного потенциала и делового общения в рамках дисциплины федерального компонента «Психология».

### *Список литературы*

1. Бабахан Ю.С. Самооценка студента как показатель его способности к учебной адаптации / Ю.С. Бабахан // Психологические и социально-психологические особенности адаптации студента: материалы симпозиума / отв. ред. К.О. Сантросян. – Ереван: [б. и.], 1973. – С. 21–25.
2. Баданина Л.П. Анализ современных подходов к организации психолого-педагогического сопровождения студентов на этапе адаптации к вузу / Л.П. Баданина // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2009. – №83. – С. 99–108.
3. Борисова А.В. Студенческое кураторство как эффективная форма психолого-педагогического сопровождения студентов первого курса / А.В. Борисова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №5–1. – С. 33–36.

4. Бочаров В.В. Антропология возраста. Научное исследование / В.В. Бочаров. – СПб.: СПбГУ, 2001. – 196 с.
5. Бутакова Д.А. Активные стратегии социальной адаптации / Д.А. Бутакова. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2017. – 160 с.
6. Варламова А.Я. Школьная адаптация подростков / А.Я. Варламова. – Волгоград: ВолГУ, 2001. – 144 с.
7. Волкова Н. Первичная адаптация персонала к организационной культуре: монография / Н. Волкова. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2014. – 196 с.
8. Гапонова С.А. Особенности адаптации студентов вузов в процессе обучения / С.А. Гапонова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. №3. – С. 131–135.
9. Елгина Л.С. Социальная адаптация студентов в вузе / Л.С. Елгина // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. – 2010. – №5. – С. 16–166.
10. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Э.Ф. Зеер. – М.: Академия, 2013. – 416 с.