МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет педагогики, психологии и социальных наук

Кафедра «Прикладная психология»

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль «Психология образования»

Бакалаврская работа
на тему:

«Психологические характеристики студентов с разными показателями адаптации к обучению в вузе»

Студент _____ (подпись) Гришаева Юлия Владимировна

Руководитель _____ (подпись) Проскурина В.И.

Нормоконтролер _____ (подпись) Тигунова М.С.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 01.07.2022 № 19)

Заведующий кафедрой _____ (подпись) Медведева И.А.

Работа защищена с отметкой отлично (протокол заседания ГЭК от 13.07.2022 № 11)

Секретарь ГЭК _____ (подпись) Тигунова М.С.

Пенза 2022

Содержание

Введение……...3
Глава 1. Теоретическое изучение психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в ВУЗе
1.1. Определение понятия «адаптация», виды адаптации…….....7
1.2. Структура процесса адаптации студентов……...13
1.3. Факторы, влияющие на адаптацию к обучению в ВУЗе……....15
1.4. Психологические характеристики личности, отражающие уровень адаптации к обучению……..21
Выводы по Главе 1……..…..27
Глава 2. Эмпирическое исследование психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в ВУЗе
2.1. Описание процедуры и методов исследования……...30
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования……..38
Выводы…..…….....55
Заключение…….58
Список используемых источников……..60
Приложение……66

Введение

После окончания школы в жизни будущего студента наступает один из главных этапов его жизни, который символизирует личностный и профессиональный рост - это обучение в вузе. Данный этап является весьма переломным, ведь в это время молодым людям приходится адаптироваться к новым условиям жизни и учебного процесса, новому кругу общения, новым социальным ролям.

Важно отметить, что проблема адаптации актуальна для всех уровней образования. Несмотря на существующие различия в целевом, содержательном и процессуальном компонентах, на каждом образовательном уровне адаптационный процесс характеризуется наличием как специфических, так и общих черт.

Так что же из себя представляет адаптация? Существует различное множество мнений на этот счёт. В большом психологическом словаре даётся следующее определение: это приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Это процесс взаимоотношений личности и социальной среды, который характеризуется наличием субъективных и объективных обстоятельств, позволяющих личности продуктивно осуществлять профессиональную деятельность без особых внешних и внутренних (психологических) конфликтов, с целью удовлетворения социогенных потребностей личности.

В большом русском энциклопедическом словаре под адаптацией понимается: 1) приспособление организма и функций организма, его органов и клеток к условиям внешней среды; 2) процесс приспособления строения и функций организмов (особей, популяций, видов) и их органов к условиям среды. В энциклопедическом педагогическом словаре под адаптацией понимается приспособление организма к условиям существования.

В современной социологии и психологии понятие адаптации рассматривается как процесс и результат установления гармоничных отношений между индивидом и социальной средой.

На данный момент выделяют следующие виды адаптации: биологическая, физиологическая и социально-психологическая.

Способность двигаться вперёд, при решении проблем, находить своё место в жизни, успешно приспосабливаться к новому окружению является одним из главных условий эффективного формирования молодых специалистов с высшим образованием в будущем. Процесс ознакомления с новым учебным заведением сопровождается противоречиями, связанными с новым статусом студентов, высокими требованиями преподавателей, напряжённым и жёстким режимом обучения, увеличением объёма внеклассной работы. Все это означает, что первокурснику требуется мобилизовать свои способности для эффективного вступления в новую среду и совершенно иной ритм жизни [7].

Процесс адаптации к условиям вуза у каждого первокурсника протекает по-разному. Это связано с личностными особенностями, уровнем сформированности учебных навыков, работоспособностью, качеством школьной подготовки, мотивацией на овладение профессиональными навыками. Именно поэтому на первых этапах данного жизненного периода могут возникнуть трудности в общении с окружающими, проблемы с успеваемостью, нервные срывы [17].

Необходимо подметить важность учёта личностных особенностей обучающихся при исследовании их адаптации к обучению. На сегодняшний день недостаточно изучен вопрос о влиянии психологических характеристик студентов на успешность адаптации к обучению. Исследовано влияние некоторых индивидуальных (темпераментных, личностных) или социально-психологических факторов (уровень образования родителей, проживание в городе или селе до начала учёбы) на успешность социально-психологической адаптации первокурсников к условиям учёбы (согласно исследованиям

Н. Голубевой, А.А. Голованової, Л.-К. С. Будук-оол, Л.А. Ясюковой, С.В. Сергеевой, О.А. Воскрекасенко, В.И. Седина, Е.В. Леоновой, О.Н. Локатковой, Н.В. Грушко, С.В. Чернобровкиной и т.д.). Тем не менее комплексное исследование влияния различных факторов на процесс и результаты социально-психологической адаптации студентов к условиям вуза, а в частности, изучение различий в степени выраженности психологических характеристик у лиц с разным уровнем адаптации не проводилось.

Исходя из вышеизложенного, изучение структуры и особенностей процесса адаптации, выявление факторов, оказывающих влияние на успешность социально-психологической адаптации и определение психологических характеристик у студентов с различным уровнем адаптации к условиям обучения в вузе и определяет актуальность данной работы.

Цель исследования - изучение психологических характеристик студентов с разными показателями адаптации к обучению в вузе для разработки рекомендаций по составлению программы адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе.

Объект исследования - психологические характеристики студентов вуза.

Предмет исследования - психологические характеристики студентов с разными показателями адаптации к обучению в вузе.

Гипотеза исследования: студенты с разными показателями адаптации к обучению в вузе различаются по таким психологическим характеристикам, как тревожность, замкнутость, робость, фрустрированность, эмоциональная устойчивость, предубеждённость по отношению к другим, а также отмечаются различия в учебной мотивации и волевой регуляции процесса реализации намерения в действии.

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой в исследовании решались следующие **задачи**:

1. Проанализировать теоретические данные по проблеме социально-психологической адаптации первокурсников к обучению в вузе.

2. Провести диагностическое исследование по выявлению различий психологических характеристик у студентов с разным уровнем адаптивности к процессу обучения.

3. Проанализировать результаты диагностики и интерпретировать выявленные связи психологических характеристик и уровня адаптации первокурсников к обучению в ВУЗе.

4. Сформулировать выводы исследования.

В исследовании были использованы следующие психодиагностические методики:

1. методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда;

2. 16-факторный личностный опросник Кеттелла (форма С);

3. тест исследования тревожности Спилбергера-Ханина;

4. методика «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной;

5. методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.

6. методика «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина).

Исследование проводилось на базе Медицинского института ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет». Выборку составили студенты первого курса в количестве 28 человек, в возрасте от 17 до 19 лет.

Глава 1. Теоретическое изучение психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в вузе

1.1. Определение понятия «адаптация», виды адаптации

Понятие «адаптация» является одним из важнейших в биологии. Это результат (и процесс) взаимодействия живых организмов и окружающей среды, приводящий к их оптимальному приспособлению к жизни и деятельности. Своё начало оно берет во второй половине 18 века, где впервые его использовали в биологии. После этого, помимо использования его в отношении живых организмов, это определение нашло применение в психологии в отношении личности человека и даже к коллективному поведению [24].

В переводе с латинского «adaptatio» этот термин обозначает «приспособление». Одной из главных задач адаптации является проблема выживания человека, определение возможностей человеческого организма приспосабливаться к изменениям в природной и социальной среде. Данный процесс необходимо подвергать рассмотрению в качестве сложного механизма социализации личности, содержащий усвоение людьми новых социальных норм, социальных ролей, изменение в мотивационной сфере личности, принятие себя и своего окружения, многие другие психологические явления, состояния и образования [2].

Если мы говорим об адаптации как о виде взаимодействия личности и социума, при котором происходит согласование требований и ожиданий всех его участников, то важно отметить зависимость адаптации от изначально определяемого индивидом положения в системе общественной иерархии (то есть от самоидентификации личности в общественной структуре). Самоидентификация личности связана с ее самоопределением, сопоставлением себя и изменившейся социальной среды [13].

В психологии приведено следующее понятие адаптации: это процесс и результат взаимодействия индивида (группы) с кардинально меняющейся средой, в ходе которого постепенно согласуются требования и ожидания обеих сторон.

Рассматривая адаптацию в качестве общественного феномена, стоит отметить, что она выступает в качестве духовно - практического образования, которое проявляется на каждом уровне социальной жизни человека. В результате адаптации ключевым моментом выступает преодоление негативных явлений социального кризиса и подготовка людей к интеграции в социальную систему. Таким образом, адаптация обеспечивает последовательность и регулярность в эволюционных преобразованиях социума, уменьшая риск деструктивных тенденций и гармонизируя возникающие социальные отношения [19].

Адаптация к социальным изменениям в обществе связана, прежде всего, с существованием нормативно регулируемой социальной системы в исторически определённый период времени. Основными структурными компонентами данного процесса являются экономические, социальные, общественно-политические и идеологические системы. Важнейшим центром содержания форм приспособления людей к изменениям в социальной сфере выступают социокультурные системы. Это происходит благодаря специфическому влиянию этих систем на характер восприятия изменений, поскольку в их основе заложен определённый тип культуры [23].

Благодаря адаптации восполняется недостаточность привычного поведения в изменившихся условиях, оптимизируется нормальное функционирование личности в этих условиях. В случае нарушения адаптации возникают трудности в овладении новым видом деятельности.

Далее рассмотрим классификацию видов адаптации. Выделяют биофизиологическую и социально-психологическую адаптации.

Биофизиологическая адаптация - это приспособление организма к стабильным и изменяющимся условиям окружающей среды (температура,

давление воздуха, влажность, свет и другие внешние физические условия и воздействия), а также к изменениям внутри самого себя. При такой адаптации человек использует разные вспомогательные средства, которые являются продуктами его деятельности (например, тёплая одежда, жилище и т.д.). В данном случае раскрывается возможность психической регуляции тех или иных биологических процессов и состояний, а это в свою очередь расширяет адаптационные возможности [41].

Социально-психологическая адаптация - приспособление личности к новым условиям среды за счёт определённых сил, воздействия самого субъекта на среду, взаимное приспособление личности и среды [30].

Проявление адаптации начинается с момента образования организма и не прекращается ни на секунду. Его можно наблюдать как на молекулярном уровне, так и на уровне человеческого поведения. Как и при любом другом виде деятельности, в процессе адаптации человек затрачивает свои структурные, генетически детерминированные ресурсы организма, следовательно, при чрезмерно активной адаптации эти ресурсы истощаются ещё сильнее.

Важно отметить, что социально-психологическая адаптация - это процесс управляемый. Воздействовать на неё можно путём влияния социальных институтов на личность в процессе её производственной, внепроизводственной, допроизводственной и постпроизводственной жизнедеятельности, а также в процессе самоуправления. Последнее означает, что человек должен достаточно самокритично относиться к самому себе, своим мыслям и поступкам [31]. Кроме этого, в социально-психологической адаптации самым важным является степень приспособления организма к изменившимся условиям среды, а также адаптированность. Адаптированность (от латинского adaptatio - «приспособление») - определённая степень или уровень сформированности адаптивных реакций индивида к успешному осуществлению деятельности, в том числе и

экстремальной. То есть это те возможности личности, которые позволяют ей поддерживать функционирование на нужном уровне [30].

Характеризуя социально-психологическую адаптацию, нужно отметить, что выделяют референтные показатели адаптированности личности. Это те эмоциональные состояния (преимущественно положительные), которые человек переживает в коммуникациях с друзьями, в бытовой сфере. Сюда же можно отнести ощущение душевного спокойствия и удовлетворительное самочувствие.

В процессе социально-психологической адаптации изменяется внутренний мир человека: появляются новые представления, знания о той деятельности, которой он занимается, в результате чего происходит самокоррекция и самоопределение личности. Помимо прочего, изменениям подвергается и самооценка личности, которая связана с новой деятельностью субъекта, ее целями и задачами, трудностями и требованиями; уровень притязаний, образ «Я», рефлексия, «Я-концепция», оценка себя по сравнению с другими. Исходя из данных аспектов, происходит изменение установки на самоутверждение, индивид приобретает необходимые знания, умения и навыки. Все выше упомянутое и определяет сущность его социально-психологической адаптации к социуму, успешность ее протекания [35].

А.В. Петровский определяет процесс социально-психологической адаптации как вид взаимодействия личности с окружающей средой, в ходе которого согласовываются и ожидания его участников. В своей работе автор выделяет в качестве важнейшего компонента адаптации согласование самооценок и притязаний субъекта с его возможностями и реальностью социальной среды. Оно включает в себя и реальный уровень, и потенциальные возможности развития среды и субъекта, и индивидуализацию личности в процессе интеграции в конкретной социальной среде путём обретения социального статуса, а также способности приспосабливаться к этой среде [36].

В психологии также выделяют понятие «тип адаптации». Это структурно-организованная совокупность устойчивых социально-психологических характеристик личности, при помощи которых реализуются жизненно-важные потребности. А.К. Болотова выделила три обобщённых типа адаптации личности [37].

Для первого типа адаптации характерно ориентация на достижения, изменение окружающего мира, использование собственных возможностей, стремление к расширению своих социальных связей. Данный тип личности строит значительные планы на будущее. Второй тип адаптации можно описать стремлением на изменения своего внутреннего «Я» и отчасти своего поведения. Покорность судьбе и слабая выраженность деятельностной стороны личности наблюдается при третьем типе адаптации личности.

Также стоит рассмотреть классификацию типов адаптирующихся, которую выделяет М.А. Шабанова. Автор предлагает разделять адаптирующихся на 4 типа в зависимости от результативности адаптации и уровня адаптированности [26].

1тип - «прогрессивные адаптанты». Этот тип характеризуется тем, что в совершенно новых для себя условиях его представители стремятся найти новые способы решения жизненных проблем и стараются быть более свободными по сравнению с другими.

2 тип - «регрессивные адаптанты». В отличие от представителей первого типа, данные люди также пытаются найти новые способы решения проблем и преодоления трудностей во взаимодействии с социумом, но при этом их усилия делают возможным существование в социуме лишь с преобладанием потерь над приобретениями.

3 тип - «регрессивные неадаптанты». Согласно М.А. Шабановой, Представители этого типа не имеют как таковых надёжных способов преодоления жизненных трудностей на своём пути, что приводит к появлению тенденции на снижение уровня их жизни.

4 тип - «прогрессивные неадаптанты». В отличие от вышеупомянутых типов, они совершают добровольные попытки адаптироваться в социуме, либо используют возросшую независимость для асоциального образа жизни. В данном случае отмечается надежда на изменение своей жизни в лучшую сторону.

Также стоит обратить внимание на типологию Ч. Мориса. За ее основу взято понятие адаптации в качестве процесса, направленного на разрешение конфликтов между импульсами и конвенциальными нормами. Исходя из этого, автором выделяются три типа адаптации. Личность первого типа адаптации способна сдерживать свои импульсы и контролировать своё поведение в соответствии с правилами социума. Характерен высокий самоконтроль, самостоятельность. При этом типе подавляются те склонности, которые доставляют человеку дискомфорт. При втором типе адаптации возникшее в ответ на изменение в окружающей среде напряжение подавляется. Третьему типу адаптации присуща пассивная ориентация и зависимость от окружения. Люди этого типа позволяют объекту действовать на них [19].

