



2. Бодалев А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. – М.: Флинта, 1998. – 165 с.

3. Вахромов Е. Е. О динамике концептуальных подходов к феномену самоактуализации // Мир психологии. – 2005. – № 3. – С. 40–52.

4. Григорьева А. А. Проблема соотношения и взаимодействия профессиональной самоактуализации и профессиональной самореализации личности // Ярославский педагогический вестник. – 2015. – № 3. – С. 166–174.

5. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. – СПб.: Питер, 2020. – 448 с.

6. Мэй Р. Человек в поисках себя. – СПб.: Питер, 2022. – 240 с.

7. Овчаренко Н. В. Сравнительный анализ понятий «самореализация» и «самоактуализация» как составляющих категориального аппарата философии образования // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение, вопросы теории и практики. – 2015. – № 3-3 (53). – С. 141–144.

8. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. – М.: Смысл, 2002. – 461 с.

9. Плотнокова Е. С. Гендерные различия самореализации и самоактуализации // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2020. – Т. 9. – № 2 (31). – С. 358–362.

10. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. – М.: ИОИ, 2017. – 237 с.

11. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – М.: АСТ, 2020 – 960 с.

12. Самаль Е. В. Самоактуализация личности в процессе обучения в вузе: дисс. ... канд. псих. наук. – Ярославль, 2008. – 245 с.

13. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности: учебное пособие для вузов. – М.: Школа-Пресс, 1995 – 384 с.

14. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 366 с.

15. Хорни К. Самоанализ. – СПб.: Питер, 2022. – 349 с.

**Ю. А. Латушкина, И. Ю. Машкова,
П. А. Побокин**

УДК 61:378.180.6:152.3

СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Успешность адаптации первокурсников определяет эффективность их включения в учебную деятельность и готовность к преодолению трудностей, возникающих в процессе обучения. В социально-психологической адаптации студентов в вузе различают адаптацию к условиям учебной деятельности; адаптацию к группе (установление контактов, усвоение норм и правил группового общения); адаптацию к будущей профессии. Своевременная и полноценная адаптация во многом определяет успешность подготовки студентов.

В ряде исследований выделяют понятие «адаптированность», которое отражает результат процесса адаптации [1; 2; 3]. Т. В. Дубовицкая отмечает, что адаптированность студентов к обучению в вузе предполагает наличие следующих особенностей в поведении и деятельности студентов:

- удовлетворительное психологическое и физическое состояние студента в учебных и внеучебных ситуациях в вузе;

- принятие студентом социальных ожиданий и предъявляемых к нему требований, а также соответствие его поведения этим ожиданиям и требованиям;

- способность придавать происходящему в вузе желательное для себя направление и пользоваться имеющимися условиями для успешного осуществления своих учебных и личностных стремлений и целей [3].

Проблема адаптации студентов уже длительное время находится в центре внимания



педагогов и психологов. Современные исследования довольно многочисленны, но носят разрозненный характер. Проблема адаптации студентов в вузе особенно актуальна в настоящее время в связи с кризисом пандемии, условиями учебного процесса. Трудности в адаптации могут объясняться и индивидуально-типологическими особенностями студентов [4; 5]. Все это обуславливает проблему исследования и повышения адаптированности студентов первого курса.

Целью эмпирического исследования являлось изучение социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в университете.

Достижение цели осуществлялось путем выполнения следующих задач:

- анализ проблемы социально-психологической адаптации студентов к условиям обучения в вузе и разработка дизайна исследования;

- организация тестирования и создание базы данных для изучения социально-психологической адаптации студентов;

- обработка данных для определения структуры адаптации в условиях студенческих групп;

- анализ результатов исследования социально-психологической адаптации первокурсников;

- подготовка аналитического отчета и выработка рекомендаций по результатам исследования адаптации.

База исследования – ФГБОУ ВО Смоленский государственный медицинский университет Минздрава РФ.

Объект исследования – студенты пяти факультетов первого курса медицинского университета. Исследование проводилось в формате онлайн-тестирования. В качестве инструментария был использован Опросник социально-психологической адаптации (СПА), разработанный Карлом Роджерсом и Розалин Даймонд (Carl R. Rogers, Rosalind F. Dymond) в модификации А. К. Осницкого [6].

