

Министерство образования и науки Российской Федерации

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ К  
УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студента(ки) \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ курса \_\_\_\_\_ 541 \_\_\_\_\_ группы  
Направления (специальности) \_\_\_\_\_ 44.03.02 Психолого-педагогическое  
образование, Психология образования

Факультета психолого-педагогического и специального образования

Тимченко Елены Викторовны

Научный руководитель

к.пед.н., доцент

должность, уч. степень, уч. звание

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Т.В. Хуторянская

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.пс.н., профессор

должность, уч. степень, уч. звание

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.М. Шамионов

инициалы, фамилия

Саратов 2016

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность** исследования. Обучение в высшем учебном заведении для современного молодого человека - один из важнейших периодов его жизнедеятельности, личностного роста и становления как специалиста. Начало учебной деятельности в вузе связано с переходом организма человека на новый уровень функционирования. На студента начинает действовать комплекс интенсивных факторов, при адаптации к каждому из которых формируется своя функциональная система. При этом эффективность адаптации определяется психологическими характеристиками личности студента, физиологическими и биохимическими особенностями его организма. Вчерашний школьник, становясь студентом, попадает в новые условия, характеризующиеся интенсивной учебной нагрузкой, эмоциональным напряжением, особенно в сессионный период, а также сравнительно низкой двигательной активностью.

Способность адаптироваться, преодолевать трудности, найти свое место в жизненном пространстве является решающим фактором успешного развития молодого человека, а в будущем - специалиста. Знакомство с учебным заведением у значительной части молодежи сопровождается дезадаптацией, которая вызвана новизной студенческого статуса, повышенными требованиями со стороны профессорско-преподавательского состава, увеличением объема самостоятельной работы. Все это требует от первокурсника значительной мобилизации своих возможностей для успешного вхождения в новое окружение и иной ритм жизнедеятельности.

**Объектом** исследования является процесс психологической адаптации первокурсников к условиям обучения в высшем образовательном учреждении.

**Предметом** исследования выступают личностные факторы адаптации первокурсников к обучению в высшем учебном заведении.

**Целью** работы является выявление личностных факторов адаптации

первокурсников к условиям обучения в вузе.

**Гипотеза** исследования: существуют взаимосвязи между социально-психологической адаптацией, характерологическими чертами личности, уровнем тревожности и свойствами темперамента.

**Задачи** исследования:

1. Изучить и проанализировать теоретические аспекты проблемы процесса адаптации студентов в психолого-педагогической литературе.

2. Определить личностные факторы адаптации первокурсников к обучению в высшем учебном заведении.

3. Выявить взаимосвязи между социально-психологической адаптацией, характерологическими чертами личности, уровнем тревожности и свойствами темперамента.

**Методы** исследования.

Эмпирические: анализ литературы, тестирование, опрос. В качестве диагностического инструментария применялся комплекс психодиагностических методик: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла; методика диагностики самооценки тревожности Ч.Д. Спилберга и Ю.А. Ханина; личностный опросник ЕРІ Г. Айзенка. Для обработки полученных результатов использованы методы математической статистики: корреляционный анализ Пирсона. Статистическая обработка данных проводилась с помощью приложения Microsoft Excel for Microsoft Office XP.

**Практическая значимость** исследования: выводы, основанные на результатах данного исследования, могут использоваться в практике для психологического консультирования и коррекционной работы.

**База исследования:** Респонденты - студенты первого курса 1 курса юридического факультета Саратовского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского города Саратова (n=56), возраст – 17-18 лет.

# 1. Теоретические аспекты проблемы процесса адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе

## *1.1. Сущность понятия «адаптация» в психологической науке.* Термин

«адаптация» возник в рамках физиологической науки и относился к процессу приспособления слухового или зрительного анализатора к действию раздражителя. В дальнейшем он распространился на более широкий круг явлений, характеризующих приспособление строения и функций организма к условиям внешней среды. Несколько десятилетий назад этот термин был заимствован социологией и психологией для описания явлений, касающихся освоения человеком различных сфер природной и социальной среды.