Необходимо отметить, что одним из важнейших факторов, которые приводят к нарушениям адаптации, является недостаток информации. На фоне недостатка информации люди начинают чаще поддаваться эмоциям и у них чаще отмечаются стрессовые состояния. Наличие опыта преодоления препятствий и сильные волевые качества человека, в свою очередь, облегчают протекание адаптации.

В социальной психологии выделяют также понятие «адаптивность». Адаптивность - способность к адаптации, приспособлению человека к существующим в обществе требованиям и критериям оценки за счёт присвоения норм и ценностей данного общества [30]. Исходя из того, что адаптация является взаимопроникающим процессом, то значит, что изменениям подвергается как личность, так и та окружающая среда, в которой живёт личность. Очень важно разграничивать понятия

«адаптивность» и «способность социализироваться». Дело в том, что даже приспособившись к обществу, человек может так и не адаптироваться. Это может быть связано с различиями в нравственных установках и личных принципах человека и социума. И здесь уже сам человек должен выбирать, что ему необходимо менять, чтобы выйти из подавленного эмоционального состояния. Исходя из этого, адаптивность означает не только способность адаптироваться к изменениям, но и наличие желания приспосабливаться к ним [20].

В чём же выражается адаптивность? В первую очередь это в анализе и адекватном восприятии окружающей действительности, в результате чего у человека вырабатывается способность оставаться целостной личностью. Также сюда относиться способность изменять окружающую действительность в соответствии с моральными и этическими принципами человека. Человек, обладающий адаптивностью, гораздо легче справляется с жизненными трудностями, способен адекватно ориентироваться в различных ситуациях (в частности затруднительных), эмоционально более устойчив, и готов (в том числе психологически) к изменениям [18].

Таким образом, под адаптивностью следует понимать высокую работоспособность, выносливость, устойчивость к болезням и другим негативным факторам окружающей среды. Данное свойство следует подвергать рассмотрению не только исходя из уровня здоровья, но и в качестве меры здоровья человека.

1.2. Структура процесса адаптации студентов

В предыдущем параграфе было упомянуто, что адаптация - это непрерывный процесс, он не прекращается ни на секунду, изменениям подвергаются только условия протекания этого процесса. Н.Ф. Головатый отмечает, что данный процесс проявляется в течение всего периода студенчества.

Учитывая тот факт, что адаптация к вузовским условиям обучения, образа жизни и досуга находится в тесной связи с достаточно резким, хоть и менее значимым, чем при адаптации к новому рабочему месту, изменением социального статуса личности, то можно определить сроки протекания адаптации. По мнению М.В. Булановой, студенты окончательно адаптируются к вузовским условиям обучения уже к концу 1 - началу 2 учебного семестра. В свою очередь, В.П. Кондратова отмечает, что адаптация - процесс индивидуально обусловленный, и ее проявление характерно во время обучения на 1-2 курсах (согласно исследовательским данным, у около 70% студентов процесс адаптации заканчивается до 2 курса, из них 50% успешно адаптируются к новым условиям обучения уже на 1 курсе). Приблизительно 100% студентов адаптируются уже к концу второго учебного курса [3].

Изучая работы таких авторов, как М.В. Буланова-Топоркова, Н.Ф. Головатый, Л.Д. Столяренко, можно выделить 3 стадии адаптации: стадию предадаптации, стадию адаптирования и стадию постадаптации. Рассмотрим их более подробно [1].

I. Стадия предадаптации. Весьма противоречивая. После поступления в вуз студент испытывает веру в собственные силы, у него появляется надежда на новую и интересную жизнь. В это же время первокурсники сталкиваются с первыми трудностями. В сравнении с обучением в школе, в вузе не наблюдается такого же внимания и опеки со стороны старших, из-за чего молодые люди испытывают дискомфорт. Помимо этого, наряду с приобщением к студенческой жизни, возникает необходимость овладения навыками самообслуживания, налаживания быта и организации своей самостоятельной работы. Новоиспечённые студенты сталкиваются с ещё одной трудностью - проявляя стремление к учёбе, они испытывают затруднения в восприятии нового и сложного материала и трудности работы с первоисточниками. К концу этого этапа у студентов отмечается раздражительность, усталость, недовольство собой и

окружающими. Особенно значительные изменения отмечаются на психофизиологическом уровне.

II. Стадия адаптирования. В начале данной стадии наблюдается эффект «обманутых надежд», разочарование в выборе профессии. Тем не менее происходит усвоение новых норм и правил, и обучение новым видам научной деятельности. Это становится возможным в результате интенсивной работы во время занятий. На фоне этого у студентов изменяется отношение к выбранной профессии. На ней наблюдается приспособление к изменившемуся учебному коллективу и его нормам, а также предпринимаются попытки найти референтную группу [16]. Если во время первой стадии важные изменения претерпевал психофизиологический уровень, то в данном этапе они отмечаются на индивидуально-личностном уровне.

III. Стадия постадаптации. Во время этой стадии у студентов происходит сужение интересов за счёт кристаллизации профессиональных интересов, складывается круг общения, складывается индивидуальный стиль учебной деятельности, определение собственной социальной роли. Помимо прочего, у студентов формируются важные в дальнейшем для успешного освоения профессией личностные качества. Здесь основные изменения происходят уже на социально-психологическом уровне [21].

Итак, анализируя всю научную литературу по проблеме адаптации, можно выделить, что процесс адаптации оказывает сильное влияние на личность студентов и, в свою очередь, зависит от их личностных качеств. Кроме этого, данный процесс проходит в несколько стадий: стадия предадаптации, адаптирования, постадаптации.

1.3. Факторы, влияющие на адаптацию к обучению в вузе

Нами было выяснено, что процесс адаптации представляет собой довольно сложное явление, включающее в себя несколько уровней. На

данный момент проведён ряд исследований по изучению протекания адаптации непосредственно в образовательном процессе. Особенно много работ посвящено выявлению тех факторов, которые оказывают непосредственное влияние на данный процесс.

Л.С. Елгиной в своей работе проведено выявление таких факторов адаптации, как интеллектуальное развитие, рост уровня внимания к ценностным ориентациям и характеру общения учащихся.

Т.А. Власова сравнила хорошо адаптированные и плохо адаптированные группы студентов, подчеркнув, что первые отличаются от вторых высоким уровнем интернальности, позитивным отношением к окружающей среде и к себе, принятием стандартов и ценностей университета. Автор также определяет немаловажную роль влияния межличностного общения в качестве фактора адаптации [6].

И.В. Григорьевская в своих работах по выявлению влияния среды в качестве фактора адаптации, выделила следующие группы факторов, связанных с образовательной средой: педагогические и социально-психологические. В группу педагогических факторов были отнесены применение современных образовательных технологий, в том числе интерактивных, преобладание практико-ориентированного обучения, применение возможностей дополнительного образования. Группа социально-психологических факторов, по мнению автора, включает в себя рефлексивные способности учащегося, демократический стиль общения между преподавателями и учащимися в системе социально-психологических мероприятий (обучение, класс, час и т.д.) [4].

Ю.В. Жегульской выделяются две группы факторов, которые оказывают влияние на адаптацию школьников. Первая группа - то группа объективных факторов, к которой относятся организация учебной программы вуза и ее особенности, в том числе, неравномерность рабочей нагрузки, несоответствие школьного образования требованиям, выдвигаемым вузом, всевозможные требования различных педагогов, недостаточность учебно-

методического обеспечения и многое другое. Эта группа факторов преимущественно находится в зависимости от внешних обстоятельств. Вторая группа факторов - это субъективные факторы, зависящие преимущественно уже от самого студента. К данной группе автор относит неорганизованность, неумение выступать на семинарских занятиях, отсутствие навыков участия в дискуссии и прочее [12].

С.В. Сергеева и О.А. Воскрекасенко, проводя изучение факторов, оказывающих влияние на адаптацию первокурсников к вузовским условиям обучения, выделяют несколько групп [33]. Данные о них представлены в табл. 1.

Таблица 1

Классификация факторов, влияющих на адаптацию студентов в вузе, по мнению С.В. Сергеевой и О.А. Воскрекасенко

Группа факторов	Пример факторов
Факторы, отражающие уровень довузовской подготовки	- объем и уровень школьных знаний; - сформированность мотивации к получению профессии; - профессиональная направленность.
Факторы, связанные с индивидуальными особенностями личности	- состояние здоровья; - уровень личностного развития; - адаптационные способности; - самооценка.
Факторы, связанные с особенностями процесса обучения	- уровень подготовки преподавателей; - использование инновационных технологий; - личностно-ориентированный подход к обучению.

По мнению А.В. Федоренко, в качестве существенного фактора успешного протекания адаптации студентов следует считать социальный интеллект. В это понятие автор включает способность понимать другого человека и прогнозировать его поведение и взаимоотношения [32].

Также необходимо рассмотреть работы, направленные на изучение биологических факторов адаптации. К таковым относятся работы Л. Вовк по выявлению влияния состояния здоровья и неблагоприятного анамнеза на

успешность протекания адаптации студентов. Автором было установлено, что доподлинно чаще дезадаптивные проявления возникают у лиц, имеющих выраженные проблемы со здоровьем, у которых в анамнезе имеются хронические заболевания. У них отмечается широкий спектр дезадаптивных явлений, начиняя высоким уровнем тревожности и вплоть до невротических расстройств [17].

В свою очередь Л.К.-С. Будук-оол проводит изучение влияния конституциональных и личностных особенностей на адаптационный процесс. К числу первых автор относит такие характеристики, как экстраверсия, нейротизм, тип темперамента. Ко второй группе относится тревожность. Результаты исследования показали, что наиболее часто возникают затруднения в адаптации у лиц с флегматическим и меланхолическим темпераментом [38].

Особенно стоит отметить работы Н.М. Голубевой и А.А. Голованової по исследованию личностных факторов социально-психологической адаптации. Выборка состояла из 130 студентов. Авторы подвергали рассмотрению индивидуальные черты и особенности саморегуляции студентов в качестве возможных факторов адаптации. При помощи корреляционного анализа они установили, что такие личностные характеристики, как экстраверсия, гибкость саморегуляции, способность к моделированию поведения имеют положительную связь с успешность протекания адаптации. В свою очередь, высокая выраженность алекситимии показало отрицательную связь с успешностью протекания адаптационного процесса в вузе [40].

Л.А. Ясюкова в свою очередь проводит исследование влияния интеллектуального фактора на обучаемость и процесс протекания социально-психологической адаптации первокурсников. В ходе своей работы автором была выявлена связь общей способности к обучению и результатов, полученных по 3 субтесту теста структуры интеллекта Р. Амтхауэра. Также отмечается, что у лиц, поступивших в вуз по результатам ЕГЭ, уровень

интеллектуального развития ниже, чем у лиц, поступивших на основании вступительных испытаний. Так, среди первокурсников СПбГУ высокий интеллект отмечается лишь у 40%. Помимо этого, автор подмечает то, что не более 50% студентов могут успешно закончить вуз, так как у студентов, которые интеллектуально неподготовлены к условиям обучения в вузе, весьма быстро появляются дезадаптивные проявления [15].

Н.В. Грушко и С.В. Чернобровкиной также проводилось исследование по изучению связь личностных характеристик и успешности социально-психологической адаптации. Выборка включала в себя 42 студента первых курсов, обучающихся в колледжах. В качестве цели исследования авторы выбрали влияние креативности на уровень адаптированности студентов. В результате проведённого исследования было выявлено, что у студентов творческих специальностей креативность имеет положительные корреляционные связи практически со всеми показателями социально-психологической адаптации, а у студентов технических специальностей она положительно связана со многими дезадаптивными тенденциями (эмоциональный дискомфорт, непринятие других, ведомость, эскапизм, дезадаптивность). На основании полученных данных установлено, что для студентов творческих специальностей креативность является ведущим фактором социально-психологической адаптации, а вот для студентов технических вузов она будет выступать в качестве фактора дезадаптации. Эти различия авторы объясняют тем, что технические специальность связаны с работой с различными механизмами, а это в свою очередь требует от человека точного соблюдения алгоритмов и правил. Помимо этого, в технических вузах по большей части требуется подчинение правилам, общим для всех студентов, что в свою очередь препятствует проявлению творчества [8].

Впрочем, полученные различия могут быть связаны с тем, что в своей работе авторы основной упор сделали на изучение вербальной креативности, в то время как у студентов технических специальностей вся учебная

деятельность и, в свою очередь, успешность обучения, находятся в тесной связи с невербальным интеллектом. Исходя из этого, полученные высокие значения вербальной креативности могут свидетельствовать о неправильном выборе будущей профессии, что будет способствовать проявлению дезадаптивности.

Некоторыми авторами в качестве главного фактора успешной социально-психологической адаптации выделяется сформированность учебной мотивации. Необходимо отметить, что мотивация играет весьма важную роль в успешности обучения. Она помогает человеку справиться с трудностями периода адаптации, определяет высокий уровень усилий, прикладываемых в деятельности, содействует активной межличностной коммуникации в группе, способствует поиску той информации, которая необходима для успешной адаптации [22].

О.А. Карабинской были установлены факторы, оказывающие влияние на уровень адаптации студентов к условиям обучения в медицинском вузе. Автор выделила в качестве таких факторов сформированность учебной мотивации, концептуальной модели профессиональной деятельности. Также к ним был отнесён уровень фрустрированности в учебной деятельности [27].

И.М. Улюкин и И.Н. Остроумов в своих исследованиях выявили положительное воздействие фактора самоотношения на протекание социально-психологической адаптации. Помимо этого, они установили в качестве одного из аспектов самоотношения гендерные особенности в выраженности самоуважения [8].

Необходимо отметить, что работ по изучению социально-психологических факторов адаптации на данный момент времени существует весьма мало. О.Н. Локатковой была установлена взаимосвязь успешности адаптации студентов с местом их проживания до поступления в вуз. В своём исследовании автор отмечает, что студентам, проживающим до поступления в вуз в сельской местности, помимо приобщения к социальной среде вуза, также необходимо адаптироваться и к новым городским условиям жизни.

Это в свою очередь ведёт к возникновению затруднений и дополнительному использованию резервных сил организма. Исходя из этого, у студентов из сельской местности чаще проявляются дезадаптивные явления, нежели у студентов, проживающих до поступления в вуз в городской местности. В работах Л.К.-С. Будук-оол установлено влияние этнического фактора на успешность протекания социально-психологической адаптации. Результаты исследования показали, что у студентов тувинской национальности чаще, чем у русских студентов, отмечаются трудности к адаптации к условиям обучения в вузе [14].