Практическая значимость работы заключается в создании рекомендаций, направленных

на оптимизацию процесса адаптации студентов первого курса к условиям обучения; в выявлении группы студентов с рисками адаптации и организации психологической помощи и поддержки этой категории обучающихся.

Научная новизна работы состоит в расширении знаний о процессе адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в вузе и выработки стратегий по оптимизации процесса адаптации студентов.

Анализ исследований проблемы адаптации студентов в вузе позволил выявить, что для диагностики процесса адаптации используются самые различные методики. Прежде всего, шкала социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда. Остальные методики носят сопутствующий характер: методика для определения самооценки и уровня притязаний (Т. В. Дембо, С. Л. Рубинштейн, А. М. Прихожан); 16-факторный личностный опросник (Р. Кеттелл); опросник Басса–Дарки; опросник социальной компетентности (Л. М. Митина); опросник конструктивности мотивации (А. А. Реан, О. П. Елисеева); исследование самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантिलев); «Локализация контроля» (адаптированная Е. Г. Ксенофонтовой); диагностика коммуникативной социальной компетентности (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов); опросник «Социально-психологические характеристики субъекта общения» (В. А. Лабунская). Кроме того, для изучения процессов адаптации студентов в вузе исследователи используют собственные анкеты.

Адаптация студентов исследуется также посредством изучения физиологических показателей, физического развития и здоровья. Как видим, только одна из представленных методик непосредственно направлена на исследование уровня адаптированности личности – методика диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда.

Данный опросник социально-психологической адаптации позволил выявить степень адаптированности-дезадаптированности личности в социальной сфере, и в качестве осно-



	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
1	ШИ	ИПА	А	Д	ИПС	ПС	НС	иппд	пд	нд	ипэк	эк	эд	ипи	Внк	Вшк	ИПСД	д	в	э	
2	36	62	147	88	64	49	17	79	32	10	50	23	23	62	55	24	43	9	23	13	
3	37	71	132	52	68	41	12	69	19	10	64	20	11	77	68	14	58	7	10	10	
4	25	50	109	109	57	41	19	56	23	21	35	14	25	49	44	32	48	8	17	16	
5	35	55	134	108	67	43	13	65	32	20	47	23	25	54	51	31	53	13	23	17	
6	20	50	120	116	46	32	23	66	30	18	50	26	26	53	49	31	37	7	23	18	
7	36	68	165	76	70	49	13	67	30	17	67	33	16	69	66	21	59	13	16	8	
8	27	50	137	132	49	43	27	61	25	19	36	17	29	57	68	36	54	14	23	13	
9	30	64	157	88	67	52	16	52	28	31	30	10	23	67	76	26	85	18	6	4	
10	33	48	97	105	33	22	27	42	14	23	35	12	22	59	59	29	19	2	17	14	
11	37	78	159	44	70	47	12	81	29	8	70	29	12	78	67	13	33	3	12	10	
12	29	50	156	152	40	39	36	60	31	24	40	28	42	64	75	30	60	18	24	30	
13	36	45	104	127	53	33	18	55	23	22	25	12	36	45	45	39	22	4	26	11	
14	40	62	150	91	71	48	12	72	30	14	65	28	15	55	56	32	29	5	24	13	
15	28	60	127	84	64	37	13	60	26	20	42	12	16	59	56	27	57	14	21	8	
16	22	80	168	40	88	60	5	75	33	13	81	30	7	88	64	6	60	10	13	11	
17	19	73	161	57	89	57	4	69	31	16	61	26	16	87	60	6	71	15	12	15	
18	18	48	116	123	49	38	24	53	22	23	38	16	26	54	51	31	48	11	23	16	
19	33	65	159	83	71	45	11	83	30	7	52	27	24	59	64	31	44	8	20	15	
20	26	80	168	40	88	60	5	75	33	13	81	30	7	88	64	6	60	10	13	11	
21	30	59	131	90	71	45	11	62	25	18	47	16	18	58	54	27	60	15	20	16	
22	31	57	133	98	66	41	13	62	24	17	50	25	25	55	61	35	31	5	22	15	

Рис. 1. Фрагмент базы данных

ваний для дезадаптации определил ряд разнообразных обстоятельств: низкий уровень самопринятия; низкий уровень принятия других, то есть конфронтация с ними; эмоциональный дискомфорт, который может быть весьма различным по природе; сильную зависимость от других, то есть экстернальность; стремление к доминированию.