У человека развитие психики, включающей высшую ее форму - сознание - достигло такого уровня, что поведение и деятельность стали определяющим фактором его адаптации. Человек в процессе своей жизнедеятельности преобразует внешнюю среду, приспособляя ее к своим потребностям. То, что значительную часть преобразований он осуществляет осознанно, отличает его от остальных представителей животного мира.

В отечественной литературе встречается следующее (более широкое) понимание социальной адаптации: это итог процесса изменений социальных, социально-психологических, морально-психологических, экономических и демографических отношений между людьми, приспособление к социальной среде. Адаптация - как приспособление человека к условиям социальной среды - предполагает:

1. адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
2. адекватную систему отношений и общения с окружающими;
3. способность к труду, обучению, к организации досуга и отдыха;
4. способность к самообслуживанию и самоорганизации, к взаимообслуживанию в коллективе;
5. изменчивость (адаптивность) поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других.

Процесс адаптации личности может быть более или менее успешным. А.Ф. Лазурский в связи с этим выделяет три психических уровня.

Низший уровень характеризует максимальное влияние внешней среды на психику человека. Среда как бы подчиняет такого человека себе, не считаясь с его эндоособенностями. Отсюда противоречие между возможностями человека и усвоенными им профессиональными навыками.

Средний уровень предполагает большую возможность приспособиться к окружающей среде, найти в ней свое место. Более сознательные, обладающие большей работоспособностью и инициативой, они выбирают занятия, соответствующие их склонностям и задаткам.

На высшем уровне психического развития процесс приспособления осложняется тем, значительная напряженность, интенсивность душевной жизни, заставляет не только приспособиться к среде, но и порождает желание переделать, видоизменить ее, сообразно своим собственным влечениям, и потребностям. Иными словами, здесь скорее мы можем встретиться с процессом творчества<sup>1</sup>.

В.Г. Березин считает, что адаптация - процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности<sup>2</sup>. С точки зрения исследователя, психическая адаптация играет значимую роль в поддержании адекватных соотношений в системе «индивидуум - среда».

Л.И. Божович указывает на зависимость характера адаптации от стадии онтогенеза. На ранних этапах психические особенности и качества возникают путем приспособления ребенка к требованиям окружающей среды. Возникнув, таким образом, они затем приобретают самостоятельное значение и в порядке обратного влияния начинают определять последующее развитие человека.

---

<sup>1</sup> Асеев В.Г., Теоретические аспекты проблемы адаптации. Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности. - Иркутск, 1986. - 208 с.

<sup>2</sup> Березин Ф.Б., Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л.: Наука, 1988. - 270 с.

В рамках гуманистического направления психологии вопросы адаптации рассматриваются в контексте положения об оптимальном взаимодействии личности и среды. А. Маслоу рассматривает процесс адаптации как динамический процесс взаимодействия личности и среды, в качестве основного критерия адаптированности личности выдвигается степень ее интегрированности со средой<sup>3</sup>.

Согласно Л. Филлипсу, адаптированность выражается двумя типами ответов на воздействие среды:

- принятие и эффективный ответ на те социальные ожидания, с которыми каждый встречается в соответствии со своим возрастом и полом
- гибкость и эффективность при встрече с новыми и потенциально опасными условиями, а также способность придавать событиям желательное для себя направление.

В этом смысле адаптация означает, что человек успешно пользуется создавшимися условиями для осуществления своих целей, ценностей и стремлений.

Адаптация, согласно Г. Гартманну, включает как процессы, связанные с конфликтными ситуациями, так и те процессы, которые входят в свободную от конфликтов сферу Я. Отмечает, что многие проблемы, связанные с развитием характера, таланта, «интересов Я», выбора методов защиты в определенных ситуациях не могут быть решены лишь в терминах инстинктов и конфликтов.

В.П. Казначеев, изучая медицинские аспекты адаптации, приходит к выводу: процессы адаптации для человека существенно определяются социальными факторами. При этом процесс адаптации является как бы двусторонним, отражающим не только взаимодействие организма и среды, но и изменение среды к потребностям человека<sup>4</sup>.

Ф.З. Меерсон определяет адаптацию как процесс приспособления

---

<sup>3</sup> Верещагин В.Ю., Философские проблемы теории адаптации человека. - Владивосток, 1988. - 164 с.

