

УДК 378.2+371.13

DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-87-93](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-87-93)

Поступила в редакцию / Received 27.04.2021

Поступила после рецензирования и доработки / Revised 17.05.2021

Принята к публикации / Accepted 31.05.2021

оригинальная статья

Критерии и показатели адаптации студентов первого курса к образовательному процессу в вузе

Попова Евгения Николаевна

МАОУ СОШ № 1 – «Школа Сколково – Тамбов»

392024, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Цветочная/М. Мордасовой, 6/20

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3049-9386>, e-mail: popova-evgeniya1997@yandex.ru

Аннотация. Проблема адаптации современных студентов первого курса к образовательному процессу в вузе является одной из актуальных педагогических задач. Успешная адаптация в значительной степени влияет на качество получаемого образования, степень формирования личностно-профессиональных качеств, способствует развитию мотивации к самообразованию и саморазвитию. Цель исследования: обоснование критериев, показателей и уровней адаптации студентов-первокурсников к процессу обучения в вузе. Материалом для исследования стали отечественные научные источники изучения особенностей адаптационного процесса обучающихся к образовательной деятельности в высшей школе. Методы исследования: анализ и обобщение психолого-педагогической и учебно-методической литературы по теме исследования. В качестве основных критериев адаптации студентов первого курса к вузу определены адаптационный потенциал и профессионально важные качества студентов. Раскрыта сущность данных понятий, их структура и основные свойства. На основе анализа и обобщения существующих показателей реализации адаптационного потенциала сформулированы авторские показатели для определения уровня его развития. В качестве степени сформированности профессионально важных качеств студентов определены низкий, средний и высокий уровни развития эмоционального интеллекта, негативной коммуникативной установки, интеллектуальной лабильности и стрессоустойчивости.

Ключевые слова: образовательный процесс; вуз; адаптационный потенциал; студент; профессионально важные качества; критерии; показатели; диагностика

Для цитирования: Попова Е.Н. Критерии и показатели адаптации студентов первого курса к образовательному процессу в вузе // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». 2021. Т. 20. № 1 (47). С. 87-93. DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-87-93](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-87-93)

original article

Criteria and indicators associated with adaptation to the educational process of first-year students at the university

Evgeniya N. Popova

Skolkovo School – Tambov

6/20 Tsvetochnaya/M. Mordasovoy St., Tambov 392024, Russian Federation

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3049-9386>, e-mail: popova-evgeniya1997@yandex.ru

Abstract. The issue of adaptation of modern first-year students to the educational process at the university is one of the current pedagogical tasks. Successful adaptation significantly affects the quality of received education, the degree of formation of personal and professional qualities, contributes to the development of motivation, self-education, and self-development. The purpose of the research is to substantiate the criteria, indicators, and levels of adaptation of first-year students to the learning process at the university. The material for the study was the domestic scientific sources of studying the peculiarities of

the adaptation process of students to educational activities in higher education. Research methods: analysis and generalization of psychological-pedagogical and educational-methodical literature on the research topic. We determine as the main criteria for the adaptation of first-year students to the university, the adaptive potential and professionally important qualities of students, consider these concepts, their structure, and their basic properties. On the basis of the analysis and generalization of the existing indicators of the implementation of the adaptive potential, we formulate the author's indicators for determining the level of its development. The degree of formation of professionally important qualities of students are low, medium, and high levels of development of emotional intelligence, negative communicative attitude, intellectual lability, and stress tolerance.

Keywords: educational process; university; adaptation potential; student; professionally important qualities; criteria; indicators; diagnostics

For citation: Popova E.N. Kriterii i pokazateli adaptatsii studentov pervogo kursa k obrazovatel'nomu protsessu v vuze [Criteria and indicators associated with adaptation to the educational process of first-year students at the university]. *Psikhologo-pedagogicheskiy zhurnal «Gaudeamus» – Psychological-Pedagogical Journal “Gaudeamus”*, 2021, vol. 20, no. 1 (47), pp. 87-93. DOI [10.20310/1810-231X-2021-20-1\(47\)-87-93](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-87-93) (In Russian, Abstr. in Engl.)

ВВЕДЕНИЕ

Вхождение в вузовскую образовательную среду и учебный процесс для вчерашних школьников является большим эмоциональным стрессом. Большинству абитуриентов, только поступившим в высшее учебное заведение, трудно приспособиться к новой обстановке, наладить взаимоотношения с коллективом сверстников и преподавателей, усвоить учебный материал, обладающий высоким уровнем сложности, подавить в себе страх публичных выступлений. Все эти сложности развивают в студентах чувство неуверенности в себе и своих силах, боязнь контактировать с новыми людьми, порождают недоверие к окружающим. Следствием этого является негативное отношение к образовательному процессу в вузе в целом.

