

## **СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

УДК 3 78.015.32

### **ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА И УРОВНЯ ВЫРАЖЕННОСТИ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У СТУДЕНТОВ НА ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

**Е.А. Евстифеева, С.И. Филиппченкова, Е.В. Балакшина**

Тверской государственный технический университет

Исследованы уровни субъективного благополучия (шкала субъективного благополучия) и адаптационного потенциала (методика «Адаптивность» А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина) у студентов технического вуза. Приводится статистический анализ полученных результатов на примере трех факультетов. Определены основные тенденции в степени выраженности показателей субъективного благополучия: самооценка здоровья, степень удовлетворённости повседневной деятельностью у обучающихся технической и гуманитарной направленности (на начало учебного года – первый этап диагностики). Изложены результаты теоретического анализа сущности и особенностей социально-психологической адаптации в отечественной психологической литературе и ее взаимосвязи с новыми условиями учебной деятельности, к которым адаптируется студент в вузе.

***Ключевые слова:** адаптация, адаптационный потенциал личности, образовательная среда, психологическое сопровождение, социально-психологическая адаптация, субъективное благополучие.*

В настоящее время исследования в области особенностей проявления социально-психологической адаптации, а также ее влияния на уровень выраженности субъективного благополучия на этапе профессионального обучения в вузе остаются актуальными и востребованными. Интерес поддерживается одной из главных задач образования – обеспечение кадрового потенциала в лице современного студента, способного качественно, уверенно выполнять трудовые функции, комфортно чувствуя себя в новых условиях деятельности. Вышесказанное поднимает вопрос не только о профессиональной готовности обучающихся в вузе (профессиональные знания, навыки, опыт практики, ориентировка в задачах профессии), но и о психологической стороне процесса, базирующегося на личностных свойствах, способностях, уверенности, эмоциональной устойчивости, мотивационной направленности, общем адаптационном потенциале человека. В совокупности выделенные нами показатели способствуют быстрой адаптации студента к профессиональной деятельности, к

коллективу уже опытных профессионалов.

В этом смысле психологическая поддержка студентов в данный активный жизненный период, создание благоприятных условий обучения, а также наблюдение за процессом социально-психологической адаптации в высшем учебном заведении, ее влиянием на общий уровень выраженности субъективного благополучия становятся одним из приоритетных направлений психологической службы университета [7]. Реализация данного направления возможна посредством проведения своевременной диагностики, мониторинга, консультирования и коррекции психологических зон «провисания» по результатам исследования, а также по индивидуальным запросам обучающихся. Психологическими «мишенями» скринингового исследования могут выступить: мотивация к обучению, коммуникативная толерантность в общении, моральная нормативность поведения, личный адаптационный потенциал, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные склонности и др.

Актуальность рассмотрения проблемы специфики социально-психологической адаптации и субъективного благополучия студентов продиктована необходимостью погружаться и адаптироваться к новым условиям жизненной ситуации. К ним относятся: резкий переход к самостоятельной жизни, установление взаимоотношений с новым кругом людей (новый коллектив), отсутствие контроля со стороны родителей, личная свобода. Обучающиеся усваивают новые формы и методы обучения, отличные от школьных, происходит резкая смена режима дня, его эмоциональная насыщенность [1, 2].

Под термином «адаптация» в современной психологической литературе понимается сочетание биологического, физиологического, психологического, социального и педагогического процессов, составляющих единый конструкт, носящий индивидуальный характер. В целом данный процесс определяет силу воздействия факторов среды (внутренних и внешних) на личность. При этом социально-психологическая адаптация трактуется как «привыкание индивида к новым условиям среды с затратой определенных сил организма, а также взаимное приспособление индивида и среды» [3, с. 434].

Для обозначения социально-психологической адаптации используется следующее определение, изложенное в трудах В.Г. Крысько: приобретение человеком специфического социально-психологического статуса через овладение различными социально-психологическими функциями. Статус социальной личности у автора рассматривается как «социальная личность», ее особое положение в структуре межличностных отношений (права, обязанности, привилегии). В каждой группе человек занимает определённый статус, причем не всегда одинаковый [4].