Модель отношений человека с социальным окружением и с самим собой, заложенная в основу этого инструмента, исходит из концепции личности как субъекта собственного развития, способного отвечать за свое поведение. Адаптированность предполагает реалистичную оценку себя и окружающей действительности, личную активность, гибкость, социальную компетентность. Критерии адаптированности отчасти совпадают с критериями личностной зрелости, в их числе – чувство собственного достоинства и умение уважать других, открытость реальной практике деятельности и отношений, понимание своих проблем и стремление овладеть, справиться с ними. Напротив, критерии дезадаптации предполагают неприятие себя и других, наличие защитных барьеров в осмыслении своего актуального опыта, кажущееся решение проблем, не-

гибкость. Шкала ориентирована на возраст от 14 лет и старше.

На выбор инструмента исследования повлияло и то обстоятельство, что данная методика находится в открытом доступе, позволяющем проводить онлайн-диагностику, а форма представления результатов позволяет использовать их в аналитическом исследовании.

К эмпирическому исследованию социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в университете в форме онлайн-тестирования было привлечено 303 студента разных факультетов (X, Y, S, P, M).

Создана база данных, отражающая структуру социально-психологической адаптации студентов отдельных учебных групп университета в соответствии с показателями опросника социально-психологической адаптации (СПА) (Carl R. Rogers, Rosalind F. Dymond в адаптации А. К. Осницкого, 2004). На рисунке 1 представлен фрагмент, иллюстрирующий организацию базы данных.

Анализ результатов тестирования по шкале «Лживость» выявил недостоверные результаты у 62 обследованных (20,46 %). Данные, полученные от этих респондентов, в дальнейшем анализе не учитывались.



На следующем этапе исследования проанализированы результаты тестирования по основному интегральному показателю – «Адаптация». В соответствии с рекомендациями разработчиков методики показатели в диапазоне 0–39 % оценивались как низкий уровень адаптации, 40–60 % – средний уровень адаптации, 61–100 % – высокий уровень адаптации.

На основе анализа результатов общей выборки получено распределение адаптации по уровням (диаграмма 1).



Диаграмма 1. Результаты исследования социально-психологической адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе

Как показывает диаграмма, около половины исследованных первокурсников (49 %) обнаружили высокий уровень адаптации. Это свидетельствует о том, что они реалистично воспринимают себя, имеют достаточный уровень притяжения других, обучаясь в вузе, испытывают преимущественно состояние эмоционального комфорта, имеют здоровый баланс в использовании внешнего контроля и самоконтроля, не склонны к чрезмерному доминированию или ведомости, способны открыто принимать возникающие проблемы. Эта категория обучающихся, на наш взгляд, не нуждается в индивидуальном психологическом сопровождении в обычных условиях. С условиями стресса эти обучающиеся также способны справиться за счет собственных ресурсов. Однако групповые профилактические мероприятия помогут преодолеть стресс быстрее и эффективнее.

Средний уровень адаптации показали 28 % обследованных студентов. Профиль адапта-

ции (соотношения различных личностных компонентов, определяющих интегративный показатель) у этой части очень различается. В целом первокурсники, имеющие средний уровень адаптации, нуждаются в групповых профилактических мероприятиях в обычных условиях обучения. В условиях же стресса им необходимы профилактические мероприятия с учетом индивидуально-личностных особенностей. Речь может идти о составлении индивидуальных программ профилактики стресса на основе результатов тестирования.

Низкий уровень адаптации имеют 3 % обследованных. Это группа риска дезадаптации – лица, нуждающиеся в индивидуальном психологическом сопровождении процесса обучения в обычных условиях. В условиях стресса речь может идти о необходимости психологической индивидуальной коррекции. Можно рекомендовать мониторинг состояния этих студентов с фиксацией более широкого комплекса показателей психофизиологической адаптации и стрессоустойчивости.

Мы получили значительную долю недоверенных результатов (высокие показатели по шкале «Лживость»), которая составила 20 % от числа обследованных. Эти лица не были достаточно искренними в процессе обследования и их профили были признаны недоверенными. Высокие показатели по шкале лживости выявляют стремление представить себя в более выгодном свете, отрицая наличие естественных человеку недостатков и уязвимостей. Необходимо понимать, что такое стремление характерно для начальных стадий групповой динамики, на которых находились студенты к моменту проведения обследования. Косвенно это указывает на неуверенность и напряжение, которое испытывают студенты, обнаружившие высокие показатели по шкале лживости. Вероятно, они тоже нуждаются в психологической поддержке. Но поскольку индивидуальные профили адаптации в этих случаях мы не рассматривали, более определенные рекомендации пока преждевременны.