Также следует отметить, что Т.Б. Демина, С.В. Сергеева, О.А. Воскрекасенко, А.А. Виноградова и многие другие авторы в своих работах к числу социально-психологических факторов адаптации студентов в вузе причисляют организацию специальной работы по психолого-педагогической поддержке первокурсников. Она заключается в формировании навыков учебной деятельности, проведение тренинговых занятий со студентами по развитию коммуникативных навыков, приобщение студентов-первокурсников к общественной жизни учебного заведения, активная кураторская работа и многое другое.

1.4. Психологические характеристики личности, отражающие уровень адаптации к обучению

В настоящее время в психологии достаточно много исследований посвящено изучению проблематики адаптации личности к тем или иным условиям. Понятие «адаптивность» включает в себя наличие определённых способностей, которые позволяют личности наиболее быстро и целесообразно решать проблемные ситуации и нормализовать своё взаимодействие с окружающей средой. Есть различное множество взглядов по поводу того, что же считается адаптивными свойствами личности.

Описываются многочисленные достаточно общие личностные характеристики, к числу которых относятся осведомлённость, поведенческая гибкость, способность к внутриличностным изменениям и социально-психологическая толерантность. В то же время наравне с этими характеристиками приводятся поведенческие черты, которые отмечаются у достаточно адаптированных лиц. Это дружелюбие, чувство ответственности, соблюдение в поведении этических норм. Рассматривая адаптивность в призме системы способов решения наиболее типичных проблемных ситуаций, то здесь выделяются такие личностные качества, как способность принимать адекватные решения, наличие соответствующих знаний, умений [18].

Помимо вышеупомянутого, уровень адаптации можно рассматривать с точки зрения особенностей фрустрационных реакций личности. Фрустрация - это особое психическое состояние, которое выражается в особенностях переживания и поведения, вызванное объективно непреодолимыми (или субъективно воспринимаемыми таковыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели [30]. Важной особенностью поведения в таких ситуациях является толерантность к фрустрации, то есть способность противостоять различным жизненным трудностям, умение переживать неудачи.

При воздействии фрустрирующих ситуаций реакции людей характеризуются рядом существенных особенностей. Выделяются немедленные реакции и отсроченные приспособительные реакции, механизмы и процессы. Для развития таких реакций психике требуется определённое количество времени. Одной из таких реакций является сублимация. Отсроченные механизмы можно описать как генетически и в структурно-функциональном плане более сложными. Они необходимы для осуществления более фундаментальных адаптационных процессов. В свою очередь, такая реакция как агрессия, выступают в качестве прямой реакции на воздействие фрустрирующей ситуации [25].

Психологами выделяются два вида фрустрационных ситуаций. Это внешние и внутренние ситуации. Исходя из этого, выделяют:

1) защитные механизмы, направленные против внешних фрустраторов;

2) защитные механизмы, используемые для защиты от внутренних фрустраторов.

До конца ещё не изучены все защитные механизмы людей, используемые ими для того, чтобы справиться с проблемной ситуацией. Однако, можно утверждать, что тип защиты, интенсивность и продолжительность защитно-приспособительных процессов находятся в зависимости от значения фрустрирующей ситуации для личности, а, в свою очередь, индивидуализированное понимание фрустририрующих факторов зависит от мотивационной структуры личности.

В предыдущей главе было отмечено влияние мотивации на успешность протекания адаптации. Чем выше уровень мотивации, тем успешнее адаптация личности в группе. Однако мотив можно охарактеризовать не только как количественное значение (сильное - слабое), но и как качественное значение. В психологической науке все мотивы подразделяются на внешние (имеющие направленность на удовлетворение социальных потребностей, таких как социальный престиж, заработная плата) и внутренние (характеризуются направленностью на удовлетворение познавательных потребностей, потребности в общении в процессе обучения, работы) [34].

Кроме того, классифицируя мотивы на внешние и внутренние, следует подразделять внешние на положительные и отрицательные. К числу первых относятся, к примеру, побуждение к успеху, достижениям. С точки зрения положительного влияния на адаптацию, то более эффективными здесь будут выступать внешние положительные мотивы, чем внешние отрицательные.

Проводя анализ всех проведённых исследований по определению направленности мотивации, можно привести обобщённый портрет человека, доминирующей мотивацией которого является надежда на успех, и человека,

доминирующей мотивацией которого является страх и ожидание неудачи в процессе адаптации к группе [9]. Их сравнительная характеристика отражена в следующей таблице:

Таблица 2

Сравнительная характеристика лиц с разной направленностью мотивации

Личности, мотивированные на успех в деятельности	Личности, мотивированные на неудачу в деятельности
• обычно активны, инициативны;	• менее инициативны;
• если встречают препятствия – ищут способы их преодоления;	• при выполнении деятельности проблемного характера, в условиях дефицита времени, результативность деятельности снижается;
• отличаются настойчивостью в достижении цели;	• отличаются меньшей настойчивостью в достижении цели;
• предпочитают выбирать средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, а нереалистически высокие, отклоняют;	• предпочитают выбирать крайние цели: либо занижено лёгкие, либо нереально сложные для выполнения;
• когда чередуются успехи и неудачи, они склонны переоценивать свои неудачи;	• планируют своё будущее на менее отдалённый промежуток времени;
• склонны воспринимать и переживать время как «намеренно быстрое», а не как бессмысленное прохождение времени.	• склонны к восприятию времени как «бесцельно текущего».

Помимо этого, выделяется ряд индивидуально-личностных особенностей, оказывающих влияние на уровень адаптации. К ним относятся локус контроль, коммуникативный контроль и эмоциональная устойчивость личности.

Появление понятия «локус-контроль» в психологической литературе связано с работами американского психодиагноста Дж. Роттера (1982). Роттер вывел идею локуса контроля из своей теории социального научения, в которой контроль определяется как устойчивая тенденция личности определённым образом оценивать причинность жизненных событий [37].

Центральное место в концепции Роттера занимает формирование в процессе социализации системы общих ожиданий о том, что определённое

поведение ведёт к вознаграждению и что это вознаграждение имеет психологическую ценность в определённой ситуации. В соответствии с особенностями ожиданий у человека могут формироваться два типа стратегий взаимодействия с окружающей средой, два типа локализации или места управления: внутренняя и внешняя. В первом случае при планировании своей деятельности, принятии тех или иных решений человек оценивает, насколько достижение его целей зависит от него лично, от его усилий и умений, является закономерным результатом его собственной деятельности. Во втором случае человек убеждён, что его успехи или неудачи являются результатом действия внешних сил, таких как удача, случайность, другие, то есть силы, не зависящие от него. Каждый человек занимает определённую позицию в континууме, определяемом этими полярными типами локуса контроля [39].

Следует отметить, что теория локус-контроля позволила сформулировать позицию по локус-контролю как характеристике, не зависящей от конкретных событий и ситуаций, с которыми приходится сталкиваться человеку.

Понятие «коммуникативный контроль» включает в себя поведение личности в ситуации социального взаимодействия. Согласно Снайдеру, высокий коммуникативный контроль означает, что человек постоянно следит за собой, контролирует выражение своих эмоций и гибко реагирует на изменение ситуации общения. Средний коммуникативный контроль означает, что человек непосредствен в общении, искренне относится к окружающим, но сдержан в эмоциональных проявлениях и соотносит свои реакции с поведением окружающих. Низкий коммуникативный контроль обозначает высокую импульсивность в общении, открытость, раскованность, когда поведение мало подвержено изменениям в зависимости от ситуации общения и не всегда коррелирует с поведением других людей [10].

Согласно теории Айзенка, нейротизм - генетически обусловленная черта личности. Его выраженность связана со скоростью выработки

условных рефлексов и их силой, балансом возбудительных и тормозных процессов в центральной нервной системе, степенью активации коры головного мозга ретикулярной формацией. Этот показатель характеризует эмоциональную устойчивость или нестабильность личности. Эмоциональная устойчивость - черта, отображающая сохранение организованного поведения и ситуативной направленности в нормальных и стрессовых ситуациях. Проявление нейротизма отмечается в крайней нервозности, неустойчивости, склонности к резким перепадам настроения, чувстве вины и беспокойства, тревожности, депрессивных реакциях, рассеянности в стрессовых ситуациях [29].

Выводы по Главе 1

В этой главе был представлен теоретический анализ изучения процесса адаптации, а также психологических характеристик, отражающих уровень адаптации студентов к условиям обучения в вузе. Были рассмотрены различные точки зрения на понятие «адаптация». Кроме того, были приведены типы адаптации по классификации А.К. Болотовой. Также была изучена структура процесса адаптации и раскрыты основные этапы адаптационного процесса к обучению.

Помимо выше перечисленного, мы рассмотрели основные факторы, влияющие на процесс адаптации, и некоторые психологические характеристики, которые отражают уровень адаптации студентов к обучению в ВУЗе.

В настоящее время проблема адаптации является одной из ключевых проблем психологии. Возрастающий интерес к этой проблеме объясняется интенсивными изменениями, происходящими в современном мире. Ряд изменений, происходящих в современном обществе, предъявляют к личности новые требования. Поступление в вуз является одним из таких изменений, запускающих процесс социально-психологической адаптации, что требует от первокурсника приспособления к новым социальным условиям, с одной стороны, и сохранения внутренней устойчивости и равновесия, с другой.

В настоящее время вопрос о зависимости адаптации от психологических характеристик студентов недостаточно изучен. Было исследовано влияние некоторых индивидуальных (темпераментных, личностных) или социально-психологических факторов (образовательный статус родителей, проживание в городе или в селе до начала обучения в вузе) на успешность социально-психологической адаптации студентов первого курса к условиям вуза (Н.М. Голубева, А.А. Голованова, Л.-К.С. Будук-оол, Л.А. Ясюкова, С.В. Сергеева, О.А. Воскрекасенко, В.И. Седин, Е.В. Леонова, О.Н. Локаткова, Н.В. Грушко, С.В. Чернобровкина и др.). Однако

проведённые исследования недостаточно раскрывают взаимосвязь психологических характеристик и уровня адаптации к обучению.

Проведя анализ теоретического материала, можно сделать следующие выводы:

– Термин «адаптация» означает процесс перестройки психики индивида под воздействием различных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

– Различают следующие виды адаптации: биофизиологическую и социально-психологическую. Биофизиологическая адаптация - это приспособление организма к устойчивым и меняющимся условиям среды (температуре, атмосферному давлению, влажности, освещению и другим внешним физическим условиям и воздействиям), а также к изменениям и в самом себе. Социально-психологическая адаптация - привыкание индивида к новым условиям среды с затратой определённых сил, влияние самого субъекта на среду, взаимное приспособление индивида и среды.

– В процессе психологической адаптации студентов отмечаются следующие стадии: предадаптации, адаптирования, постадаптации. Стадия предадаптации характеризуется наличием противоречий: желание студента учиться, стремление как можно быстрее освоить профессию наталкивается на дидактичный барьер - трудности восприятия сложного материала, неумения работать с первоисточниками и конспектировать лекции. На фоне потери контактов с прошлым кругом общения студенты начинают испытывать одиночество, раздражительность, усталость. Стадия адаптирования начинается эффектом «обманутых надежд» и разочарования в профессии. Однако в процессе учёбы под воздействием интенсивной учебной деятельности происходит усвоение новых учебных норм, оценок, способов и приёмов самостоятельной работы, обучение новым видам научной деятельности. На стадии постадаптации окончательно формируется индивидуальный стиль учебной деятельности, происходит сужение

интересов за счёт кристаллизации профессиональных интересов, складывается круг общения и происходит определение своей социальной роли. Начинают интенсивно формироваться профессионально значимые качества личности.

– Существует достаточно много работ, направленных на выявление факторов, влияющих на процесс адаптации. Практически во всех этих работах выделяют три блока факторов, оказывающих влияние на адаптацию к обучению в вузе: социологический, психологический и педагогический. К социологическим факторам относятся возраст студента, его социальное происхождение и тип образовательного учреждения, которое он уже закончил. Психологический блок содержит индивидуально-психологические, социально-психологические факторы: интеллект, направленность, личностный адаптационный потенциал, положение в группе. Педагогический блок факторов влияния на адаптацию включает в себя уровень педагогического мастерства, организацию среды, материально-техническую базу, ТСО и др.

– Существует значительное разнообразие мнений относительно того, что именно входит в понятие «адаптивность» и какие свойства следует считать адаптивными. Большинство авторов выделяют такие личностные характеристики, как осведомлённость, поведенческая гибкость, способность к внутриличностным изменениям и социально-психологическая толерантность. Наряду с этим используется простое перечисление поведенческих черт, характерных для достаточно адаптированных индивидуумов: дружелюбие, чувство ответственности, соблюдение в поведении этических норм. Если адаптивность подвергать рассмотрению в качестве системы способов, которые позволяют справляться с типичными проблемными ситуациями, то отмечаются такие качества, как способность принимать адекватные решения, наличие соответствующих знаний, умений. Также отмечается мотивация студентов на успех в деятельности.

Глава 2. Эмпирическое исследование психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в вузе

2.1. Описание процедуры и методов исследования

Проведённое исследование было направлено на изучение психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в вузе.

Экспериментальную выборку составили студенты первого курса Медицинского института ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет». Всего в исследовании приняли участие 28 человек в возрасте от 17 до 19 лет.

Для исследования уровня социально-психологической адаптации была использована методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Выборка, в результате проведения исследования уровня адаптации к обучению по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, была поделена на две группы. Первую из них составили студенты с низким уровнем адаптации к обучению, вторую - студенты с высоким и средним уровнями адаптации к обучению.

Следующий диагностический этап был посвящён изучению таких черт личности, как общительность, беспечность, эмоциональная устойчивость, смелость, тревожность, фрустрированность, а также определение мотивации обучения в вузе и исследование типа волевой регуляции процесса реализации намерения в действии. Для выявления уровня данных психологических характеристик были использованы следующие методики:

1. Методика многофакторного исследования личности Р. Кетелла (форма С).

2) Тест исследования тревожности Спилбергера-Ханина.

3) Методика «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной.

4) Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.

5) Методика «Шкала контроля за действием» (HAKEMP-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина).

В качестве метода математической статистики использовался t-Стьюдента для независимых выборок.

Далее приведено краткое описание используемых в нашем исследовании методик.

а) Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

Испытуемым были предложены бланки с утверждениями, каждое их которых необходимо было оценить по следующей шкале:

0 баллов - это ко мне совершенно не относится;

1 балл - мне это не свойственно в большинстве случаев;

2 балла - сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;

3 балла - не решаюсь отнести это к себе;

4 балла - это похоже на меня, но нет уверенности;

5 баллов - это на меня похоже;

6 баллов - это точно про меня.

Общее количество утверждений в методике - 101.

Интерпретация результатов проводится путём суммирования баллов в соответствии с ключом по следующим интегральным показателям: «Адаптация», «Принятие других», «Интернальность (уровень субъективного контроля)», «Эмоциональный комфорт», «Самовосприятие», «Стремление к доминированию», «Эскапизм». Полученные по каждому показателю суммы сравниваются с нормативами, соответствующими возрасту испытуемых. Данные нормативы обозначаются как зоны неопределённости.

