

## Factors of social and psychological adaptation of first-year students

Sultanova I.

## Факторы социально-психологической адаптации студентов-перокурсников

Султанова И. В.

*Султанова Ирина Викторовна / Sultanova Irina Viktorovna – кандидат психологических наук, доцент,  
кафедра психологии,*

*Гуманитарно-педагогическая академия (филиал)*

*Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского, г. Ялта*

**Аннотация:** в статье выделены механизмы, принципы теории социально-психологической адаптации личности. Рассмотрена классификация потребностей и мотивов личности, адаптивные комплексы, а также объективные и субъективные факторы, влияющие на формирование личности. Адаптация студентов в контексте социализации личности рассматривается как процесс, который позволяет человеку занять свое место в обществе и профессионально реализовываться в нем. Деадаптация же характеризуется недифференцированностью целей и видов деятельности студента, сужением круга его общения и решаемых проблем, а также неприятием норм и ценностей новой социальной среды, которой является вуз.

**Abstract:** the article highlights the mechanisms, principles of the theory of socio-psychological adaptation of personality. Classification of requirements and motives of the personality, adaptive complexes, and also the objective and subjective factors influencing formation of the personality is considered. Adaptation of students in the context of socialization is seen as a process that allows a person to take their place in society and professionally implemented in it. Maladjustment is characterized by the same nedifferentsirovannost goals and activities of the student, the narrowing of the range of its communication and solves problems, and rejection of norms and values in the new social environment, which is the University.

**Ключевые слова:** студенты, адаптация, деадаптация, конформистское поведение, учебная деятельность, активная адаптация, пассивная адаптация, потребности, мотивы, личность, объективные и субъективные факторы, адаптивные комплексы.

**Keywords:** students, adaptation, maladjustment, conformist behavior, educational activity, active adaptation, passive adaptation, needs; motives, personality, objective and subjective factors, adaptive complexes.

Создание полноценного научного представления о сущности социально-психической адаптации личности возможно на основе идеи онтогенетической социализации [3]. Такой подход позволяет правильно отразить реальный и очень сложный процесс, благодаря которому индивид превращается в личность, которая характеризуется основными чертами социально-психической зрелости.

Стоит отметить, что онтогенетическую социализацию можно определить как такой процесс взаимодействия индивида и социальной среды, в ходе которого в разных проблемных ситуациях, возникающих в сфере межличностных отношений, индивид усваивает механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и другие особенности и подструктуры личности, которые в целом имеют адаптивное значение.

Процесс преодоления студентом-первокурсником проблемных ситуаций в учебно-воспитательном процессе в вузах можно считать процессом социально-психологической адаптации личности, в ходе которого она использует полученные на предыдущих этапах своего развития и социализации навыки и механизмы поведения или открывает новые способы выполнения задач, новые программы и планы внутриспсихических процессов.

Социально-психологическую адаптированность первокурсника можно охарактеризовать как такое состояние его взаимоотношений с группой, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою учебно-профессиональную деятельность, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, в полной мере соответствует тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа студентов, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей. Адаптация же - это тот социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности. Основной вопрос заключается в том, каким образом процесс адаптации с использованием специфических и общих адаптивных механизмов приводит к изменениям первоначального психического состояния студента, из которого он начинает свой адаптивный процесс. Оказавшись в проблемной ситуации и отражая ее, индивид переживает определенное психическое состояние. Это состояние обычно достаточно динамично. Так, например, состояние фрустрированности возникает в особо тяжелых для личности проблемных ситуациях, так называемых фрустрирующих проблемных ситуациях. Параллельно с активизацией и использованием адаптивных механизмов меняется и в целом психическое состояние личности студента. Последовательность ситуаций, которые меняются, порождает последовательность соответствующих психических

состояний студентов. По завершении адаптивного процесса первоначальное психическое состояние вместе с проблемной ситуацией, его детерминирующей, исчезает или сильно меняется. Именно поэтому одной из задач нашей статьи стало изучение динамики психических состояний студентов-первокурсников.