А.Л. Журавлев, В.А. Соснин, М.А. Красников отмечают, что стремление обрести гармонию между внешними и внутренними условиями жизни и деятельности составляют процесс социально-психологической адаптации. В результате происходит приспособление личности к жизни в условиях социума [2].

Согласно Е.П. Никитиной и Н.Е. Харламенковой, в основе программы социально-психологической адаптации лежат методы и приемы, применение которых позволяет оказывать социальную поддержку людям для успешной социализации к иной социальной ситуации, связанной со сменой социального статуса, жизненной утратой, неудачами, неадаптированностью личности [11].

В концепции Ф.Э. Меерсона социальная адаптация рассматривается как приобретенная в индивидуальном жизненном опыте и формируемая в процессе взаимодействия с окружающей средой способность. Она проявляется в виде демонстрации высоких возможностей адаптационного потенциала личности, психической активности человека и силы высшей нервной деятельности. Социально-психологическая адаптация способствует ослаблению и устранению внутреннего психического напряжения, беспокойства, дестабилизационного состояний, возникающих у личности в процессе ее взаимодействия с социумом [9, 11].

Согласно А.А. Реану, процесс адаптации и личностное развитие человека тесно взаимосвязаны. Они дополняют друг друга, образуя разные направления самоактуализации личности [9].

Рассмотренные нами феномены «адаптация» и «социально-психологическая адаптация личности» требуют уточнения понятий «адаптивные возможности личности» и «адаптационный потенциал» как форм адаптации к окружающей среде.

Дальнейшее изучение вопроса показало, что адаптационные возможности личности, их особенности проявляются через уровень развития психологических характеристик, которые регулируют протекание психической деятельности и адаптационный процесс в целом. Именно они составляют структуру личностного адаптационного потенциала, который содержит информацию о соответствии психологических характеристик общепринятым нормам [6].

Являясь базовой индивидуальной характеристикой (стержень личности), личностный потенциал качественно характеризует личностную зрелость и отражает способность преодолевать заданные обстоятельства, работу личности над собой [5].

Целью представленного исследования было выявление основных показателей адаптационного потенциала студентов технического вуза и его взаимосвязи с уровнем субъективного благополучия. В качестве основных критериев субъективного благополучия выступили

самооценка здоровья, удовлетворенность повседневной деятельностью, общий показатель субъективного благополучия.

*База исследования.* В исследовании приняло участие 264 человека (студенты, обучающиеся на факультетах прикладной информатики и экономики, управления и социальных коммуникаций, строительном на начало учебного года). База исследования – Тверской государственный технический университет.

*Психодиагностический инструментарий* составили следующие методики: шкала субъективного благополучия СБ (охвачены 1–3-е курсы) [9]; методика «Адаптивность» А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина (только 1-е курсы) [10]. Анализ результатов диагностики адаптационного потенциала и его критериев у студентов 1-го курса технической направленности позволил выявить ряд следующих особенностей:

1) в целом все диагностируемые нами показатели адаптационного потенциала находятся в пределах средней статистической нормы: моральная нормативность поведения 4,8 стэна, коммуникативные склонности 4,4 стэна, нервно-психическая устойчивость 4,3 стэна; 2) значения личного адаптационного потенциала находятся на пороговом уровне нормы с тенденцией к снижению.

При способности налаживать коммуникационные связи, строить новые отношения в непривычных условиях и устойчивой линией поведения, ориентированного на соблюдение общепринятых социальных норм, личный адаптационный потенциал респондентов подвергается максимальным нагрузкам.

Было также установлено, что выявленные особенности у студентов машиностроительного факультета (МСФ) связаны с тем, что значительно снижены показатели уровня выраженности нервно-психической устойчивости и личного адаптационного потенциала (табл. 1).