Результаты до зоны неопределённости интерпретируются как чрезвычайно низкие, а после самого высокого показателя в зоне неопределённости - как высокие.

b) 16-факторный личностный опросник Кеттелла (форма С).

Данный опросник был опубликован в 1949 г Рэймондом Кетеллом и с тех пор активно используется в психологии. Опросник диагностирует черты личности, которые Кетелл назвал конституционными факторами [11].

Автором выделяются 16 факторов личности, которые обозначаются латинскими буквами. Данные факторы отражены в табл. 3.

Таблица 3

Факторы личности, исследуемые по методике многофакторного исследования личности Р. Кетелла

Фактор	Название фактора
A	Общительность - замкнутость
B	Высокий интеллект - низкий интеллект
C	Эмоциональная устойчивость - эмоциональная неустойчивость
E	Настойчивость - покорность
F	Беспечность - озабоченность
G	Ответственность - недобросовестность
H	Смелость - робость
I	Нежность - жёсткость
L	Подозрительность - доверчивость
M	Мечтательность - практичность
N	Расчётливость - наивность
O	Чувство вины - самоуверенность
Q_1	Гибкость - ригидность
Q_2	Самостоятельность - зависимость от группы
Q_3	Высокий самоконтроль - низкий самоконтроль
Q_4	Напряжённость - расслабленность

Существует несколько форм опросника. В данной работе используется форма С, которая содержит 105 вопросов. На каждый вопрос испытуемым предлагается на выбор три варианта ответа: а, в, с. Вариант «в» определён как «не знаю», «не уверен» и т.д. В инструкции подчёркивается, что испытуемые должна как можно реже выбирать данный вариант ответа.

Ответы испытуемых обрабатываются в соответствии с ключом. Совпадение с ключом ответов «а» и «с» оценивается в 2 балла, а совпадение ответов «в» - в 1 балл. Исключение составляет фактор В, по которой любое совпадение ответа с ключом оценивается в 1 балл.

После обработки ответов испытуемых при помощи ключа получаются «сырые» баллы. Эти баллы при помощи таблиц стандартизации переводятся в стены. Для мужчин и женщин таблицы стандартизации отличаются.

При интерпретации результатов тестирования учитываются полюсные значения факторов. Интервал от 0 до 3 стенов означает низкий уровень выраженности свойства личности, от 8 до 10 стенов свидетельствует о высоком уровне выраженности.

с) Тест исследования тревожности Спилбергера-Ханина.

Данный тест направлен на изучение уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние) и уровня личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека) [28].

Испытуемым было предложено оценить 20 утверждений из бланка опросника №1 и 20 утверждений из бланка опросника №2 по следующим шкалам:

Нет, это не так (почти никогда) - 1 балл.

Пожалуй, так (иногда) - 2 балла.

Верно (часто) - 3 балла.

Совершенно верно (почти всегда) - 4 балла.

По каждому бланку подсчитывается сумма набранных баллов. Для подсчёта показателей личностной (ЛТ) и реактивной (РТ) тревожности пользуются следующими формулами:

РТ = Σ1-Σ2+35, где

Σ1 - сумма зачёркнутых цифр на бланке №1 по утверждениям 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

Σ2 - сумма зачёркнутых цифр на бланке №1 по утверждениям 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

ЛТ = Σ1-Σ2+35, где

Σ1 - сумма зачёркнутых цифр на бланке №2 по утверждениям 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

Σ2 - сумма зачёркнутых цифр на бланке №2 по утверждениям 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

По каждому бланку испытуемые могут набрать от 20 до 80 баллов. При интерпретации показателей используют следующие оценки тревожности:

До 30 баллов - низкая тревожность;

31-45 баллов - умеренная тревожность;

46 и более баллов - высокая тревожность.

d) Методика «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной.

Данная методика направлена на изучение мотивов обучения в вузе. Она представляет собой опросник с 20 утверждениями. Каждое утверждение предлагается оценить либо положительно (+), либо отрицательно (-).

Автор выделяет в данной методике 3 мотива обучения в вузе. Это «приобретение знаний» (стремление к приобретению знаний, любознательность); «овладение профессией» (стремление овладеть профессиональными знаниями и сформировать профессионально важные качества); «получение диплома» (стремление приобрести диплом при формальном усвоении знаний, стремление к поиску обходных путей при сдаче экзаменов и зачётов). В опросник, для маскировки, автор методики также включила ряд фоновых утверждений, которые в дальнейшем не обрабатываются.

Полученные результаты интерпретируются в соответствии с ключом. По шкале «Приобретение знаний» при согласии на утверждение №4 начисляется 3,6 балла, на утверждение №17 - 3,6 балла, на утверждение №26 - 2,4 балла; при несогласии на утверждение №28 начисляется 1,2 балла, на утверждение №42 - 1,8 баллов. Максимальное количество баллов по данной шкале - 12,6 балла.

По шкале «Овладение профессией» при согласии на утверждение №9 начисляется 1 балл, на утверждение №31 - 2 балла, на утверждение №33 – 2 балла, на утверждение №43 - 3 балла, на утверждения №48 и 49 - по 1 баллу. Максимальное количество баллов по данной шкале - 10 баллов.

По шкале «Получение диплома» при несогласии на утверждение №11 начисляется 3,5 балла; за согласие с утверждением №24 начисляется 2,5 балла, на утверждения №35 и 38 - по 1,5 балла и на утверждение №44 – 1 балл. Максимальное количество баллов по шкале - 10.

При интерпретации результатов утверждения №5, 13, 30, 39 считаются нейтральными, поэтому они не учитываются.

е) Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.

Эта методика предназначена для изучения уровня социальной фрустрированности, т.е. степени неудовлетворённости социальными достижениями в основных сферах жизнедеятельности [5].

Испытуемым предлагается ответить на 20 вопросов, выбрав один из следующих вариантов:

Полностью удовлетворён - 0 б.

Скорее не удовлетворён - 1 б.

Затрудняюсь ответить - 2 б.

Скорее не удовлетворён - 3 б.

Полностью не удовлетворён - 4 б.

Интерпретация результатов проводится путём суммирования набранных баллов, затем эта сумма делится на количество утверждений в опроснике. Уровень социальной фрустрированности определяют в соответствии со шкалой:

0 - 0,4: отсутствие (почти отсутствие) фрустрированности;

0,5 - 1,4: очень низкий уровень фрустрированности;

1,5 - 1,9: пониженный уровень фрустрированности;

2,0 - 2,4: неопределённый уровень фрустрированности;

2,5 - 2,9: умеренный уровень фрустрированности;

3,0 - 3,4: повышенный уровень фрустрированности;

3,5 - 4: очень высокий уровень фрустрированности.

f) Методика «Шкала контроля за действием» (HAKEMP-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина).

Методика предназначена для диагностики индивидуальных особенностей волевой регуляции процессов реализации намерения в действии. В основе методики лежит теория контроля за действием Ю. Куля, согласно которой существует два типа волевой регуляции процесса реализации намерения в действии: самоконтроль и саморегуляция.

Саморегуляция характеризуется большей погруженностью субъекта в процесс деятельности, меньшей подверженностью интерферирующему влиянию конкурирующих намерений, а также непроизвольностью и большей эффективностью функционирования стратегий волевого контроля. В целом ориентация на действие способствует реализации намерения в действии.

Самоконтроль характеризуется преобладанием в сознании субъекта персеверирующих мыслительных процессов, относящихся к прошлому, настоящему или будущему субъекта, соответственно, большей подверженностью интерферирующему влиянию конкурирующих намерений, а также меньшей эффективностью функционирования стратегий волевого контроля. В целом ориентация на состояние препятствует реализации намерения в действии.

Испытуемым предлагается ответить на 36 незаконченных утверждений, выбрав один из двух вариантов ответов. Интерпретация результатов проводится путём суммирования баллов в соответствии с ключом.

1. «Контроль за действием при неудаче» - КД(н): 1б, 4б, 7а, 10а, 13б, 16б, 19а, 22б, 25б, 28б, 31б, 34а.

2. «Контроль за действием при планировании» - КД(п): 2б, 5б, 8б, 11а, 14б, 17б, 20б, 23а, 26а, 29а, 32а, 35а.

3. «Контроль за действием при реализации» - КД(р): 3б, 6б, 9а, 12б, 15а, 18б, 21а, 24б, 27а, 30б, 33б, 36а.

Полученные сырые баллы в последующем переводятся в стены.

Высокие оценки по каждой из шкал означают «Ориентацию на действие» (ОД), низкие - «Ориентацию на состояние» (ОС). Допускается интерпретация оценок, как по отдельным шкалам, так и профиля в целом.

Ориентация на состояние отражает фиксацию на эмоциональных переживаниях, склонности к раздумьям, соответственно, большей подверженности мешающему влиянию конкурирующих намерений и негативного опыта, а также меньшей эффективности функционирования стратегий волевого контроля. Люди с ориентацией на состояние более склонны к формированию таких негативных психологических состояний как выученная беспомощность и алиенация, и в целом менее успешно реализуют свои намерения в действии, даже когда действия, которые намеревался осуществить человек, полезны и потенциально просты.

Люди с ориентацией на действие более успешно реализуют свои намерения в действии, т. к. они способны дольше удерживать их в активном состоянии и защищать от конкурирующих тенденций. Они лучше усваивают новую информацию и быстрее трансформируют ее в навыки. Также исследования показывают, что люди с ориентацией на действие являются более успешными в различных видах деятельности (учебной, профессиональной, спортивной и т. д.). При ориентации на действие человек сосредоточивается именно на действиях, необходимых для реализации поставленной цели, а не на своих переживаниях по этому поводу.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

Первый этап исследования был направлен на исследования уровня адаптации у испытуемых. Для этого была использована методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Индивидуальные диагностические данные представлены в табл. 1 Приложения. Ниже отражено распределение уровней интегральных показателей в группе испытуемых (рис. 1).

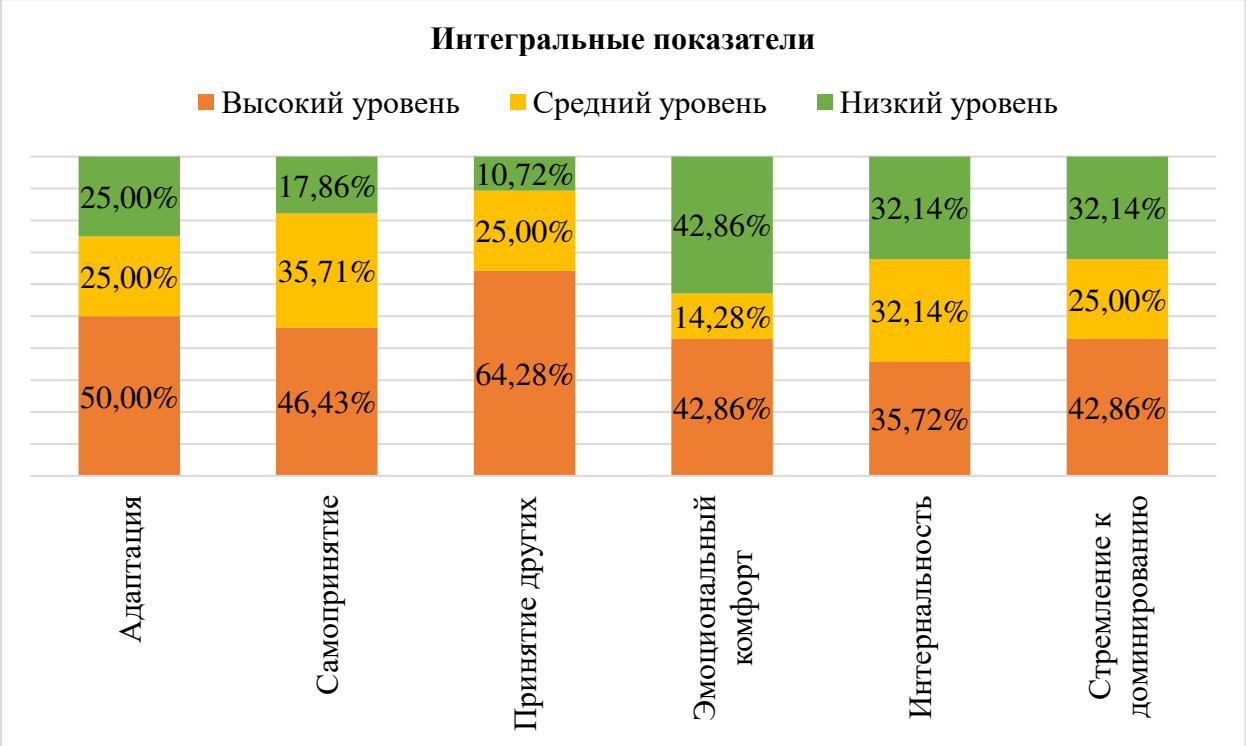

Рис. 1. Процентное соотношение испытуемых с разными уровнями выраженности интегральных показателей

Полученные результаты по показателю «Адаптивность» показывают, что в группе испытуемых преобладает высокий уровень адаптации (50%). Эти испытуемые чувствуют себя уверенно в коллективе, легко находят общий язык с однокурсниками. Как правило, студенты с высоким уровнем адаптированности к группе способны проявлять активность и брать инициативу на себя, легко следуя принятым в группе нормам и правилам.

Они легко усваивают учебные предметы, свободно выражают свои мысли и при необходимости могут обратиться к преподавателю за помощью.

По 25% распределились студенты со средним и низким уровнями адаптации. Это означает, что четверть испытуемых в целом чувствуют себя комфортно в окружающих условиях. Они относительно легко принимают правила и нормы, принятые в коллективе. Однако могут возникать некоторые затруднения в межличностном общении, а также может отмечаться умеренная тревожность.

Студенты с низкими баллами по показателю «Адаптивность» характеризуются сдержанностью в отношениях в группе, они не разделяют мнения группы и не могут обратиться за помощью к своим одногруппникам. Также зачастую у таких студентов отмечаются проблемы с самооценкой. Все это негативно сказывается на успеваемости студентов.

По показателю «Самопринятие» отмечается преобладание высокого уровня выраженности. Это говорит о том, что 46,43% испытуемых не имеют проблем с самооценкой. Им присуща реальная оценка своих возможностей. 17,86% испытуемых набрали низкие баллы по данному показателю. Это свидетельствует о наличии проблем с самопринятием, и, вполне вероятно, о наличии комплексов. Средний уровень выраженности по данному показателю наблюдается у 35,71% испытуемых.

По показателю «Принятие других» преобладает высокий уровень выраженности среди испытуемых (64,28%). Это означает, что данные студенты легко принимают точки зрения других людей. 10,72% испытуемых набрали низкие значения по данному показателю, что свидетельствует о наличии негативного отношения по отношению к другим. Также это свидетельствует о наличии у этих испытуемых защитного поведения. 25 обследуемых имеют средний уровень выраженности по данному показателю.