Одним из важнейших принципов теории социально-психологической адаптации личности можно считать следующее утверждение: в сложных проблемных ситуациях адаптивные процессы личности протекают с участием не отдельных, изолированных механизмов, а целостных комплексов. Эти адаптивные комплексы, вновь и вновь актуализируясь и используя в подобных социальных ситуациях, закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера. Изучение устойчивых адаптивных комплексов является одной из задач науки. Стоит различать три основные разновидности: незащищенные адаптивные комплексы, срабатывающие в нефрустрирующих проблемных ситуациях; защищенные адаптивные комплексы, которые являются стойкими соединениями только защитных механизмов; смешанные комплексы, состоящие из защитных и нещитных адаптивных механизмов. Таким образом, принимая классификацию адаптивных механизмов, которая встречается в психологической литературе, на защитные и незащитные, можно дополнить эту классификацию средним, смешанным типом адаптивного комплекса, соответственно - адаптивного процесса и адаптированности, которые осуществляются смешанными адаптивными комплексами. Изучение адаптивных комплексов, по мнению А. А. Налчанджяна, может в значительной мере способствовать развитию характерологии, что является самым важным, но и наименее развитым разделом социальной психологии личности [3].

Социально-психологическая адаптация личности, осуществляясь на уровне личностных механизмов, не сводится к конформизму. Конформистское поведение, как проявление соответствующей социальной установки, является только одной из возможных адаптивных стратегий, осуществляется с помощью различных смешанных адаптивных комплексов и проявляется в различных поведенческих формах. Социально-психологическая адаптация личности может иметь неконформистский и творческий характер, тогда как конформистское поведение в определенных ситуациях может быть неадекватным, что приводит к формированию таких черт и установок личности, которые делают невозможным ее гибкую адаптацию. Длительная привязанность к конформистской стратегии адаптации может способствовать формированию склонности личности к систематическим ошибкам поведения (нарушений норм, ожиданий, шаблонов поведения) и создания все новых проблемных ситуаций для адаптации, к которым у нее нет ни адаптивных способностей, ни готовых механизмов. В частности, сознательно осуществляемая конформистская стратегия может стать причиной возникновения перманентных внутренних конфликтов личности.

Не все потребности человека способствуют правильному функционированию его организма, психики, и ее социально-психологической адаптации. Если брать крайний случай, то у личности может быть даже такая потребность (она может быть как гипертрофированной врожденной («естественной»), так и социогенной), на пути к удовлетворению которой индивид теряет себя. Исходя из этого, А. А. Налчанджян предлагает еще одну классификацию потребностей и мотивов личности: потребности и мотивы, адаптивные в определенной социальной среде; потребности и мотивы, стремление к удовлетворению которых в определенной социальной среде приводит к дезадаптации личности [3, с. 56]. Их можно назвать дезадаптивными потребностями и мотивами поведения человека. Адаптивность или дезадаптивность потребности зависит от того, на какие ценности она направлена, то есть из какого спектра социальных ценностей их должен выбрать индивид для удовлетворения соответствующих потребностей. Поэтому можно говорить также о адаптивных и дезадаптивных целях и, соответственно, об уровне притязаний личности в тех основных социально-групповых средах, в которых происходят основные формы ее активности. Для студента такой средой является группа, факультет, вуз.

Социально-психологическая дезадаптованность личности студента, в первую очередь, проявляется в ее неспособности принятия собственных потребностей и притязаний. С другой стороны, личность, которая имеет нарушения адаптации или полную дезадаптованность, не в состоянии соответствовать тем требованиям и ожиданиям, которые предъявляет к ней социальная среда, студенческая группа и собственная социальная роль, ее ведущая (в определенной среде профессиональная или другая), мотивированная извне и изнутри, деятельность. Одним из признаков социально-психологической дезадаптованности студентов есть переживания длительных внутренних и внешних конфликтов без нахождения необходимых для их решения психологических механизмов и форм поведения. В проблемных ситуациях (а не только при переживании конфликтных ситуаций) можно выделить уровни дезадаптованности. Для понимания особенностей адаптивного процесса следует знать тот уровень дезадаптованности, отталкиваясь от которого личность начинает свою адаптивную активность.