<sup>4</sup> Казначеев В.П., Современные проблемы адаптации. - М., 2000. – 293 с.

организма к внешней среде или к изменениям, совершающимся в самом организме. По мнению ученого, помимо генотипической адаптации, которая выработалась в процессе эволюции и передается по наследству, существует и фенотипическая адаптация, приобретаемая в ходе индивидуальной жизни<sup>5</sup>.

В.Г. Асеев, изучая теоретические аспекты проблемы адаптации, считает, что концепция Ф.З. Меерсона о механизме фенотипической адаптации имеет не только биологическое значение<sup>6</sup>. Эта идея может быть использована для определения научных подходов к изучению процесса социальной адаптации в ее взаимодействии с биологической. В процессе индивидуального развития вырабатываются механизмы адаптации, основанные на перестройке социальных отношений между людьми.

Г. Селье отождествлял постоянно протекающий процесс адаптации с понятием жизни. Центральным понятием разработанного им учения о стрессе является понятие адаптационного синдрома, который в свою очередь обеспечивает мобилизацию психофизиологических ресурсов организма для адаптации в трудных условиях<sup>7</sup>.

С медико-философской точки зрения, А.И. Воложин и Ю.К. Субботин рассматривают процесс адаптации как адаптивно-компенсаторную концепцию биологического приспособления. Считая адаптацию составляющей стороной приспособления, связанную с изменением биосистемы под влиянием среды, авторы вводят понятие «компенсация», прослеживают проявление единства адаптации и компенсации и формулируют понятие: «Норма адаптации - это пределы изменения структуры системы под влиянием действующих на систему условий среды, при которых не нарушаются структурно-функциональные связи со средой,

---

<sup>5</sup> Зотова О.И., Кряжева И.К. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности. - М., 2001. - с. 220.

<sup>6</sup> Кончанин Т.К., К вопросу о социальной адаптации молодежи. Ч.2.- Тарту, 1991. - с. 89-91.

<sup>7</sup> Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Общая психология. - М.: Академия, 2001. - 512 с.

что обеспечивает существование этой системы»<sup>8</sup>.

**1.2. Содержание и структура процесса адаптации студентов.** Если рассматривать адаптацию как постоянный (данный процесс не прекращается ни на один день, а условия постоянно изменяются) процесс, то, согласно Н.Ф. Головатому, процесс адаптации охватывает весь период студенчества. Но если принимать во внимание, что адаптация к вузовским условиям образа жизни, учебы, досуга связана с резким изменением положения личности, хотя и менее существенной, чем в случае приспособления к новым условиям труда, то можно определить сроки адаптации. Адаптация студентов к учебному процессу, по мнению М.В. Булановой, заканчивается в конце 1-го - началу 2-го учебного семестра. В.П. Кондратова считает, что адаптация - процесс индивидуально обусловлен, однако в основном он имеет место на 1-2 курсе (около 70% студентов заканчивает процесс адаптации до 2 курса, из них 50% адаптируются на 1 курсе) и заканчивается на 2 курсе (около 10% студентов адаптируются до конца 2-го курса).

Процесс психологической адаптации студентов к условиям вуза имеет свою динамику. Опираясь на данную точку зрения, а также на работы М.В. Булановой-Топорковой, Н.Ф. Головатого, Л.Д. Столяренко и др., можно проследить следующую динамику процесса адаптации<sup>9</sup>.

*Стадия преадаптации:* характеризуется рядом противоречий. Факт поступления в вузе крепит веру молодого человека в собственные силы и способности, порождает надежду на полноценную и интересную жизнь. Однако первокурсники, столкнувшись с отсутствием внимания к себе и опеки, к которой они привыкли со стороны старших, в условиях обучения чувствуют себя дискомфортно. Стремление быть включенным во все аспекты

---

<sup>8</sup> Воложин А.И., Субботин Ю.К. Адаптация и компенсация - универсальный биологический механизм приспособления. - М.: Медицина, 1987. - 176 с.

<sup>9</sup> Буланова-Топоркова М.В. Педагогика и психология высшей школы: Учебное пособие. - Ростов н/Д:Феникс, 2002. - 544 с.