Таблица 1

Показатели личного адаптационного потенциала у студентов разных технических направлений

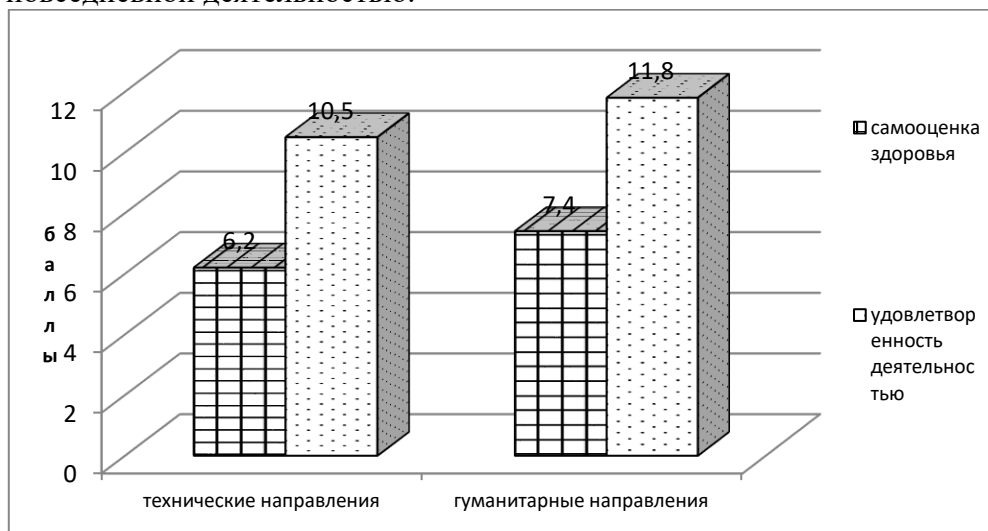
Факультеты / кол-во студ.	Моральная нормативность поведения	Коммуникативные склонности	Нервно-психическая устойчивость	Личный адаптационный потенциал
ИСФ / 108	4,8	4,6	4,6	4,1
МСФ / 65	4,8	4,0	3,5	3,3

Студенты инженерно-строительного факультета (ИСФ) демонстрируют норму по всем показателям.

Очевидно, что новые условия, сложность освоения учебного материала, связанного с будущей профессиональной деятельностью, а также необходимость вливаться в новый коллектив, усваивать принципиально новую организацию отношений в системе «преподаватель

– студент» (вступление во взрослую жизнь) ведут к снижению нервно-психической устойчивости и – как результат – низкой адаптации.

Исследование уровня выраженности субъективного благополучия (рисунок) проводилось на студентах технических направлений, указанных выше (1-й и 2-й курсы ИСФ и ПИЭ), а также гуманитарных (3-й курс факультета управления и социальных коммуникаций). Так, было установлено, что и для технических направлений, и для гуманитарных характерна умеренная самооценка здоровья, отсутствие серьезных проблем, но неудовлетворенность повседневной деятельностью.



Уровень выраженности компонентов субъективного благополучия

Общее ощущение субъективного благополучия соответствует средней степени выраженности качества. Полного эмоционального комфорта респонденты не испытывают, но и переживания острых проблем нет. Возможно, на более старших курсах студенты гуманитарного направления ощущают тревогу за будущее трудоустройство, занятость на рынке труда. Происходит оценка собственных возможностей и уровня притязаний. Идет нарастание волнений из-за возможностей удовлетворения базовых потребностей в ближайшем будущем: брак, высокий доход, положение и статус в профессиональной деятельности.

Применение корреляционного анализа позволило выявить две взаимосвязи: обратная взаимосвязь между шкалой субъективного благополучия и адаптационным потенциалом при  $r = -,167$  и  $p = ,028^*$ ; обратная взаимосвязь между шкалой удовлетворенность повседневной деятельностью и адаптационным потенциалом при  $r = -,169$  и  $p = ,026^*$ . При общих стабильных показателях по субъективному благополучию и адаптационным возможностям респондентов выявленные нами

взаимосвязи указывают на проблемные зоны. Первостепенное место здесь занимает ощущение общего субъективного благополучия (отсутствие полного эмоционального комфорта) и неудовлетворенность повседневной деятельностью (отсутствие четких интересов).