В таблице 1 представлены обобщенные рекомендации по оптимизации адаптационного



Таблица 1

Психологические стратегии оптимизации процесса адаптации студентов-первокурсников (на основе анализа результатов тестирования по интегративному показателю «Адаптация» опросника СПА)

Уровни адаптации	Критерии	Психологические стратегии оптимизации процесса адаптации	
		в обычных условиях обучения	в условиях стресса
Высокий уровень адаптации	61–100 % по шкале «Адаптация»	Не нуждаются в психологическом сопровождении	Групповая профилактика для эффективного прохождения стресса
Средний уровень адаптации	40–60 % по шкале «Адаптация»	Групповая профилактика для адаптации к новым условиям обучения	Индивидуальная профилактика в соответствии с профилем адаптации
Низкий уровень адаптации	0–39 % по шкале «Адаптация»	Индивидуальная профилактика в соответствии с профилем адаптации. Индивидуальный психофизиологический мониторинг процесса адаптации	Индивидуальная профилактика и психологическая коррекция дезадаптации в соответствии с личностными особенностями
Неопределенный уровень адаптации	Свыше 39 % по шкале «Живость»	Необходима дальнейшая диагностика для выработки стратегии оптимизации процесса адаптации	

Таблица 2

Распределение студентов отдельных учебных групп по уровням адаптации

№ учебных групп	Кол-во респондентов	Недостовверные результаты (высокие показатели по шкале «Живость», %)	Распределение по уровням адаптации (%)		
			Низкий уровень адаптации	Средний уровень адаптации	Высокий уровень адаптации
Х факультет					
1-2	27	14,81	7,41	37,04	40,74
3-4	27	37,04	0	18,52	44,44
5	13	46,15	0	7,69	46,15
6	10	40,00	10,00	0	50,00
7-8	22	18,18	4,55	31,82	45,45
9	14	42,86	0	21,43	35,71
10	14	14,29	0	35,71	50,00
11-12	22	0	0	63,64	36,36
У факультет					
1	14	21,43	7,14	35,71	35,71
2	10	10,00	10,00	20,00	60,00
3	23	17,39	0	52,17	30,43
4	14	35,71	0	28,57	35,71
С факультет					
1	13	0	15,38	7,69	76,92
2	14	0	0	35,71	64,29
3	10	0	0	20,00	80,00
4	10	30,00	0	40,00	30,00
5	14	21,43	0	7,14	71,43
Р факультет					
1	16	18,75	0	25	56,25
М факультет					
1-2	16	25,00	0	31,25	43,75



процесса первокурсников на основе анализа результатов тестирования по интегративному показателю «Адаптация».

Факторами адаптации являются не только личностные характеристики, но и особенности групповой структуры, организации, характера отношений, а также условия учебного процесса, которые могут быть специфичны для отдельных учебных групп (расписание занятий, преподаватели, отношения с куратором). Принимая во внимание роль этих факторов, мы распределили показатели адаптации в соответствии с учебными группами (таблица 2).

Анализируя групповую картину адаптации, в первую очередь необходимо обратить внимание на группы, в которых доля обучающихся с низким индивидуальным уровнем адаптации превышает 3 % (первый критерий оценки группового уровня адаптации). Таких групп шесть.

Следует уделить внимание и группам, в которых доля студентов, обнаруживших недостоверные профили, превышает 20 % (второй критерий оценки группового уровня адаптации). Всего таких групп девять. При этом в трех группах (6 группа X факультета и 2, 3 группы Y факультета) оба эти критерия совпадают. Мы считаем, что именно в данных группах необходимо организовать профилактические мероприятия в первую очередь.

Группы, в которых свыше 50 % студентов имеют высокий индивидуальный уровень адаптации (третий критерий оценки группового уровня адаптации), при отсутствии соответствия по первому (с низким индивидуальным уровнем адаптации превышает 3 %) и второму (доля студентов, обнаруживших недостоверные профили, превышает 20 %) критериям имеют высокий групповой уровень адаптации. К таким группам на данном этапе исследования относятся 10, 11-12 группы X факультета, 3-4 группы Y факультета, 2-3 группы S факультета и 101 группа P факультета.