студенческой жизни сообщается с налаживанием быта и самообслуживания, трудностями организации самостоятельной работы. Желание студента учиться, стремление как можно быстрее освоить профессию наталкивается на дидактичный барьер - трудности восприятия сложного материала, неумения работать с первоисточниками и конспектировать лекции. Отсутствие нового круга общения и потеря старых школьных контактов приводят к ощущению одиночества. В конце стадии оказывается усталость, раздражительность, недовольство собой и окружающими. Большие изменения испытывает психофизиологический уровень.

*Стадия адаптации:* начинается эффектом «обманутых надежд», разочарования в профессии. Однако в процессе учебы под воздействием интенсивной учебной деятельности происходит освоение новых учебных норм, оценок, способов и приемов самостоятельной работы, учебы новым видам научной деятельности, формируется новое отношение к профессии. Студент приспосабливается к новому типу учебного коллектива, его обычаям и традициям, пытается найти референтную группу. Значительные изменения испытывает индивидуально личностный уровень.

*Стадия постадаптации:* окончательно формируется индивидуальный стиль учебной деятельности, происходит сужение интересов за счет кристаллизации профессиональных интересов, складывается круг общения и происходит определение социальной роли. Начинают интенсивно формироваться профессионально значимые качества личности. Основные изменения здесь происходят на социально психологическом уровне.

Подводя итоги обзора исследований, посвященных процессу адаптации, можно сделать вывод: во-первых, процесс адаптации к вузу влияет на развитие личности профессионала, во-вторых, процесс адаптации по большей части зависит от личностных качеств человека, которые изменяются, и в-третьих, процесс адаптации студентов к условиям вуза имеет свои особенности, отличающиеся от профессиональной адаптации специалиста (то есть адаптации к месту профессиональной деятельности). А

так же, что процесс психологической адаптации студентов не является однородным и состоит из стадий: преадаптации, адаптирования, постадаптации.

**1.3. Психологические особенности адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе.** Проблема адаптации студентов к условиям обучения представляет собой одну из важных задач, исследуемых в настоящее время в педагогике. Первокурсникам недостает навыков и умений, которые необходимы в вузе для успешного овладения программой. Особенность студенческой группы первого курса заключается в том, что это еще не сложившийся коллектив и в нем еще нет установленных и закрепившихся правил и норм поведения. В этой группе каждый является новым человеком для каждого члена группы. У всех членов нового студенческого коллектива есть возможность проявить себя с самых разных сторон, найти «свое место под солнцем», завоевать авторитет и уважение однокурсников.

С самого начала учебы студент-первокурсник оказывается в ситуации двойной адаптации: адаптация к условиям конкретного учебного заведения и адаптация к избранной профессии. Л.К. Гришанов и Д.В. Цуркан считают, что эти два компонента адаптации взаимозависимые.

Учитывая тот факт, что адаптация студента к условиям вуза охватывает все сферы студенческой жизни, соответственно можно выделить критерии адаптированности. В.П. Кондратова считает таким критерием состояние умственной работоспособности как интегральной характеристики адаптации первокурсников.

Т.О. Проворова рассматривает как субъективные, так и объективные критерии адаптированности: отношение к учебе и коллективу; удовольствие учебной и общественной деятельностью; мотивация; самооценка; настроение; успеваемость.

## **2. Эмпирическое исследование личностных факторов адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе**

### **2.1. Методики исследования**

Для реализации цели и задач исследования в нашей работе использовались следующие методики: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла; методика диагностики самооценки тревожности Ч.Д. Спилберга и Ю.А. Ханина; личностный опросник ЕРІ Г. Айзенка.

**1. Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.** Опросник Роджерса-Даймонда выявляет степень адаптированности- дезадаптированности в системе межличностных отношений и в качестве оснований для дезадаптации предполагает ряд разнообразных обстоятельств: низкий уровень самопрятия, низкий уровень прятия других, то есть конфронтация с ними, эмоциональный дискомфорт, который может быть весьма различным по природе, сильную зависимость от других, то есть экстернальность, стремление к доминированию.