Также нужно отметить, что по показателю «Эмоциональный комфорт» данные распределились следующим образом. Высокий уровень

выраженности по данному показателю наблюдается у 42,86%. Это говорит о том, что испытуемые ощущают уверенность, спокойствие, удобство. Они оптимистичны и довольны окружающей обстановкой.

У 14,28% испытуемых отмечается средний уровень выраженности эмоционального комфорта. Это означает, что данные люди также испытывают спокойствие, относительно уверенны в себе, их устраивает окружающая обстановка. Однако у них может отмечаться тревожность, беспокойство.

Низкий уровень эмоционального комфорта выявлен у 42,86% испытуемых. Это свидетельствует о наличии у них чрезмерной тревожности, страха, беспокойства, неуверенности в себе, подавленности. Эти испытуемые испытывают трудности в контроле своих эмоций, плохо справляются со стрессовыми ситуациями.

Помимо вышеперечисленного, по показателю «Интернальность» также поровну распределились средний и низкий уровни выраженности (по 32,14%). Это означает, около трети испытуемых подвержены внешнему контролю. Они полагают, что их судьба зависит от случая или удачи. В случае достижения успеха или столкновения с неудачей, эти испытуемые склонны думать, что это всего лишь дело случая, стечение обстоятельств.

Данные по показателю «Стремление к доминированию» показывают, что в группе испытуемых преобладает тенденция к доминированию (42,86%). Людям с высокими значениями по данному показателю присущи напористость, упрямство, своенравие, независимость, самодостаточность, самостоятельность. 32,14% испытуемых набрали низкие значению по показателю. Это означает, что таким студентам характерна робость и застенчивость. В поведении таких людей прослеживается молчаливость, невозможность зрительного контакта с собеседником, тихий, неуверенный голос, трудности при формулировании мыслей и желаний, скованность в движениях. Кроме того, можно наблюдать проявление таких чувств, как смущение, неловкость, переживание за мнение окружающих, замкнутость,

неуверенность, пониженная самооценка. У 25% испытуемых отмечается средний уровень выраженности склонности к доминированию.

На основании полученных данных по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда общая выборка была разделена на 2 группы. 1 группа испытуемых включает в себя студентов с низким уровнем адаптации, а 2 группа испытуемых включает в себя студентов с высоким и средним уровнями адаптации.

Второй диагностический этап был направлен на изучение таких черт личности, как общительность, беспечность, эмоциональная устойчивость, смелость, тревожность, расслабленность/ фрустрированность, а также акцентуации характера.

Рассмотрим результаты двух групп испытуемых, полученные после проведения методики многофакторного исследования личности Р. Кетелла (форма С). В табл. 2 Приложения приводятся индивидуальные диагностические данные испытуемых обеих групп. Ниже представлены результаты диагностики по данной методике (рис. 2).

Таблица 4

Результаты диагностики черт личности по методике многофакторного исследования личности Р. Кетелла (средние значения стенов)

Фактор	Группы		$T_{эмп.}$
	Группа 1	Группа 2	
A (Общительность)	5,17	6,50	3.4
B (Высокий интеллект)	7,33	8,32	5
C (Эмоциональная устойчивость)	3,83	6,14	3.6
E (Настойчивость)	5,17	5,59	1.5
F (Беспечность)	5,33	6,14	2.1
G (Ответственность)	6,00	6,59	2.1
H (Смелость)	4,50	5,45	2.2
I (Нежность)	4,83	5,55	2.4
L (Подозрительность)	7,83	4,64	2.4
M (Мечтательность)	7,17	4,50	1.7
N (Расчётливость)	6,50	6,27	1.3
O (Чувство вины)	10,17	4,77	4.6
Q1 (Гибкость)	5,00	6,18	3
Q2 (Самостоятельность)	6,17	6,45	1.5
Q3 (Высокий самоконтроль)	3,83	5,86	3.4
Q4 (Напряжённость)	9,83	5,27	3.7

$T_{кр}$	
p≤0.05	p≤0.01
2.06	**2.78**

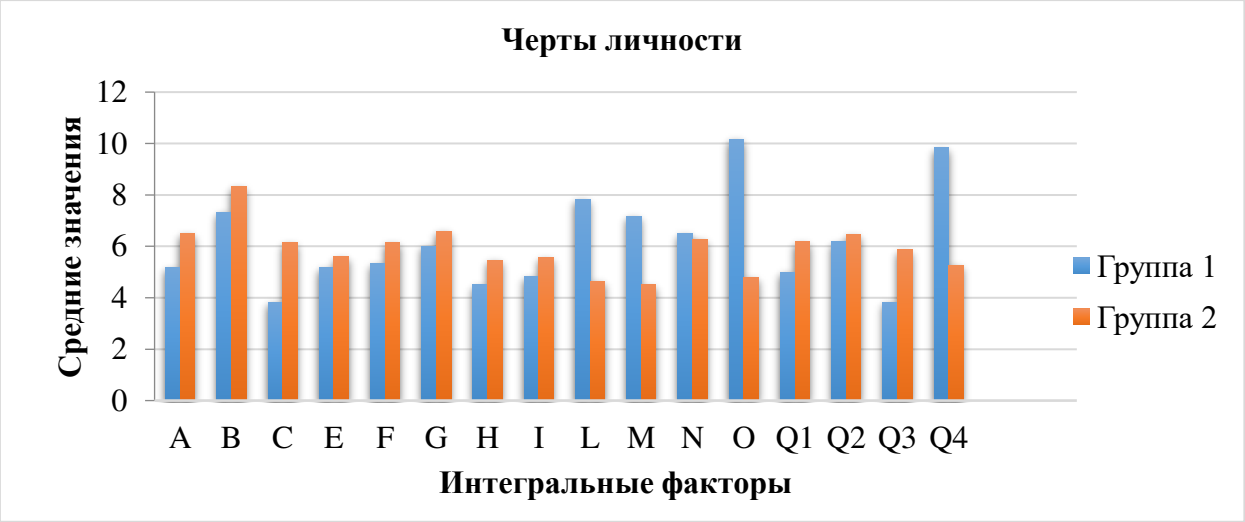

Рис. 2. Соотношение диагностических значений в группах испытуемых (средние значения)

Применение метода математической статистики показало, что различия между группами испытуемых достигают диагностической значимости по таким факторам, как «Общительность», «Интеллектуальность», «Эмоциональная устойчивость», «Тревожность», «Моральная нормативность», «Напряжённость». При этом студентам с высоким и средним уровнями адаптации присущи такие черты личности, как общительность, высокая интеллектуальность, эмоциональная устойчивость и высокий самоконтроль, в то время, как студентам с низким уровнем адаптации характерна повышенная тревожность, чрезмерная внутренняя напряжённость, ранимость, неуверенность в себе.

Не достигают диагностической значимости различия между группами студентов по следующим показателям: «Доминантность», «Эмоциональная чувствительность», «Самостоятельность». Это означает, что студенты обеих групп не имеют явных различий по этим показателям.

Далее приведём характеристику полученных в ходе проведения методики результатов.

У студентов с низким уровнем адаптации к обучению в вузе сильнее всего выражены такие черты личности, как предубеждённость по отношению к другим, рассеянность, внутренняя напряжённость, неуверенность в себе, унылость и высокая тревожность как свойство личности. Такие студенты болезненно переносят критику в свой адрес, и зачастую испытывают чувство вины. Препятствия, возникающие на пути к достижению цели, воспринимаются ими как непреодолимые, что говорит о высокой фрустрированности. Низкие значения по факторам «Общительность» и «Смелость» свидетельствуют о слабо выраженной потребности в установлении социальных контактов и высокой избирательности в установлении контактов.

Кроме того, в данной группе испытуемых отмечаются средние значения по показателям «Интеллектуальность» и «Мечтательность», что говорит о возможности данным испытуемыми достигать успеха при решении несложных заданий. Средние баллы, набранные по показателям «Дипломатичность» и «Восприимчивость к новому» означают, что студенты могут достаточно быстро ориентироваться в проблемных ситуациях, однако не всегда верно просчитывают варианты их решения.

Студенты с высоким и средним уровнями адаптации характеризуются открытостью и проницательностью, экспрессивностью, импульсивностью в межличностном общении. В малых группах стремятся к независимости. Помимо этого, отмечается высокое чувство долга, ответственность, принятие общепринятых правил и норм. Возможно стремление к лидерству.

По сочетаниям факторов эмоциональных свойств личности, можно утверждать, что у студентов этой группы отмечается эмоциональная устойчивость, спокойное восприятие критики в свой адрес, они умеют контролировать свои эмоции. В поведении отмечается спокойствие и уравновешенность. Также им присущи такие черты, как практичность,

рациональность, уверенность в себе и своих силах и прагматизм. Эти студенты способны довольно быстро ориентироваться в проблемных ситуациях, однако иногда могут неудачно просчитать варианты решения проблем. При неожиданном появлении дополнительных трудностей возникает кратковременное чувство тревоги. Сильные эмоциональные реакции у них вероятны в тех ситуациях, когда затрагиваются их актуальные проблемы.

Также в данной группе отмечаются средние значения по факторам «Смелость в социальных контактах» и «Беспечность». Это означает стремление у студентов находить позитивное в жизни. Однако полностью отключится от повседневных проблем не всегда получается. Также для них характерна вера в удачу в тех случаях, когда ситуации знакомы и можно использовать проверенные опытом стратегии поведения и решения задач. Рискованные ситуации привлекают студентов с такими показателями в тех случаях, когда риск оправдан и успех реально достижим.

Кроме того, из полученных данных можно сделать вывод, что тревожность и беспокойство у студентов этой группы возникают только в непривычных для них ситуациях. Когда обстановка знакома, ощущение тревоги либо слабо выражено, либо не проявляется вообще. Такие люди пытаются объективно воспринимать происходящее и окружающих из людей.

Результаты по блоку регуляторных факторов свидетельствуют о способности студентов быть организованными и настойчивыми преимущественно в тех ситуациях, в которых они адаптировались. При появлении неожиданной дополнительной нагрузки может проявляться неорганизованность и хаотичность.

В табл. 3 Приложения отражены индивидуальные диагностические данные по диагностике уровня тревожности при помощи теста исследования тревожности Спилбергера-Ханина. Данный тест предназначен для определения уровня ситуативной и личностной тревожности у испытуемых. Ниже приводятся сравнительные данные (рис. 3 и 4).

Таблица 5

Результаты диагностики уровня тревожности (средние значения)

Группы	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
Группа 1	39	43
Группа 2	25,67	20,67
Тэмп.	3.6	5.2

Рис. 3. Процентное соотношение испытуемых группы 1 с разными уровнями тревожности

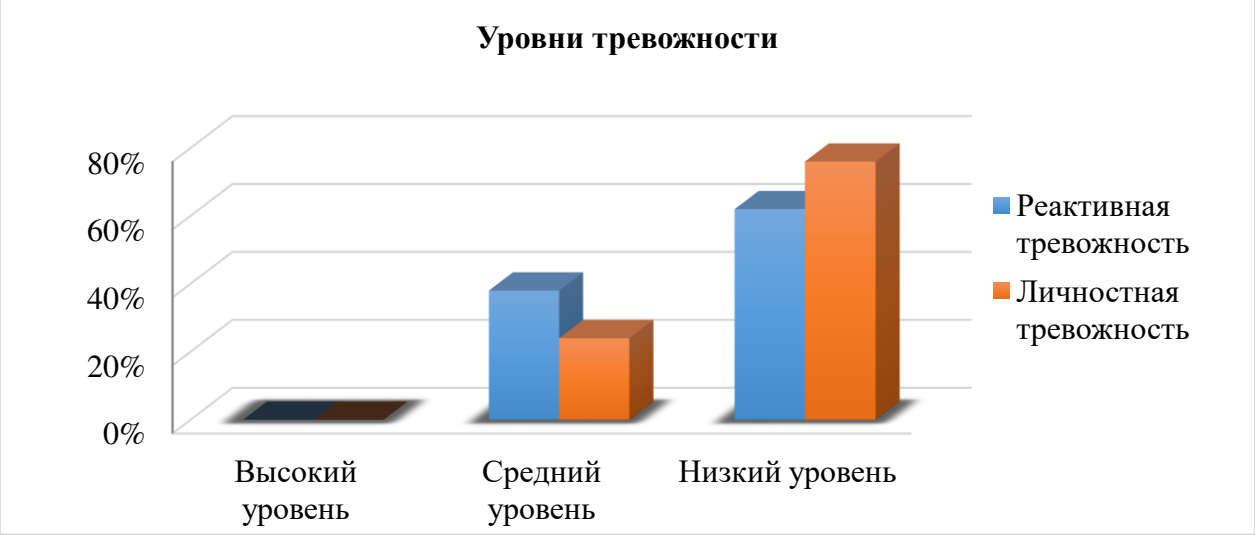

Рис. 4. Процентное соотношение испытуемых группы 2 с разными уровнями тревожности

Полученные данные показывают, что в группе испытуемых с низкой адаптацией преобладают личностная и ситуативная тревожность. Это также подтверждается при помощи математической статистики, где различия среди обеих групп студентов имеют статистическую значимость по обоим показателям тревожности.

В группе студентов с низкой адаптацией отмечается преобладание среднего уровня реактивной тревожности (у 71,43% испытуемых этой группы) и высокого уровня личностной тревожности (у 57,14% испытуемых).

Студентам со средним уровнем ситуативной тревожности в некоторых ситуациях характерно беспокойство, нервозность, напряжение. Чаще всего высокая ситуативная тревожность возникает в качестве эмоциональной реакции на стрессовую ситуацию.

Высокие показатели личностной тревожности означают наличие у студентов с низкой адаптацией к обучению предрасположенности к тревоге и тенденции избегания (стрессовая ситуация воспринимается как угрожающая). Люди с высокими значениями по данной шкале воспринимают окружающий мир как нечто угрожающее в существенно большей степени, нежели люди с низким уровнем личностной тревожности.

В группе студентов с высокой и средней адаптацией наблюдается преобладание низкого уровня ситуативной и личностной тревожности. Это говорит о том, что студенты не испытывают чрезмерного беспокойства в стрессовых ситуациях, не отмечается тенденция к восприятию окружающего мира как угрожающего. Также это может свидетельствовать о сниженной эмоциональной вовлеченности испытуемыми в тех или иных ситуациях.

Следующим этапом нашей работы являлось определение мотивов обучения в вузе. Для этого была использована методика «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной. Полученные результаты отражены в табл. 4 Приложения. Ниже приведены сравнительные данные в обеих группах (рис. 5).