«Для плодотворного изучения социализации и социальной активности людей, - пишет А. А. Налчанджян, - стоит детально разрабатывать концептуальный аппарат теории социальной психологии личности. В частности, мы считаем важным дифференциацию онтогенетической социализации и социально-психологической адаптации личности в определенной социальной среде. Для решения

этой задачи, важность которого отмечена и другими авторами, мы выходим из положения, согласно которому личность может быть социализированной, но дезадаптированной» [3, с. 67]. Более того, дезадаптованность студента может быть прямым следствием высокой степени и полноты его социализованности. Поэтому нам кажется не совсем точным утверждение некоторых авторов, вроде подобной, что социально-психологическая адаптация является одним из путей более полной социализации. Социализованность личности, в зависимости от конкретной групповой ситуации, может стать основой как для адаптированности, так и для дезадаптованности. Если в определенном обществе, вузе, студенческой группе нравственные нормы и принципы, а также другие общечеловеческие ценности, служат основным средством маскировки эгоистических стремлений, то есть, если доминирующей социальной ориентацией отдельных студентов является притворство (а во многом это имеет место), то вполне естественно, что социализованность личности, осуществленная путем интернализации общечеловеческих ценностей, может стать постоянной причиной их фрустрированности и дезадаптованности. Онтогенетическая социализация является процессом интернационализации групповых норм, ценностей и типовых форм поведения, которое имеет место в ходе индивидуального психического развития студента в коллективе вуза. Она может осуществляться на уровне студенческой группы, факультета, вуза. Адаптированность личности в группе - это такое ее состояние, которое позволяет ей без длительных конфликтов и фрустраций с возможной полной проявлять свои творческие, конструктивные возможности, переживать состояние самоутверждения и собственной ценности, значимости. Поскольку личность студента одновременно является членом нескольких групп, то в некоторых из них она может быть хорошо адаптирована, в других - хуже. Она может быть членом и таких групп, в которых ее социальный статус близок к полной дезадаптованности. Например, при хорошей адаптации в студенческом коллективе личность может быть дезадаптированной в семье. Все сказанное позволяет сделать еще один вывод о соотношении социализации и адаптации: поскольку социализация личности не всегда обеспечивает ее социально-психологическую адаптацию, ученые выделяют две ее разновидности: социализацию, адаптирующую и дезадаптирующую социализацию [3, с. 93].

В некоторых научных публикациях широко обсуждается проблема адаптации первокурсников к системе высшего учебного заведения и не случайно: от успешности этого процесса во многом зависят дальнейшие профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста с высшим образованием [1; 3; 4; 5; 6; 7; 9]. Адаптацию студентов в контексте социализации личности мы рассматриваем как процесс, который позволяет человеку занять свое место в обществе, в вузах, в группе, профессионально реализовываться в них [3; 4; 6; 7]. В ряде исследований социальная адаптация рассматривается в единстве с автономизацией личности как основным компонентом социализации. Социальная адаптация предполагает активное приспособление индивида к условиям социальной среды, а социальная автономизация как реализация совокупности установок на себя - устойчивость в поведении и отношениях, которая соответствует представлению личности о себе, о самооценке. Выполнение задач социальной адаптации и социальной автономизации регулируется противоречивыми мотивами «Быть со всеми» или «Остаться самим собой».