**2. 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла.** Опросник включает в себя все виды испытаний - и оценку, и решение теста, и отношение к какому-либо явлению. Предлагаемый опросник состоит из 105 вопросов (форма С) на каждой из которых предлагается три варианта ответов (а, b, с). Каждый фактор содержит не только качественную и количественную оценку внутренней природы человека, но и включает в себя ее характеристику со стороны межличностных отношений.

**3. Методика диагностики самооценки тревожности Ч.Д. Спилберга и Ю.А. Ханина.** Методика позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство (уровень личностной тревожности), и как состояние (уровень ситуативной тревожности).

**4. Личностный опросник ЕРІ Г. Айзенка.** Методика Г. Айзенка направлена на определение свойств лежащих в основе темперамента: экстраверсии (направленность личности на внешний мир) и нейротизма (результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения).

**2.2 Интерпретация результатов исследования.** Экспериментальное исследование проводилось со студентами юридического факультета Саратовского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского города Саратова, обучающихся на 1 курсе в количестве 56 человек.

Исследование психологических особенностей адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе проводилось в несколько этапов: подбор психодиагностического инструментария, выборки (респондентов), ход и интерпретация результатов исследования.

Первичная обработка данных проводилась в соответствии с требованиями используемых методик. При вторичной обработке были составлены сводные таблицы с результатами, вычислены средние показатели и процентные соотношения по каждому параметру. Результаты были сведены для анализа в обобщающие таблицы, проведена математико-статистическая обработка данных.

#### *1. Выявление особенностей социально-психологической адаптации*

Результаты полученных данных по методике «Диагностика социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда»: по шкале «Адаптивность» в данной группе среднее значение соответствует показателю высокого уровня адаптации 138,5, так как показатель нормы составляет (68-136). Такие результаты свидетельствуют о том, что группа достаточно адаптирована к обучению, жизненным нормам, пониманию своих проблем. Критерий адаптированности имеет сходство с критерием личностной зрелости, в том числе с чувством собственного достоинства и умением уважать других, стремлением справляться со своими проблемами.

По шкале «Приятие других» среднее значение составляет 25,3, что является показателем достаточно высокого уровня, так как норма (14-28) и отражает уровень дружелюбности-враждебности к окружающим людям, к миру. Высокие баллы по этой шкале означают принятие людей, одобрение их жизни и отношения к себе в целом, ожидание позитивного отношения к себе окружающих. Низкие баллы – критическое отношение к людям, раздражение, презрение по отношению к ним, ожидания негативного отношения к себе.

По результатам шкалы «Внутренний контроль» - показатель высокого уровня 44,9 (18-36). Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять и, следовательно, чувствуют собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом.

По шкале «Приятие себя» показатель нормы составляет (22-42). Среднее значение является показателем среднего уровня и составляет 26,2. Данная группа способна правильно оценивать свои достоинства и способности. Шкала самовосприятие измеряет способность субъекта ценить свои достоинства, способности. Данная шкала регистрирует степень приятия себя вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков. Она отражает также способность к рефлексии, без которой немислимо формирование творческого потенциала как акта самореализации личности.

По шкале «Эмоциональный комфорт» показатель нормы составляет 14-28. В данной группе среднее значение составляет 27,1, что является верхней границей среднего уровня. Это говорит о том, что в группе преобладают положительные эмоции. Отражает характер преобладающих эмоций в жизни испытуемых. Высокие баллы – это преобладание положительных эмоций, ощущение благополучия своей жизни; низкие баллы – наличие выраженных

отрицательных эмоциональных состояний.

По результатам шкалы «Доминирование» показатель нормы (6-12). Среднее значение в данной группе составляет 9,2 и является средним уровнем. Отражает степень стремления человека доминировать в межличностных отношениях. Высокие показатели говорят о склонности подавлять другого человека, чувствовать превосходство над другими. Низкие показатели - склонность к подчинению, мягкость, покорность.