Резюмируя вышесказанное, необходимо отметить, что эффективность процесса социально-психологической адаптации студентов вуза зависит от множества факторов. Удовлетворенность различными факторами адаптационных условий (проблема жилищных условий (общежитие), самоорганизация, ответственность, самостоятельность) обеспечивает ощущение полного или неполного субъективного благополучия. Именно это выступает в качестве критерия удовлетворенности социальными, материально-бытовыми условиями и тесно связано с адаптационным поведением. Своевременная поддержка студентов на этапе вхождения в вузовскую среду посредством активизации механизмов адаптации личности (когнитивный, эмоциональный, поведенческий компоненты) дает возможность предотвратить развитие психосоматических расстройств и проявлений деструктивных форм поведения.

### **Список литературы**

1. Балашова К.Г. Опыт применения методики изучения субъективного благополучия в социологическом исследовании // Социология. 2012. № 35. С. 57–88.
2. Журавлев А.Л., Соснин В.А., Красников М.А. Социальная психология: учеб. пособие. М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2006. 416 с.
3. Костина Л.А., Миляева Л.М. Социально-психологическая адаптация студентов к обучению в медицинском вузе // Психол. науки. № 11, 2014. С. 433–437.
4. Кравченко А.И. Социальная работа. М.: ТКВелби; Проспект, 2008. 416 с.
5. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа // Уч. зап. кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. Вып. 1. С. 56–65.
6. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психол. журн. 2001. Т. 22. № 1. С. 16–24.
7. Орлова Д.Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников) // Вестн. ПГГПУ. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. 2015. № 3. С. 28–36.
8. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие. Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2006. С. 549–672.
9. Реан А.А. К проблеме социальной адаптации личности // Вестн. СПбГУ. Сер. 6. Вып. 3. 1995. № 20. С. 74–79.
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. С. 467–470
11. Хаустова А.И. Социально-психологическая адаптация // Молодой ученый. 2016. № 26 (130). С. 614–619.

**RESEARCH OF FEATURES OF ADAPTATION POTENTIAL  
AND LEVEL OF EXPRESSIVENESS OF SUBJECTIVE WELLBEING  
AT STUDENTS AT THE GRADE LEVEL  
IN HIGHER EDUCATION INSTITUTION**

**E.A. Evstifeeva, S.I. Filippchenkova, E.V. Balakshina**

Tver state technical university

The description of experience of a research of level of subjective wellbeing (scale of subjective wellbeing) and adaptation potential (a technique A.G. Maklakov's «Adaptivity», S.V. Chermyanina) at students of technical college is provided in article. Statistical analysis of the received results on the example of three faculties is carried out. Top trends in degree of expressiveness of indicators of subjective wellbeing - a health self-assessment, degree at students of technical and humanitarian orientation are defined by satisfaction with daily activity. Results of the theoretical analysis of an entity and feature of social and psychological adaptation are given in domestic psychological literature and its interrelation with new conditions of educational activity to which the student in higher education institution adapts.

**Keywords:** *adaptation, adaptation potential of the personality, educational environment, psychological maintenance, social and psychological adaptation, subjective wellbeing.*

*Об авторах:*

ЕВСТИФЕЕВА Елена Александровна – доктор философских наук, профессор, проректор по научной работе, заведующая кафедрой психологии и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22), e-mail: pif1997@mail.ru

ФИЛИППЧЕНКОВА Светлана Игоревна – доктор психологических наук, доцент, профессор, проректор кафедры психологии и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22), e-mail: sfilippchenkova@mail.ru

БАЛАКШИНА Елена Владимировна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и философии ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет» (170100, Тверь, ул. А. Никитина, 22), balakshina79@mail.ru