Таблица 6

Сравнительные результаты диагностики мотивации обучения в вузе (средние значения)

Мотив обучения	Группа 1	Группа 2	$T_{эмп.}$
Приобретение знаний	5,83	10,06	4,1
Овладение профессией	3,57	7,33	5
Получение диплома	6,64	5,67	1

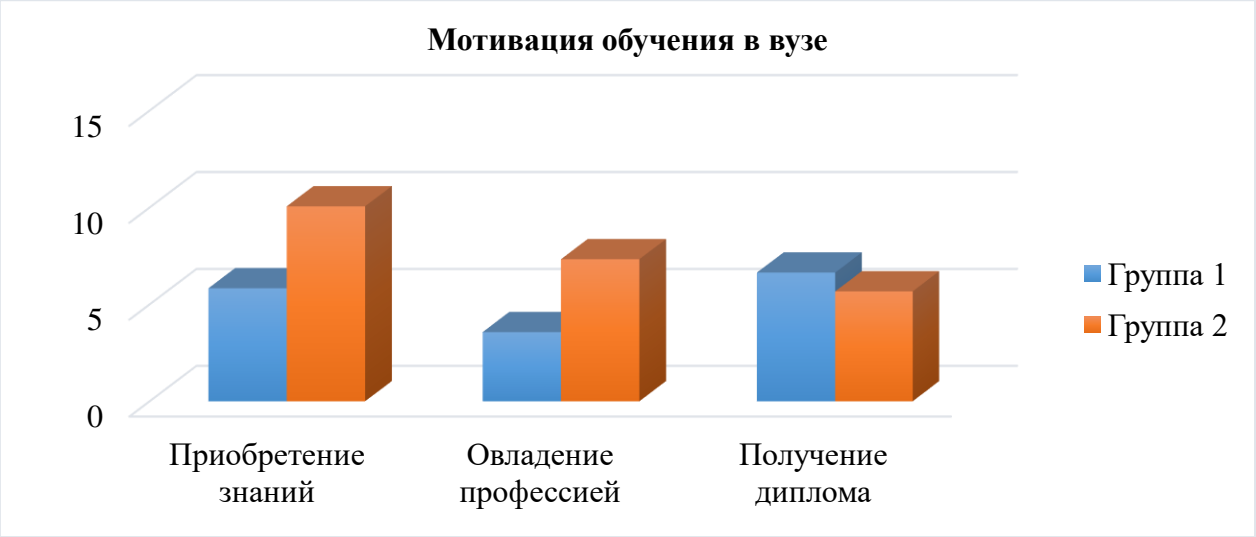

Рис. 5. Соотношение диагностических значений мотивации обучения в вузе в группах испытуемых (средние значения)

В результате использования математической статистики было установлено, что различия в мотивации обучения в вузе у студентов с низким уровнем адаптации и студентов с высоким и средним уровнями адаптации достигают диагностической значимости по таким мотивам обучения, как приобретение знаний и овладение профессией. Различия по мотиву получения диплома не имеют диагностической значимости.

Студенты с низкой адаптацией к обучению чаще всего отмечается мотивация на получение диплома, нежели получение знаний и реализация себя в данной профессии. Это может свидетельствовать о неадекватном выборе профессии и неудовлетворённости этим выбором. Основными мотивами поступления в вуз у этих студентов выступали социальные мотивы

(семейные традиции, одобрение окружающих и т.д.). Им свойственна слабая заинтересованность во время обучения, низкая активность во время проведения занятий и, как следствие, низкая успешность.

В группе студентов с высоким и средним уровнями адаптации к обучению преобладает мотивация на приобретение знаний, а на втором месте выступает овладение профессией. Это говорит об адекватном выборе профессии этими студентами и полной удовлетворённостью своим выбором. Для таких студентов важно получение знаний и овладение навыками в данной профессии и реализация себя в ней как высококвалифицированного специалиста. Такие студенты очень ответственно подходят к выполнению работы и домашних заданий. Также у них отмечается высокая заинтересованность во время учебного процесса. Они проявляют активность во время занятий, выполняют работу в срок. Как следствие, у данных студентов отмечается чаще всего высокая успеваемость.

Следующим этапом нашей работы являлось определение уровня социальной фрустрированности по методике диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко. Ниже отражено процентное распределение испытуемых в обеих группах (рис. 6).

Таблица 7

Сравнительные результаты уровня социальной фрустрированности у испытуемых (в %)

Уровни фрустрации	Группа 1	Группа 2
очень высокий	71,43%	9,52%
повышенный	28,57%	14,29%
умеренный	-	23,81%
неопределённый	-	28,57%
пониженный	-	14,29%
очень низкий	-	9,52%

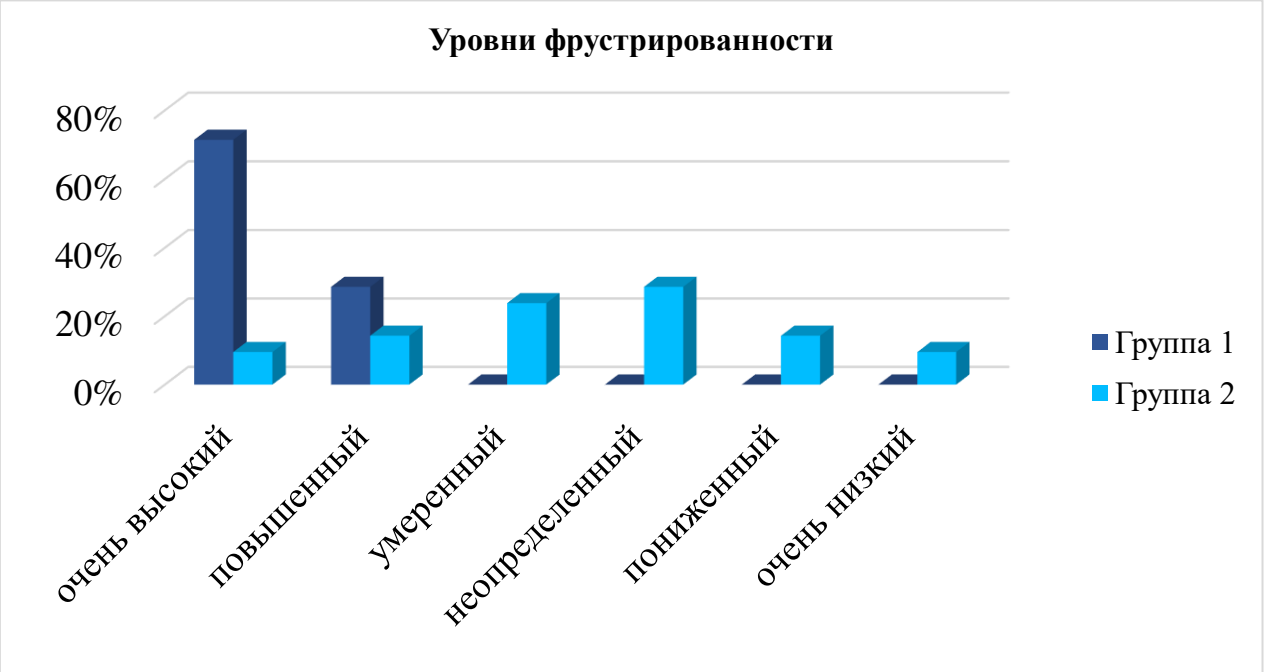

Рис. 6. Процентное соотношение уровней фрустрированности среди групп испытуемых

Исходя из полученных данных, можно утверждать, что в группе испытуемых с низкой адаптацией преобладает очень высокий уровень фрустрированности и меньше всего выражен повышенный уровень. Это означает, что они не удовлетворены своим социальным положением, своими достижениями, испытывают дискомфорт, находясь среди окружающих.

В группе студентов с высоким и средним уровнями адаптации преобладает неопределённый и умеренный уровни фрустрированности. Это свидетельствует о наличии устойчивой тенденции ощущать себя некомпетентным и испытывать стресс. Для лиц с неопределённым уровнем фрустрированности присуще проявление агрессии, которая может иметь различную направленность, а также излишняя эмоциональность.

Далее приводятся сравнительные данные по показателю фрустрированности среди двух групп испытуемых с разным уровнем адаптации к обучению.

Таблица 8

Результаты диагностики социальной фрустрированности у испытуемых (средние значения)

Группы	Результат	$T_{эмп.}$
Группа 1	3,57	4.2
Группа 2	2,43	

Использование математической статистики показало, что различия в выраженности социальной фрустрированности имеют диагностическую значимость.

Далее были изучены индивидуальные особенности волевой регуляции процессов реализации намерения в действии у испытуемых. Для этого была использована методика «Шкала контроля за действием» (HAKEMP-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина). Индивидуальные диагностические данные представлены в табл. 6 Приложения. Сравнительные результаты представлены ниже на рис. 7.

Таблица 9

Сравнительные результаты по методике «Шкала контроля за действием» (HAKEMP-90) (Ю. Куль) (адаптация С.А. Шапкина) (средние значения стенов)

Сфера контроля за действием	Группа 1	Группа 2	$T_{эмп.}$
Контроль за действием при неудаче (КД(н))	4,57	7,81	4.2
Контроль за действием при планировании (КД(п))	5,0	8,10	4.6
Контроль за действием при реализации (КД(р))	2,43	6,62	4.5

$T_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2.06	**2.78**

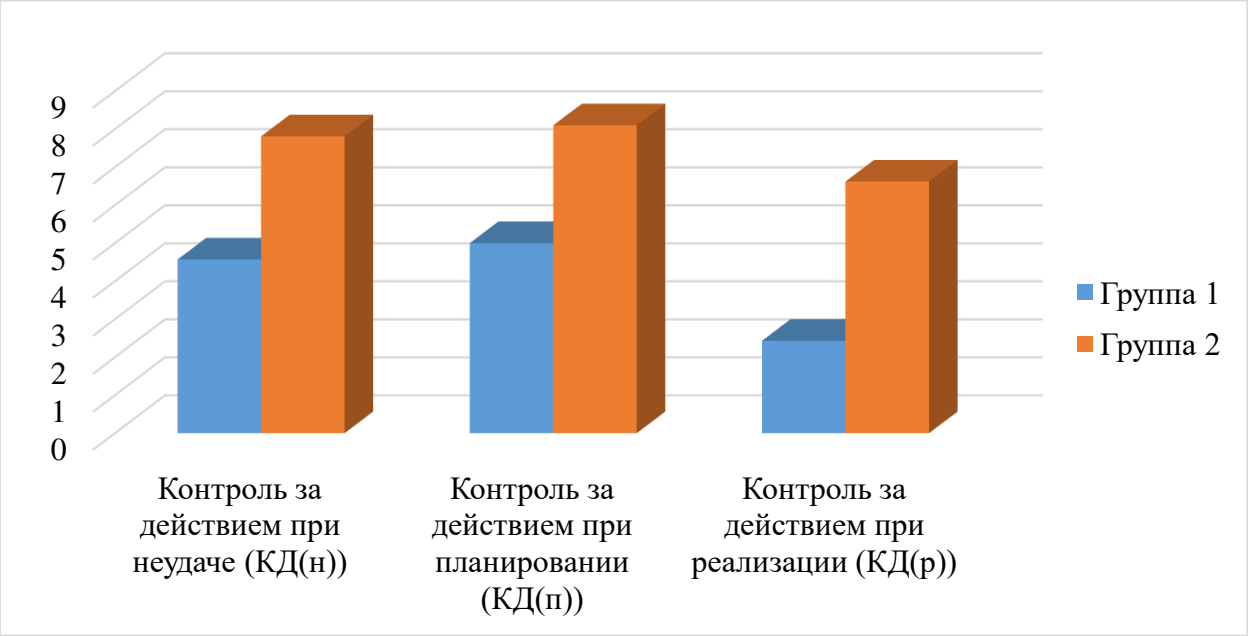

Рис. 7. Соотношение сфер контроля за действием среди групп испытуемых (средние значения стенов)

Полученные данные показывают, что в обеих группах преобладает сфера контроля за действием при планировании, что свидетельствует о преобладании способности у испытуемых в процессе инициации действия отвлекаться от неполноценных, конкурирующих намерений и другой нерелевантной, интерферирующей информации действия.

Также были установлены различия в выраженности сфер контроля за действием среди групп студентов. В группе студентов с низким уровнем адаптации полученные низкие значения по всем сферам контроля свидетельствуют о преобладании ориентации на состояние (ОС). В группе же студентов с высоким и средним уровнями адаптации к обучению были получены высокие баллы по трём сферам контроля за действием. Это в свою очередь говорит о преобладании у этих испытуемых ориентации на действие (рис. 8.). Применение метода математической статистики подтверждает полученные различия на уровне диагностической значимости.

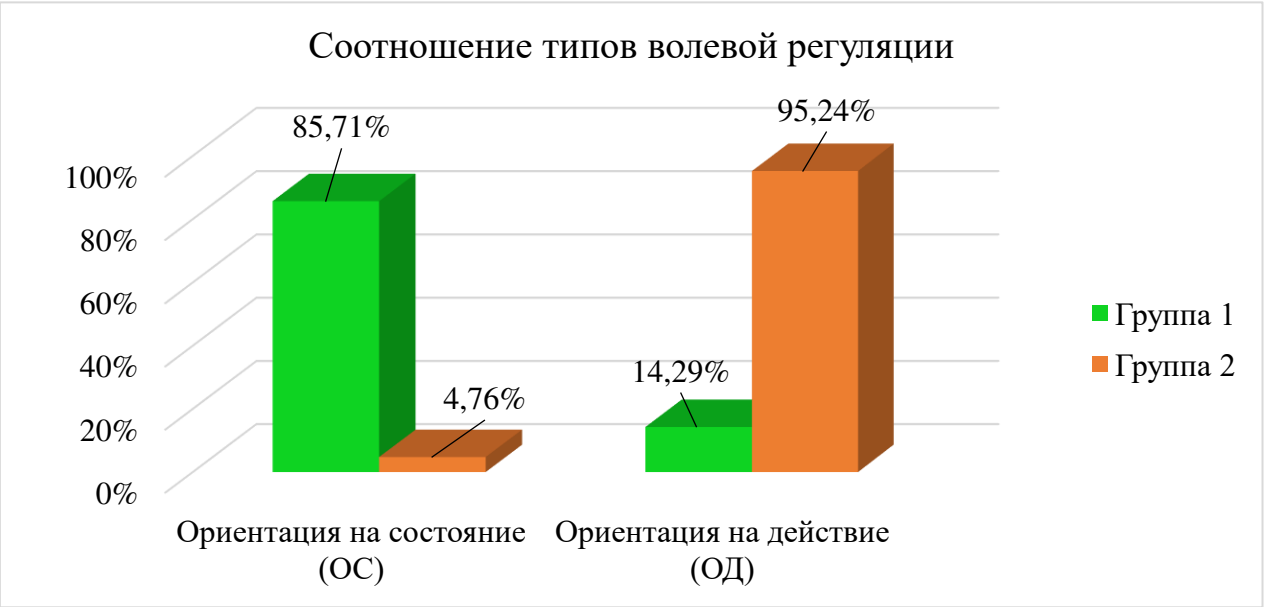

Рис. 8. Процентное соотношение типов волевой регуляции процесса реализации намерения в действии испытуемых исследуемых групп

Студенты с ориентацией на состояние в целом менее успешно реализуют свои намерения в действии, так как они в большей степени подвержены интерферирующими влиянию со стороны конкурирующих намерений и негативного опыта. Данная ориентация отражает фиксацию на эмоциональных переживаниях, склонности к раздумьям, соответственно, большей подверженности мешающему влиянию конкурирующих намерений и негативного опыта, а также меньшей эффективности функционирования стратегий волевого контроля. Таким людям свойственно формирование таких негативных психологических состояний как выученная беспомощность и алиенация, и в целом менее успешно реализуют свои намерения в действии, даже когда действия, которые намеревался осуществить человек, полезны и потенциально просты.