Выводы: исследуемая группа набрала высокие показатели по шкалам «Адаптивность», «Внутренний контроль», показатели среднего уровня по шкалам «Приятие себя», «Принятие других», «Эмоциональный комфорт» и «Доминирование». Группу можно охарактеризовать как позитивно настроенную, способную правильно оценивать свои возможности и способности. В данной группе преобладают положительный настрой и эмоции. Люди, обладающие такими характеристиками, несут ответственность за свои поступки и за события, происходящие в их жизни. Выявлена такая особенность, что достаточно высокий уровень адаптации связан с такими чертами личности как самоприятие, внутренний контроль, ведомость или доминирование личности, которые так же находятся на высоком уровне выраженности.

Результаты интегральных показателей по методике «Диагностика социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда»: высокие интегративные показатели наблюдаются по шкалам «Адаптация», «Приятие других» и «Стремление к доминированию», а наиболее низкие – по шкале «Самоприятие».

2. *Интерпретация результатов по 16-факторному личностному опроснику Р. Кеттелла.* Выявлены следующие результаты: доминирующими факторами среди респондентов являются факторы, набравшие по среднему значению (8,1 - А; 8,2 - Е; 7,9 - Q3, 2,98 - О) наибольшие и наименьшие показатели.

Фактор Е - «подчиненность-доминантность» прямо связан с

социальным статусом и лидерством. Свидетельствует о потребности в автономии респондентов. В данной группе преобладает высокий уровень фактора, то есть доминантность, средние значения 8,2. Исходя из этого, группу можно охарактеризовать как самостоятельную, независимую, действующую смело и энергично.

Фактор А - «замкнутость - общительность» ориентирован на измерение способности в установлении контактов личности в группе. Данную выборку можно интерпретировать как людей характеризующихся яркостью эмоциональных проявлений, непринужденностью поведения, внимательным отношением к людям, так как средние значения 8,1 говорят о высоких показателях по этому фактору.

Фактор Q3 - «импульсивность – организованность» характеризует преобладание таких качеств как организованность, осознанность поведения, принципиальность, так как средние значения 7,8 показывают высокий уровень по данному фактору. Можно сделать вывод, что данная группа ориентирована на самоконтроль и склонна к организаторской деятельности. А также можно отметить, что у группы респондентов выражены волевые характеристики.

Фактор О - «самоуверенность – склонность к чувству вины» характеризует преобладание таких качеств как жизнерадостность, уверенность в своих силах и своих возможностях, спокойствие, так как средние значения 2,98 показывают высокий уровень по данному фактору. Можно сделать вывод, что данная группа ориентирована на интерес к повседневной жизни.

3. *Выявление уровня тревожности.* Результаты полученных данных по методике «Диагностика самооценки тревожности Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина». Получены результаты: средние значения по ситуативной тревожности в данной группе составляют 29,08, что является низким показателем тревожности (норма низкой тревожности - до 30 баллов). А

средние показатели личностной тревожности 37,5 являются умеренными (норма умеренной тревожности - 31-45 баллов).

Следует отметить, что с помощью данной методики тревожность измеряется как личностное свойство и как состояние. Ситуативная тревожность выражается как состояние и требует активности в поведении личности, проявление заинтересованности в деятельности, повышение чувства ответственности. Но случается, что низкие показатели свидетельствуют о вытеснении личностью тревоги с целью показать себя в «лучшем свете». А личностная тревожность на полученном уровне в свою очередь может вызвать затрудняющее деятельность состояние человека. В таком случае нужно поменять акценты с боязни неудач и неодобрения окружающих на непосредственно содержание деятельности, ее смысл и осуществление.

*Интерпретация результатов по методике «Личностный опросник EPI Г. Айзенка».* Из полученных результатов следует, что в данной группе респондентов показатель сангвинического типа темперамента соответствует 32% студентов. Люди с таким типом темперамента очень быстро приспосабливаются к новым условиям, общительны и выразительны в проявлении эмоций.

Холерический тип темперамента встречается в 25% случаев. Холерик характеризуется повышенной возбудимостью. Ему свойственна резкость и стремление движений, импульсивность, яркое выражение эмоций. Меланхолический тип темперамента представлен у 23% испытуемых. Такому типу темперамента присущи слабое выражение эмоций, приглушенность моторики и речи, застенчивость и нерешительность.