При всем разнообразии подходов к социально-психологической адаптации большинство исследователей считают, что основная ее функция - это принятие индивидом норм и ценностей новой социальной среды (группы, коллектива, в которых он находится), форм социального взаимодействия, формальных и неформальных связей, а также форм предметной деятельности (например, способов профессионального выполнения работ, обучение и т. д.). Дезадаптация характеризуется недифференцированностью цели и видов деятельности студента, сужением круга его общения и решаемых проблем, и, что особенно важно, неприятием норм и ценностей новой социальной среды, которой является вуз, а в отдельных случаях и противодействие им. Пассивная адаптация предполагает, что индивид принимает нормы и ценности по принципу «Я - как все», но не хочет что-то изменить, даже если это в его силах. Пассивная адаптация проявляется в наличии простых целей и нетяжелых видах деятельности, но круг общения и решаемых проблем шире по сравнению с уровнем дезадаптации.

Активная адаптация, прежде всего, способствует успешной социализации в целом. Индивид не только принимает нормы и ценности новой социальной среды, но и строит свою деятельность, отношения с другими людьми на их основе. При этом у такого человека нередко формируются все новые и новые разнообразные цели, но одной из них, основной, становится цель - полная собственная реализация в новой социальной среде. Круг общения и интересов студентов с активной адаптацией широк. Этот уровень адаптации ведет к гармоничному единству с одноклассниками, с собой, с окружающим миром. Процесс адаптации реализуется во всех случаях нарушения баланса взаимоотношений в системе «человек-среда» и имеет общие, неспецифические проявления. Исследование общих психофизиологических и социально-психологических закономерностей адаптационного процесса студентов-первокурсников является важным и актуальным. Период учебы в вузе представляется, возможно, наиболее важным для человека в плане личностного роста, реального профессионального становления. Этот период, который является началом взросления, характеризуется одновременным протеканием ряда специфических процессов, обусловленных как

особенностями учебной деятельности, так и социальной средой. К таким динамическим процессам можно отнести профессиональное самоопределение и связанное с ним развитие профессионально-значимых качеств; личностное самоопределение, включающее формирование системы личностных смыслов, ценностных ориентаций и т. д.

Характерно то, что адаптация студентов к условиям нового учения и в новой социальной среде является сложным и многогранным процессом, который включает также усвоение принятых социальных норм и ценностей. Эти процессы личностного развития во многом взаимосвязаны и взаимообусловлены, требуют основательного научного анализа. Период обучения в высшем учебном заведении для современного молодого человека один из важнейших, поскольку именно в это время происходит его личностный рост и становление. Он характеризуется одновременным ходом целого ряда специфических процессов, обусловленных особенностями деятельности, социального окружения. На этом этапе существенным является отношение к выбранной специальности и профессиональная направленность, личностное самоопределение, которое включает в себя формирование системы личностных ценностей и ценностных ориентаций, адаптацию к условиям обучения и социальной среды, усвоение социальных норм, ценностей и др.

Адаптация студентов к учебной деятельности включает в себя влияние как субъективных, так и объективных факторов, к которым можно отнести также содержание, организацию учебного процесса в вузе. Особое внимание в этом процессе предоставляется студентам-первокурсникам, поскольку привычное для них обучение в школе существенно отличается от обучения в высшем учебном заведении. Ведь между деятельностью лиц, обучающихся в условиях вуза и средней школы, есть существенные качественные и количественные различия. В условиях высшего учебного заведения значительно выше интенсивность умственного труда, больший объем знаний, которые необходимо усвоить, резко выраженная неравномерность нагрузок значительно возрастают в период сессии. Учебный процесс характеризуется существенными изменениями по количеству предметов, которые изучаются, появлением профилирующих предметов, с которыми студент связывает свою будущую профессиональную деятельность. Студенту-первокурснику при поступлении в вузы приходится приспосабливаться одновременно к новым требованиям, которые ставит перед ним высшая школа, особенно к новым условиям обучения (самостоятельная проработка материала, отсутствие учебников, которые бы полностью соответствовали программе, большое количество материала, который необходимо обработать самостоятельно, более требовательное оценивание знаний, основанное на различных подходах, отношениях преподавателя и студента и др.) и быта (отсутствие привычного социального окружения, материальные трудности, особенности проживания в общежитии и др.). Для учебного процесса первокурсников характерны, особенно во время сессии, высокое эмоциональное напряжение и тревожность, регламентируется содержанием их деятельности. Период учебы в вузе является, возможно, наиболее важным для человека, так как происходит его личностный рост, взросление и характеризуется одновременным протеканием ряда специфических процессов, обусловленных как особенностями деятельности, так и социальной среды [3; 4; 6; 7]. К таким динамическим процессам можно отнести:

- профессиональное самоопределение и связанное с ним развитие профессионально значимых качеств;
- личностное самоопределение, которое содержит формирование системы личностно-ценностных ориентаций;
- собственно адаптацию к условиям обучения и социальной среде, усвоение принятых социальных норм и ценностей и др.

Несмотря на непрерывный характер адаптации, возникает ряд субъективных факторов, которые негативно влияют на процесс социально-психологической адаптации первокурсников вузов, а именно:

1. Недостаточный уровень подготовленности по школьной программе, игнорирование некоторых учебных дисциплин еще со школы.
2. Слабо выраженные навыки учебной деятельности, недостаточное развитие словесно-логического мышления.
3. Сохранение характерной для части учеников пассивности, отсутствие самостоятельности.
4. Невысокий уровень культуры, трудовой воспитанности.
5. Недостаточно выражены установки на получение профессии.
6. Неуверенность в собственных силах [8, с. 101-105].

Эти и другие факторы на социально-психологическом уровне вызывают нарушение взаимодействия первокурсников и новой среды, приводя к дезадаптации.

Социально-психологическую адаптацию можно представить как процесс и результат активного приспособления студента к условиям новой социальной среды, во время которого происходит приближение цели, ценностных ориентаций группы и личности, усвоение норм, традиций, групповой культуры. Она существует в условиях определенных адаптационных возможностей личности и зависит от ее способности сделать определенные внутренние преобразования для того, чтобы соотносить свои цели, установки, желания, интересы с целями, желаниями, интересами других.

### *Литература*

1. *Абдуллина О. А.* Личность студента в процессе профессиональной подготовки // Высшее образование России. 1993. № 3.
2. *Абрамова Г. С.* Возрастная психология / Учебное пособие для студентов вузов. - Екатеринбург: Деловая книга, 2002. – 704 с.
3. *Налчаджян А. А.* Социально–психическая сила адаптации личности (формы, механизмы и стратегии). - Ереван, 1988. - 264 с.
4. *Петрова Н. И.* Уровень самоактуализации студентов и их социально-психологическая адаптация // Психологический журнал. - Т. 23. - № 3. - 2003. - С. 116-120.
5. *Резник Т. И.* Психологическое содержание трудностей в обучении студенто-первокурсников // Практическая психология и социальная работа. - № 1. - 2002. - С. 1-3.
6. *Скрипник В. А.* Особливості перебігу та самосприйняття соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників // Психология и общество. - № 2, 2005. – С. 87-93.
7. *Султанова И. В.* Влияние социальной адаптации на успешность учебной деятельности и развитие эмоциональной устойчивости студентов // Проблемы современного педагогического образования. Сер.: Педагогика и психология. – Сб. статей: - Ялта: РИО ГПА, 2015. – Вып. 48. – Ч. 1. – С. 478-486.
8. *Фельдштейн Д. И.* Психологические закономерности социального развития личности в онтогенезе // Вопросы психологии. - 1985. - № 6. - С. 25-30.
9. *Цуканов Б. Й.* Психологический анализ неуспешности студентов. ВУЗ // Вестник Одесского национального университета. - Т. 6, выпуск 2. - 2001. - С. 80-84.