Студенты с ориентацией на действие более успешно реализуют свои намерения в действии, т.к. они способны дольше удерживать их в активном состоянии и защищать от конкурирующих тенденций. Они лучше усваивают новую информацию и быстрее трансформируют ее в навыки. Также исследования показывают, что люди с ОД-диспозицией являются более

успешными в различных видах деятельности (учебной, профессиональной, спортивной и т.д.). При ориентации на действие человек сосредоточивается именно на действиях, необходимых для реализации поставленной цели, а не на своих переживаниях по этому поводу.

Период студенчества характеризуется как приобретением профессиональных навыков, так и определением и реализацией собственного взгляда на жизнь. Именно этот жизненный этап связан с поиском своего места и роли в обществе, с выработкой собственного мировоззрения, с принятием определённых ограничений, с определением своей уникальности и творческой инициативы.

На успешную адаптацию к обучению влияют несколько групп факторов: социологические, психологические и педагогические. В связи с этим, важно учитывать индивидуальные психологические характеристики каждого студента.

Анализ научных данных по проблеме адаптации к обучению в вузе показывает, что студенты с различными уровнями адаптации имеют различия в степени выраженности психологических характеристик, таких как черты личности, мотивация к обучению, уровень фрустрированности и уровень тревожности.

В данной работе мы выяснили, что лица с низким уровнем адаптации характеризуются непринятием себя и окружающих, испытывают эмоциональный дискомфорт, а также скованностью и неуверенностью в межличностном взаимодействии.

Кроме того, у студентов с низким уровнем адаптации отмечается внутренняя напряжённость, ощущение непреодолимости возникающих препятствий, предубеждённостью по отношению к другим, неумением отстаивать свою точку зрения, осторожностью, страхом перед жизнью, и неумением организовать своё время. Также отмечается достаточно высокая импульсивность в поведении.

Данные студенты характеризуются высокими показателями личностной тревожности и достаточно высокими показателями ситуативной тревожности, в то время как студенты с высоким и средним уровнями адаптации характеризуются преобладанием ситуативной тревожности на личностной.

Студенты с низким уровнем адаптации в качестве мотивов обучения выбирают получение диплома, в то время как студенты с высоким уровнем адаптации ставят в приоритет получение знаний и развитие в выбранной профессии. Это говорит о высокой заинтересованности студентов с высокой адаптацией в реализации себя как высококвалифицированных специалистов.

Выводы

Проведённое исследование было направлено на изучение психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в вузе. В нем приняли участие студенты первого курса Медицинского института ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет» в количестве 28 человек, в возрасте от 17 до 19 лет.

Для изучения уровня адаптации была использована методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. По её результатам, общая выборка испытуемых была разделена на 2 группы. В первую группу вошли студенты с низким уровнем адаптации к обучению, во вторую - с высоким и средним уровнями адаптации.

Вторым диагностическим этапом являлось изучение таких черт личности, как общительность, беспечность, эмоциональная устойчивость, смелость, тревожность, фрустрированность, а также определение мотивации обучения в вузе. Для выявления уровня данных психологических характеристик были использованы следующие методики:

1) Методика многофакторного исследования личности Р. Кетелла (форма С).

2) Тест исследования тревожности Спилбергера-Ханина.

3) Методика «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной.

4) Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.

5) Методика «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина).

В качестве метода математической статистики был выбран t-Стьюдента для независимых выборок.

В ходе проведённого нами исследования были получены следующие результаты:

1. В исследуемой общей выборке преобладает высокий уровень адаптации (у 50% испытуемых). Средний и низкий уровни адаптации поровну отмечается у 25% испытуемых.

2. В результате диагностики черт личности по методике многофакторного исследования личности Р. Кетелла (форма С) у студентов с низким уровнем адаптации сильнее всего выражены такие черты, как тревожность, напряжённость, подозрительность по отношению к другим, замкнутость, эмоциональная неустойчивость. У студентов с высоким и средним уровнями адаптации отмечаются такие черты личности, как общительность, высокий интеллектуальный потенциал, эмоциональная устойчивость, удовлетворённость потребностей, безмятежность, оптимистичность, склонность к доминированию в межличностном общении, совестливость и упорство.

3. Результаты проведения методики исследования тревожности Спилбергера-Ханина свидетельствуют о высоком уровне тревожности у студентов с низким уровнем адаптации. При этом личностная тревожность у этой группы испытуемых преобладает по сравнению с ситуативной тревожностью (57,14% испытуемых группы 1 с высокими показателями личностной тревожности). У студентов с высоким и средним уровнями адаптации отмечается преобладание низкого уровня тревожности, при этом у 38% испытуемых этой группы отмечается средний уровень ситуативной тревожности.

4. По результатам методики «Мотивация обучения в ВУЗе» Т.Н. Ильиной можно утверждать, что в группе студентов с низким уровнем адаптации в качестве мотивов обучения в вузе отмечается получение диплома, в то время как в группе студентов с высоким и средним уровнями адаптации в качестве мотивов обучения в вузе преобладают получение знаний и овладение профессией.

5. Данные, полученные по методике диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко

свидетельствуют, что в группе с низким уровнем адаптации у 71,43% испытуемых отмечается очень высокий уровень фрустрированности, а у 28,57% наблюдается повышенный уровень фрустрированности. В группе 2 отмечается преобладание неопределённого уровня фрустрации (отмечается у 28,57% испытуемых этой группы).

6. По результатам методики «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина) были установлены различия в типах волевой регуляции процесса реализации намерения в действии. В группе студентов с низким уровнем адаптации полученные низкие значения по всем сферам контроля свидетельствуют о преобладании ориентации на состояние (ОС). В группе же студентов с высоким и средним уровнями адаптации к обучению были получены высокие баллы по трём сферам контроля за действием. Это в свою очередь говорит о преобладании у этих испытуемых ориентации на действие. Кроме того, установлено, что в обеих группах преобладает сфера контроля за действием при планировании, что свидетельствует о преобладании способности у испытуемых в процессе инициации действия отвлекаться от неполноценных, конкурирующих намерений и другой нерелевантной, интерферирующей информации действия.

Таким образом, можно утверждать, что выдвинутая гипотеза в её большей части подтвердилась. В результате нашего исследования были получены диагностические данные о различии в выраженности психологических характеристик у студентов с разными уровнями адаптации к обучению. Значимые различия в выраженности отмечаются по таким психологическим характеристикам, как тревожность, замкнутость, робость, фрустрированность, эмоциональная устойчивость, предубеждённость по отношению к другим.

Заключение

В современной психологической науке проблеме адаптации посвящено немалое количество работ. По сей день психологи изучают протекание данного процесса, факторы, которые оказывают влияние на него, условия, при которых адаптация протекает успешнее и многое другое. Особенное место в этом многообразии исследований занимают работы по изучению психологических характеристик личности, которые могут способствовать тому, что личность успешно адаптировалась в совершено новых для неё условиях.

В первой главе проведённого исследования были раскрыты такие понятия, как «адаптация», «адаптивность», были рассмотрены виды адаптации. Кроме того, здесь же приводятся различные точки зрения психологов относительно факторов адаптации, а также основные группы факторов, оказывающих влияние на данный процесс.

Помимо прочего, исходя из цели данной работы, были проанализированы те немногочисленные исследования психологов по вопросу изучения психологических характеристик, которые могут быть взаимосвязаны с успешным протекания процесса социально-психологической адаптации.

Вторая глава данного исследования заключалась в эмпирическом изучении психологических характеристик студентов с разным уровнем адаптации к обучению в вузе. Полученные диагностические данные свидетельствуют о том, что студенты с высоким и средним уровнем адаптации к обучению в условиях вуза обладают такими психологическими характеристиками, как общительность, экстравертированность, эмоциональная устойчивость, оптимистичность, удовлетворённость основных потребностей, склонность к доминированию в межличностной коммуникации, высокий интеллектуальный потенциал, совестливость и упорство. Кроме того, у них реже отмечается проявление тревожности, а

учебная мотивация характеризуется в основном направленностью на овладение профессией и получение знаний. Также отмечается преобладание неопределённого уровня фрустрации. В волевой регуляции процессов реализации намерения в действии отмечается преобладание у этих испытуемых ориентации на действие, что означает более успешную реализацию намерений в действии, т.к. они способны дольше удерживать их в активном состоянии и защищать от конкурирующих тенденций. Они лучше усваивают новую информацию и быстрее трансформируют ее в навыки.

Лицам с низким уровнем адаптации к условиям обучение в вузе присущи такие психологические характеристики, как тревожность, напряжённость, подозрительность по отношению к другим, замкнутость, эмоциональная неустойчивость, часто отмечается высокая личностная и ситуативная тревожность. Учебная мотивация направлена с основном на получение диплома, и также отмечаются высокие показатели фрустрированности. В волевой регуляции процессов реализации намерения в действии отмечается преобладание ориентации на состояние, что означает фиксацию этих студентов на эмоциональных переживаниях, склонности к раздумьям, соответственно, большей подверженности мешающему влиянию конкурирующих намерений и негативного опыта, а также меньшей эффективности функционирования стратегий волевого контроля.

Таким образом, практическая значимость проведённого исследования заключается в практическом применении полученных данных в консультативной практике, а также в коррекционной работе педагога-психолога по вопросам успешной адаптации студентов-первокурсников к новым для них условиям обучения в вузе с целью создания тренинговых адаптационных программ по снижению уровня тревожности, а также по формированию навыков коллективной работы в группе и сплочению учебного коллектива.

Список используемых источников

1. Агличева И.В. Комплексное исследование особенностей личностной адаптации студентов вуза: специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии»: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Агличева Ирина Владимировна. - Ставрополь, 2006. - 233 с.

2. Адаптация личности в современном мире: Межвузовский сборник научных трудов / Ответственный редактор М.В. Григорьева. - Саратов: Издательство «Научная книга», 2011. - 320 с.

3. Акимбекова В.Г. Адаптация студентов вуза и колледжа и ее психологические особенности / В.Г. Акимбекова. - Текст: непосредственный // Молодой ученый. - 2020. - № 14 (304). - С. 137-139.

4. Асеев В.Г. Теоретические аспекты проблемы адаптации / В.Г. Асеев. - Иркутск, 2009. - 153 с.

5. Вассерман Л.И., Иовлев Б.В., Беребин М.А. Методика для психологической диагностики уровня социальной фрустрированности и её практическое применение. Методические рекомендации. НИПНИ им. Бехтерева, 2004. - 28 с.

6. Власова Т.А. Социально-психологическая адаптация студентов младших курсов к условиям обучения в вузе / Т.А. Власова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. - 2009. - №1. - С. 13-22.

7. Гаспарян Г.А. Проблема адаптации студентов к учебно-профессиональной деятельности в вузе в рамках исследования стрессоустойчивости / Г.А. Гаспарян // Современное инновационное общество: динамика становления, приоритеты развития, модернизация: экономические, социальные, философские, правовые, общенаучные аспекты: материалы международной научно-практической конференции

(г. Новосибирск-Армавир-Саратов, 27 марта 2015 года). – Новосибирск; Армавир; Саратов: ООО «Академия управления», 2015. – С. 62-64.

8. Гладкова Е.В. Исследование особенностей социально-психологической адаптации студентов в период обучения в вузе / Е.В. Гладкова // Педагогическое образование в системе высшей школы, Белгород, 01 апреля 2015 года / Белгородский университет кооперации, экономики и права. - Белгород: Белгородский университет кооперации, экономики и права, 2015. - С. 112-117.

9. Горшенина Н.В. Клинико-психологические и социально-психологические характеристики студентов / Н.В. Горшенина // Студенческая наука и медицина XXI века: традиции, инновации и приоритеты: XIII Всероссийская (87-я Итоговая) студенческая научная конференция СНО с международным участием, посвящённая празднованию 100-летия СамГМУ. Сборник материалов, Самара, 09-11 апреля 2019 года / Под редакцией Г.П. Котельникова, В.А. Куркина, В.А. Калинина. - Самара: ООО «Офорт», ФГБОУ ВО «Самарский государственный медицинский университет» Минздрава России, 2019. - С. 287-288.

10. Деменева Н.В. Психолого-педагогическая диагностика личности современного студента / Н.В. Деменева, Е.Г. Плотникова // Пермский аграрный вестник: Сборник научных трудов LXVIII Всероссийской научно-практической конференции (г. Пермь, 16-17 апреля 2008 года). – Пермь: Изд-во ПГСА им. академика Д.Н. Прянишникова, 2008. – С. 367-372.

11. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. - М.: Юрайт. 2019. - 386 с.

12. Жегульская Ю.В. Факторы учебной адаптации студентов первого курса (на примере Кемеровского государственного университета культуры и искусств) / Ю.В. Жегульская // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. - 2011. - № 15. - С. 130-138.

13. Захарьящева В.В. Социально-психологические факторы адаптации студентов к условиям обучения в вузе / В.В. Захарьящева, Л.Ю. Донская // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: V Всероссийская научно-практическая конференция, Ярославль, 23-24 ноября 2011 года / Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского; под редакцией Ю.П. Поваренкова. - Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2011. - С. 88-89.

14. Ищенко А. Исследование факторов адаптации студентов в условиях интернациональной образовательной среды / А. Ищенко // Modern Science - Moderni Veda. - 2014. - Т. 1. - № 4. - С. 91-99.

15. Калюжная Л.М. Факторы социально-психологической адаптации студентов первокурсников гуманитарных специальностей / Л.М. Калюжная // В мире научных открытий. - 2010. - № 2-2(8). - С. 110-112.

16. Климов В.М. Динамика психофизиологических и социально-психологических характеристик студентов вуза разных профилей обучения / В.М. Климов, Н.И. Айзман // Вестник Кемеровского государственного университета. - 2018. - № 3(75). - С. 93-101.

17. Клинико-психологические и социально-психологические характеристики студентов медицинского вуза / Е.В. Захарова, Е.Г. Фильштинская, М.В. Аборина, Е.В. Мазанкина // Международный научно-исследовательский журнал. - 2019. - № 7-2(85). - С. 67-69.

18. Кокарева М.Е., Гордеев К.С., Жидков А.А., Пасечник А.С., Егорова М.И. Адаптированность студентов вуза к образовательной деятельности // Международный студенческий научный вестник. - 2018. - №2.

19. Красильников И.А. Социально-психологическая адаптация личности и стратегии разрешения внутренних конфликтов / И.А. Красильников, В.В. Константинов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. - 2009.