Из полученных результатов следует, что в данной группе респондентов флегматический тип темперамента преобладает у 20% студентов. Флегматик характеризуется пониженным уровнем активности в поведении и обладает постоянством и спокойствием, не склонен к аффектам, ответственен.

По шкале «экстраверсия-интроверсия» были получены следующие

результаты: среднее значение по данным респондентов составляет 15,9, что свидетельствует о показателе, который превышает норму (7-15). Это говорит о том, что в данной группе преобладают студенты с типичным экстравертированным типом личности. Экстраверт характеризуется как импульсивный, вспыльчивый, оптимистичный и добродушный тип личности, склонный к риску.

По шкале «эмоциональная устойчивость-нейротизм» были получены следующие результаты: среднее значение по данным респондентов составляет 15,3, что свидетельствует о показателе, который не превышает норму (8-16). Это говорит о том, что в данной группе выявлены студенты как с эмоциональной устойчивостью, так и неустойчивостью, с небольшим преобладанием последних.

#### *4. Обработка полученных результатов с использованием методов математической статистики*

Нашей дальнейшей задачей было выявление взаимосвязи между социально-психологической адаптацией, характерологическими чертами личности, уровнем тревожности и свойствами темперамента. Для этого мы вычисляли коэффициент корреляции Пирсона между полученными показателями по методикам: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла; методика диагностики самооценки тревожности Ч.Д. Спилберга и Ю.А. Ханина; личностный опросник ЕРІ Г. Айзенка. Вычисления осуществлялись в программе Microsoft Excel.

В результате корреляционного анализа были получены следующие данные.

Обратная значимая статистическая связь была выявлена между интегральным показателем *адаптации и личностной тревожностью* ( $r = -0,42$ , при  $p \leq 0,01$ ). Чем выше уровень адаптации, тем ниже уровень личностной тревожности и, чем выше уровень личностной тревожности, тем

ниже уровень адаптации. Это связано с тем, что адаптация проявляется в приспособлении человека к существованию в обществе в соответствии с требованиями и с собственными потребностями, мотивами и интересами, а снижение уровня личностной тревожности предполагает, что человек перестает воспринимать многие ситуации как угрожающие, что способствует успешной реализации поставленных целей.

Прямая значимая статистическая связь была выявлена между интегральным показателем *принятие других* и фактором личности *замкнутость – общительность*  $r=0,36$  ( $p \leq 0,01$ ). При увеличении показателя *принятие других* увеличивается показатель *общительность*. То есть студенты данной группы испытывают потребность в общении, взаимодействии и совместной деятельности, при этом для них характерны такие качества как отзывчивость, готовность к сотрудничеству, чуткое внимательное отношение к людям.

Выявлена обратная значимая статистическая взаимосвязь между показателем *ситуативной тревожности* и показателем свойств темперамента личности *интроверсия-экстраверсия*  $r=-0,32$  ( $p \leq 0,01$ ): увеличение показателя ситуативной тревожности при уменьшении значений показателей свойств темперамента, что является статистически значимым. Это значит, что в данной выборке при преобладании низкого показателя ситуативной тревожности выявляется экстравертированный тип темперамента. То есть, низкая ситуативная тревожность требует активности в поведении личности, проявление заинтересованности в деятельности, а экстравертированный тип темперамента в свою очередь наполняет личность импульсами, оптимистичностью, риском, которые так важны для успешной деятельности.

Прямая значимая статистическая связь была выявлена между интегральным показателем *стремление к доминированию* и фактором личности *сдержанность – экспрессивность*  $r=0,36$  ( $p \leq 0,01$ ). При увеличении показателя *стремление к доминированию* увеличивается показатель

*экспрессивности*. То есть студенты данной группы характеризуются как позитивно настроенные, умеющие правильно оценивать свои достоинства и способности, стремящиеся к лидерству, при этом для них характерны такие качества как напористость, импульсивность и подвижность.