Анализ результатов исследования позволил распределить студенческие группы по степени необходимости и очередности профилактических мероприятий следующим образом:

– группы первой очереди: 6 группа X факультета и 2, 3 группы Y факультета;

– группы второй очереди: 3-4, 5, 7-8, 9 X факультета, 5 группа Y факультета, 1, 4 и 5 группы S факультета и 1-2 группы M факультета;

– группы третьей очереди: 10, 11-12 группы X факультета, 3-4 группы Y факультета, 2-3 группы S факультета и 1 группа P факультета.

На завершающем этапе проведения эмпирического исследования были сделаны выводы и разработаны практические рекомендации по оптимизации процесса адаптации первокурсников к условиям учебного процесса в вузе.

Анализ проблемы социально-психологической адаптации студентов к условиям обучения в вузе позволил разработать дизайн и частично реализовать исследование процесса адаптации студентов-первокурсников.

К исследованию в форме онлайн-тестирования с использованием опросника социально-психологической адаптации было привлечено 303 студента из 25 групп 5 факультетов.

Создана база данных, отражающая профиль социально-психологической адаптации обследованных студентов.

Анализ результатов исследования социально-психологической адаптации первокурсников. Выделены психологические стратегии оптимизации процесса адаптации студентов-первокурсников (на основе анализа результатов тестирования по интегративному показателю «Адаптация» опросника СПА).

Проанализирована групповая картина адаптации студентов-первокурсников. Распределены студенческие группы по степени необходимости и очередности профилактических мероприятий.

«Точкой входа» мероприятий, направленных на оптимизацию процесса адаптации студентов первого курса к условиям обучения, на наш взгляд, должна стать студенческая группа.

Мероприятия проводятся в четыре этапа:

1. Мотивационно-диагностический этап;
2. Этап планирования;
3. Этап реализации;
4. Завершающий этап.



Мотивационно-диагностический этап включает в себя диагностику уровня адаптации и мотивационные встречи участников процесса (студенты, кураторы, тьюторы, волонтеры, психологи).

Планирование мероприятий на втором этапе осуществляется с учетом результатов диагностики и ориентировано на отдельные студенческие группы.

Этап реализации осуществляется в соответствии с планом и включает в себя групповую и индивидуальную работу.

Завершающий этап – подведение итогов и обратная связь.

Результаты исследования в целом показывают необходимость дальнейшей работы по изучению и оптимизации процесса адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе.

АННОТАЦИЯ

В данной статье представлено эмпирическое исследование по изучению социально-психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в университете; проанализирована групповая картина адаптации студентов-первокурсников; разработаны психологические стратегии оптимизации процесса адаптации студентов-первокурсников.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, учебный процесс, первокурсники.

SUMMARY

This article presents an empirical study on socio-psychological adaptation of freshmen to conditions of training in medical University, analysed a group picture adaptation of first-year students; developed psychological strategy of optimization of process of adaptation of students-freshmen.

Key words: socio-psychological adaptation, educational process, first-year students.

ЛИТЕРАТУРА

1. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. – 2018. – № 10. – С. 92–100.
2. Дербенев Д. П. Социальная адаптация подростков // Социологический журнал. – 2012. – № 1-2. – С. 142–147.

3. Дубовицкая Т. Д., Крылова А. В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. – 2010. – Т. 2. – № 2. – URL: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2010/n2/27814.shtml (дата обращения: 19.11.2022).

4. Кузьмишкин А. А., Кузьмишкина Н. А., Забиров А. И., Гарькин И. Н. Адаптации студентов первого курса в вузе // Молодой ученый. – 2014. – № 3 (62). – С. 933–935.

5. Шпак Л. Л. Социальная дезадаптация: признаки, механизмы, уровни // Социологические исследования. – 2012. – № 3. – С. 50–55.

6. Осницкий А. К. Определение характеристик социальной адаптации // Психология и школа. – 2004. – № 1. – С. 43–56.



И. В. Султанова

УДК 159.9

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В ДЕТСКИХ ДОМАХ

Проблема социального сиротства напрямую связана с проблемой деформированного развития детей вследствие разрыва связей между поколениями и распада традиционной системы ценностей.

Сегодня, когда происходит обостренное противостояние человека и среды, личности нового поколения и традиционной культуры, особенно актуальной становится проблема