20. Кузьмишкин А.А., Кузьмишкина Н.А., Забиров А.И., Гарькин И.Н. Адаптации студентов первого курса в вузе // Молодой ученый. - 2014. - №3. - С. 933-935.

21. Латышева Т.А. Социально-психологические характеристики личности студента / Т.А. Латышева, И.В. Антоненко // Всероссийская конференция молодых исследователей «Социально-гуманитарные проблемы образования и профессиональной самореализации «Социальный инженер-2018»»: Сборник материалов, Москва, 12 декабря 2018 года. - Москва: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет имени А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)», 2018. - С. 91-93.

22. Лощаков А.М. Исследование учебной мотивации у студентов медицинского вуза / А.М. Лощаков, К.В. Кравцова // Обзор педагогических исследований. - 2021. - Т. 3. - № 1. - С. 228-232.

23. Майерс Д. Социальная психология. / Д. Майерс. - 6-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер, 2007. - 752 с.

24. Марихин С.В. Теоретико-методологические основы исследования адаптации студентов-психологов в вузе / С.В. Марихин, К.В. Лосев // Успехи современной науки. - 2017. - Т. 5. - № 2. - С. 80-82.

25. Михеев Ю.В. Социальная адаптация студента и влияние группы на результаты исследования / Ю.В. Михеева // Психология XXI века: сборник материалов V Международной научно-практической конференции молодых ученых, Санкт-Петербург, 19-20 ноября 2009 года. - Санкт-Петербург: Ленинградский государственный университет им. А.С. Пушкина, 2009. - С. 22-26.

26. Нефедова Н.А. Система адаптации первокурсников в вузе / Н.А. Нефедова // Вестник МНЭПУ. - 2012. - № 1. - С. 226-232.

27. Печковская Ю.Ю. Стрессоустойчивость как фактор социально-психологической адаптации студентов первого курса / Ю.Ю. Печковская, А.А. Корбут // Социальный мир: роль молодежи в решении проблем XXI

века: материалы XVIII международной научно-практической конференции студентов и молодых исследователей, Минск, 21 апреля 2021 года / филиал РГСУ в г. Минске. - Минск, 2021. - С. 108-110.

28. Практическая психология / Под ред. М.К. Тутушкиной. - СПб.: Дидактика Плюс, 2001 - 368 с.

29. Психологические характеристики студента, которые необходимо учитывать для его успешного методического сопровождения при обучении в вузе / Л.Р. Ахмадеева, Е.С. Ефимова, В.Л. Юлдашев [и др.] // Практическая медицина. - 2020. - Т. 18. - № 5. - С. 136-139.

30. Психологический словарь. / Под ред. Ю.Л. Немер. – Ростов-н/Д: Феникс, 2003. – 644 с.

31. Садовникова Н.О. Психологические особенности адаптации студентов первого курса / Н.О. Садовникова, Н.С. Чернуха // Международный студенческий научный вестник. - 2018. - № 5. - С. 207.

32. Сватова И.А. Факторы социально-психологической адаптации студентов / И.А. Сватова // Психология в моей будущей профессии: тезисы III Межвузовской студенческой научно-практической конференции, Москва, 25-26 апреля 2018 года / Московский городской педагогический университет, Институт психологии, социологии и социальных отношений. - Москва: Издательство «Перо», 2019. - С. 75-80.

33. Соколовский А.С. Исследование факторов адаптации современных студентов к обучению в вузе / А.С. Соколовский // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. - 2015. - № 42. - С. 41-48.

34. Сухинина К.В. К вопросу адаптации студентов в условиях обучения в вузе (обзор современных исследований) / К.В. Сухинина // Седьмые Байкальские международные социально-гуманитарные чтения: В трех томах: материалы, Иркутск, 01 марта - 01 2013 года / Иркутский государственный университет. - Иркутск: Иркутский государственный университет, 2013. - С. 193-199.

35. Трофимова Н.С. Адаптация студентов к условиям обучения: методическое пособие для педагогов-психологов / Н.С. Трофимова. - М.: Маршрут, 2013. - 51 с.

36. Трушкова С.В. Исследование процесса адаптации студентов в вузе / С.В. Трушкова, В.Ю. Саякин, И.А. Ткачева // Социальная педагогика в России. Научно-методический журнал. - 2021. - № 6. - С. 48-52.

37. Федорова Е.Е. Проблемы адаптации студентов к профессиональной деятельности в вузе / Е.Е. Федорова // Педагогика. - 2009. - № 5. - С. 71-75.

38. Чернышова Л.А. Внешние и внутренние факторы социально-психологической адаптации студентов младших курсов вуза / Л.А. Чернышова // Наука и современность. - 2011. - № 12-2. - С. 164-169.

39. Чичкалюк В.А. Современные представления об адаптации студентов 1-го курса к обучению в вузе (обзор и результаты исследования) / В.А. Чичкалюк, И.В. Козина, Н.А. Тетерина // Культура. Наука. Образование. - 2014. - № 4(33). - С. 186-199.

40. Шарок В.В. Факторы, способствующие и препятствующие социально- психологической адаптации первокурсников / В.В. Шарок // Современное состояние и перспективы развития научной мысли: Сборник статей международной научно-практической конференции, Уфа, 25 мая 2015 года / Ответственный редактор: Сукиасян Асатур Альбертович. - Уфа: Общество с ограниченной ответственностью «Аэтерна», 2015. - С. 169-171.

41. Kosykh A.V. Features of adaptation of 1st year students to study at a university / A.V. Kosykh // Научные горизонты. - 2020. - No 9(37). - P. 43-51.

Приложение

Таблица 1

Результаты исследования по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (в %)

№ п/п	Интегральный показатель						Уровень адаптации
	A	S	L	E	I	D	
1	71,79	55,56	77,06	69,57	60,91	75,00	высокий
2	57,05	64,71	66,67	41,67	38,46	21,05	средний
3	81,15	50,00	83,33	40,48	76,92	81,08	высокий
4	33,90	33,92	62,07	23,81	37,18	41,18	низкий
5	75,16	27,07	51,78	26,67	82,64	47,62	высокий
6	29,46	33,83	32,14	30,91	60,65	83,33	низкий
7	72,13	69,84	83,72	75,61	72,14	44,90	высокий
8	32,12	57,33	36,09	23,33	58,82	30,00	низкий
9	51,72	76,21	56,25	37,93	24,10	34,48	средний
10	79,04	60,49	59,56	21,43	79,02	86,96	высокий
11	38,96	59,18	31,23	28,00	33,09	20,00	низкий
12	72,56	72,48	78,26	66,07	46,15	32,65	высокий
13	58,93	62,08	64,68	73,33	77,42	70,00	средний
14	76,60	84,16	81,93	61,19	67,66	76,92	высокий
15	58,16	66,74	75,00	79,17	36,64	70,83	средний
16	31,93	40,05	41,61	18,18	73,17	76,00	низкий
17	83,84	64,44	56,90	64,91	75,22	42,86	высокий
18	50,34	59,47	69,14	61,36	58,82	36,36	средний
19	66,92	62,08	72,97	13,89	74,66	41,03	высокий
20	71,80	60,44	61,54	62,07	34,64	21,05	высокий
21	70,07	36,90	68,09	72,34	33,78	80,00	высокий
22	74,41	70,18	82,30	59,09	76,67	82,35	высокий
23	34,75	74,19	39,69	25,00	44,42	50,00	низкий
24	72,90	72,76	45,21	32,50	38,31	24,00	высокий
25	26,09	34,69	80,20	17,39	34,88	29,27	низкий
26	59,78	76,41	86,19	56,72	55,94	71,11	средний
27	55,04	58,05	84,85	66,67	39,81	41,67	средний
28	70,28	60,98	75,00	62,50	54,84	66,67	высокий

Таблица 2

Индивидуальные диагностические результаты испытуемых
по методике многофакторного исследования личности Р. Кетелла
(в стенах)

№ п/п	Фактор															
	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
Группа 1 (низкий уровень адаптации)																
1	3	7	4	3	8	4	3	5	9	4	4	9	4	5	2	9
2	5	6	5	2	4	5	4	5	6	8	3	9	4	6	4	9
3	5	6	3	7	6	7	5	3	7	4	9	7	4	3	3	7
4	5	5	3	4	5	5	4	2	7	7	4	10	5	3	3	8
5	4	6	3	4	4	6	2	7	5	8	7	9	4	6	4	9
6	5	7	3	6	2	5	6	3	6	4	5	8	5	6	2	9
7	4	7	2	5	3	4	3	4	7	8	7	9	4	8	5	8
Группа 2 (средний и высокий уровень адаптации)																
1	7	9	6	5	3	8	5	7	7	3	8	4	6	5	8	6
2	5	7	3	2	8	5	3	6	4	7	5	8	5	3	3	7
3	9	9	7	6	7	10	8	4	8	4	7	2	4	7	8	8
4	6	10	3	4	2	8	2	6	6	2	6	7	5	8	5	8
5	3	9	3	9	9	3	5	5	7	4	5	4	4	3	3	3
6	6	7	4	3	6	7	7	6	6	4	7	6	8	8	7	6
7	9	9	8	9	6	9	4	6	6	3	9	8	6	9	7	6
8	10	9	4	3	7	8	7	5	4	6	6	3	8	8	6	5
9	6	9	9	7	3	8	9	5	6	4	7	3	8	8	10	4
10	7	7	10	9	6	6	8	6	2	4	6	3	5	9	7	2
11	6	9	6	6	6	4	7	9	4	6	8	8	4	5	5	7
12	9	10	7	6	8	8	5	7	7	7	6	3	9	6	10	4
13	5	7	5	4	5	5	4	3	5	4	7	6	6	5	6	6
14	6	9	6	2	8	5	3	6	4	8	7	6	9	6	3	7
15	7	10	9	6	9	9	6	7	2	6	7	3	8	10	9	5
16	6	6	7	9	8	10	7	5	3	5	4	7	5	6	4	7
17	9	9	10	8	8	6	9	6	2	2	8	3	9	9	6	2
18	5	9	6	6	6	5	5	7	6	7	8	7	5	4	4	6
19	9	9	7	9	6	6	6	3	2	2	8	5	9	10	7	7
20	6	10	6	4	5	5	3	9	6	7	2	6	5	3	5	8
21	7	10	9	6	9	10	7	4	5	4	7	3	8	10	6	2

Таблица 3

Индивидуальные диагностические результаты испытуемых по тесту исследования тревожности Спилбергера-Ханина (в баллах)

№ п/п	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
Группа 1 (низкий уровень адаптации)		
1	40	55
2	48	28
3	46	38
4	37	49
5	31	47
6	37	48
7	34	36
Группа 2 (высокий и средний уровень адаптации)		
1	23	19
2	42	21
3	35	12
4	30	36
5	21	42
6	33	11
7	32	15
8	21	17
9	34	20
10	26	9
11	22	34
12	15	10
13	23	35
14	32	16
15	14	24
16	27	33
17	15	13
18	36	23
19	35	22
20	16	8
21	7	14

Таблица 4

Индивидуальные диагностические данные испытуемых по методике исследования мотивация к обучению в вузе Т.И. Ильиной (в баллах)

№ п/п	Приобретение знаний	Овладение профессией	Получение диплома
	Группа 1 (низкий уровень адаптации)		
1	3,6	2	5
2	3,6	4	1,5
3	10,8	6	8,5
4	3,6	6	9
5	7,8	1	4
6	3,6	4	8,5
7	7,8	2	10
Группа 2 (высокий и средний уровень адаптации)			
1	12,6	8	7
2	6	7	7,5
3	10,8	9	5
4	7,2	10	7,5
5	10,8	7	6
6	9	7	7,5
7	9	10	3,5
8	12,6	6	6
9	10,8	9	7,5
10	9,6	8	7
11	11,4	7	3,5
12	7,2	8	5
13	10,8	6	5
14	12,6	5	7,5
15	7,2	6	4
16	9	8	7,5
17	12,6	7	2,5
18	12,6	3	4
19	11,4	7	5
20	7,2	9	7,5
21	10,8	7	3

Таблица 5

Индивидуальные диагностические данные испытуемых по методике исследования социальной фрустрированности (методика Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко) (в баллах)

№ п/п	Результат	Уровень фрустрированности
Группа 1 (низкий уровень адаптации)		
1	3,8	очень высокий
2	3,7	очень высокий
3	3,5	очень высокий
4	3,2	повышенный
5	3,9	очень высокий
6	3,6	очень высокий
7	3,6	очень высокий
Группа 2 (средний и высокий уровень адаптации)		
1	2,4	неопределённый
2	2,9	умеренный
3	3,5	очень высокий
4	3,6	очень высокий
5	1,4	очень низкий
6	2	неопределённый
7	2,5	умеренный
8	2,2	неопределённый
9	1,9	пониженный
10	1,2	очень низкий
11	3	повышенный
12	2,1	неопределённый
13	2,3	неопределённый
14	3,1	повышенный
15	2,2	неопределённый
16	2,8	умеренный
17	1,5	пониженный
18	2,5	умеренный
19	2,9	умеренный
20	3,4	повышенный
21	1,7	пониженный

Таблица 6

Индивидуальные диагностические данные испытуемых по методике «Шкала контроля за действием» (HAKEMP-90) Ю. Куля (адаптация С.А. Шапкина) (в стенах).

№ п/п	КД(н)	КД(п)	КД(р)	Тип волевой регуляции процессов реализации намерения в действии
Группа 1 (низкий уровень адаптации)				
1	3	4	3	Ориентация на состояние (ОС)
2	5	6	1	Ориентация на состояние (ОС)
3	5	3	4	Ориентация на состояние (ОС)
4	3	6	2	Ориентация на состояние (ОС)
5	4	7	3	Ориентация на состояние (ОС)
6	7	6	1	Ориентация на действие (ОД)
7	5	3	3	Ориентация на состояние (ОС)
Группа 2 (средний и высокий уровень адаптации)				
1	6	6	7	Ориентация на действие (ОД)
2	10	8	8	Ориентация на действие (ОД)
3	10	6	6	Ориентация на действие (ОД)
4	9	8	10	Ориентация на действие (ОД)
5	3	10	2	Ориентация на состояние (ОС)
6	10	7	4	Ориентация на действие (ОД)
7	8	10	7	Ориентация на действие (ОД)
8	9	10	10	Ориентация на действие (ОД)
9	10	8	6	Ориентация на действие (ОД)
10	8	7	3	Ориентация на действие (ОД)
11	6	10	8	Ориентация на действие (ОД)
12	8	8	7	Ориентация на действие (ОД)
13	9	10	10	Ориентация на действие (ОД)
14	6	10	8	Ориентация на действие (ОД)
15	10	7	7	Ориентация на действие (ОД)
16	7	8	3	Ориентация на действие (ОД)
17	6	8	7	Ориентация на действие (ОД)
18	7	4	8	Ориентация на действие (ОД)
19	7	8	4	Ориентация на действие (ОД)
20	8	7	10	Ориентация на действие (ОД)
21	7	10	4	Ориентация на действие (ОД)