Была выявлена обратная значимая статистическая взаимосвязь между показателем свойств темперамента *интроверсия-экстраверсия* и *личностной тревожностью*  $r=-0,31$  ( $p \leq 0,05$ ). При увеличении экстравертированности уменьшается уровень личностной тревожности. Это связано с тем, что у экстраверта чувства и эмоции не имеют строгого контроля, он склонен к рискованным поступкам, а снижение личностной тревожности предполагает, что человек перестает воспринимать многие ситуации как угрожающие, что повышает его жизненную активность и является показателем успешной деятельности.

Прямая значимая статистическая связь была выявлена между интегральным показателем *принятие других* и фактором личности *замкнутость – общительность*  $r=0,38$  ( $p \leq 0,01$ ). При увеличении показателя *принятие других* увеличивается показатель *общительность*. То есть студенты данной группы испытывают потребность в общении, взаимодействии и совместной деятельности, при этом для них характерны такие качества как отзывчивость, готовность к сотрудничеству, чуткое внимательное отношение к людям.

Прямая значимая статистическая связь была выявлена между интегральным показателем *интернальность* и фактором личности *импульсивность – организованность*  $r=0,34$  ( $p \leq 0,05$ ). При увеличении показателя *интернальность* увеличивается показатель *организованности*. То есть студенты данной группы несут ответственность за происходящие в своей жизни события, обладают эмоциональной стабильностью и хорошим самоконтролем, при этом для них характерна планомерность, упорядоченность, умение хорошо контролировать свои эмоции и поведение.

Обратная значимая статистическая связь была выявлена между

интегральным показателем *самопринятие* и фактором личности *самоуверенность – склонность к чувству вины* ( $r=-0,37$ , при  $p \leq 0,01$ ). При увеличении уровня самопринятия уменьшается склонность к чувству вины. Это связано с тем, что самопринятие основано на способности человека принимать себя таким, каков он есть в действительности, со всеми объективно значимыми достоинствами и недостатками, без самоосуждения, а снижение склонности к чувству вины предполагает, что человек перестает недооценивать свои возможности, принижать свою компетентность, знания и способности, что является показателем адекватной самооценки.

Итак, из приведенного выше анализа следует, что существуют взаимосвязи между социально-психологической адаптацией, характерологическими чертами личности, уровнем тревожности и свойствами темперамента.

Таким образом, проведенное нами исследование позволяет утверждать, что задачи, которые мы ставили, были достигнуты, а выдвинутая нами гипотеза подтвердилась.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Основной задачей современного отечественного образования является его адаптивность и практико-ориентированность. Поэтому важным моментом в решении этой проблемы является исследование адаптированности подрастающего поколения к условиям обучения.

Процесс адаптации личности в условиях студенческой среды может осуществляться более эффективно, если:

- в процессе гармонизации отношений и педагогической поддержки учитывается специфика студенческой среды и особенности многоуровневой системы обучения, достигается ее ориентация на личностно-ориентированный подход в образовании;
- четко определяются субъекты личностно-средового взаимодействия в

процессе адаптации, их функции и задачи;

- в данном процессе обеспечивается интеграция социально-педагогических действий управленческих структур ВУЗа, студенческого сообщества и других социально-значимых подразделений.

Анализ состояния разработки проблемы адаптации в научной литературе позволил представить концептуальную модель изучения процесса адаптации, в которой выделены компоненты адаптации (адаптация к учебе и к профессиональной деятельности), стадии адаптации (преадаптация, адаптирование и постадаптация), критерии адаптации (объективные и субъективные) и факторы адаптации (индивидуально личностные и социальные). Построение связей между представленными направлениями изучения подчеркнуло важность индивидуально-личностного фактора, его представленность в компонентах, критериях, стадиях адаптации.

Однако на сегодня остаются недостаточно изученными аспекты индивидуально типологических проявлений характера, форм и динамики адаптации на разных стадиях адаптационного процесса. Трансформации их характеристик и связь этих особенностей с изменениями личности как состоянию личностного развития, что и обусловило выбор направления эмпирического исследования.

Целью нашего эмпирического исследования было выявление личностных факторов адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе.

В результате качественного и количественного анализа, с использованием методов математической статистики, гипотеза исследования была подтверждена: существуют взаимосвязи между социально-психологической адаптацией, характерологическими чертами личности, уровнем тревожности и свойствами темперамента.