Следует отметить, что именно успешная адаптация студентов во многом определяет качество получаемого образования, степень формирования профессиональных качеств, желание самообразовываться и саморазвиваться. Поэтому основной задачей вуза должно быть создание образовательной среды, в которой обучающиеся будут чувствовать со стороны педагогического коллектива помощь и поддержку в процессе приспособления к новой учебной обстановке и получения личностно-профессиональных компетенций.

В общем виде вузовскую адаптацию можно рассматривать как способность человека вливаться в новое пространство, стано-

виться его частью и осознавать свое место в нем, а также выполнять установленные нормы и правила [1].

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Диагностика уровня адаптации первокурсников, а также определение ее результативности требует установления критериев и показателей адаптационного процесса и его результата. В качестве основных критериев, позволяющих определить уровень адаптации студентов первых курсов, можно выделить два:

- адаптационный потенциал;
- профессионально важные качества студентов.

В психолого-педагогической литературе существуют различные подходы к их описанию. На выбор того или иного исследовательского материала влияет направление работы, ее содержательный аспект, место проведения.

Под адаптивным потенциалом личности понимают степень приспособления организма индивида к новым условиям окружающей среды, которая выражается через систему индивидуально-психологических и личностных свойств, влияющих на эффективность адаптации. В ходе этого у студента возникает новая форма поведения, обеспечивающая более спокойное и комфортное приспособление организма к новым условиям проживания [2].

Согласно А.Г. Маклакову, адаптивный потенциал – это характеристика, опреде-

ляющая уровень зрелости индивида, отражающая способности студента преодолевать возникающие трудности, а также степень прилагаемых для этого усилий. Само понятие «потенциал» можно рассматривать как психологический феномен, который формирует у человека мотивы и способности к осуществлению дальнейших действий [3].

В своих исследованиях В.А. Чернобай выделяет две группы показателей развития адаптационного потенциала: объективные и субъективные.

К объективным показателям он относит:

- успешность деятельности (успеваемость, участие в социокультурной деятельности вуза, научно-исследовательская работа);
- место, занимаемое в ученическом коллективе и степень влияния на мнение окружающих людей;
- стабильность в процессе учебы физиологических особенностей организма (стабильный эмоциональный фон, отсутствие переутомляемости, стрессоустойчивость) [4].

В качестве субъективных показателей им выделяются:

- удовлетворенность разными сферами нового образа жизни (студенческое сообщество, различные виды деятельности, обстановка);
- позитивный подход к учебной и внеурочной деятельности, стремление к самореализации и самосовершенствованию (желание учиться и добывать новые знания (как при помощи преподавателя, так и самостоятельно), осуществлять оценку и анализ своих действий, контролировать свои чувства и эмоции) [4].

В свою очередь, А.Г. Маклаков в качестве основных критериев сформированности адаптационного потенциала выделял следующие характеристики:

- 1) нервно-психическая устойчивость, которая определяет реакцию человека на стрессовые ситуации;
- 2) самооценка себя и своих качеств и способностей, формирующая способность к саморегуляции своих действий, умение объективно оценивать сложившуюся ситуацию и свои возможности;
- 3) ощущение помощи и поддержки со стороны окружающих, определяющее важность данной персоны в социуме;

4) степень участия в конфликтных ситуациях, варианты организации взаимоотношений с другими людьми [3].

Анализируя ранее описанный материал, можно выделить следующие показатели уровня сформированности адаптационного потенциала студентов первых курсов (табл. 1).

Рассмотрев понятие «адаптационный потенциал», можно прийти к выводу, что уровень его развития является одним из основных критериев адаптации студентов к образовательной среде вуза, так как именно это определяет степень приспособления организма индивида к новым условиям окружающей среды и тем самым оказывает большое влияние на психическое и социальное становление индивида.

Профессионально важные качества личности (ПВК) – это свойства, позволяющие человеку осуществлять свою профессиональную деятельность на высоком уровне. Недостаточное развитие данных качеств или их отсутствие способствует осуществлению неправильных действий в процессе обучения, что приводит к уменьшению результативности будущей профессиональной деятельности.

По мнению Н.П. Гусаровой, ПВК можно рассматривать как психические и психомоторные свойства личности, претерпевающие постоянные изменения, и физические способности, необходимые для интересующей его профессии и влияющие на успешность ее освоения [5].

Получается, с одной стороны, ПВК «подталкивают» человека к выбору той или иной профессиональной деятельности, в результате освоения которой они развиваются, обновляются и создают условия для успешного осуществления профессиональной деятельности, а с другой стороны – помогают студентам адаптироваться к новым условиям обучения.

В своих работах Е.М. Иванова описывает внутреннюю структуру профессионально важных качеств, включая в нее:

- личностные особенности (степень самостоятельности, смелости, чувственности, тревожности, самоконтроля);
- психофизиологические характеристики (темперамент, особенности нервной системы);

Таблица 1

Показатели уровня сформированности адаптационного потенциала студентов первых курсов
Table 1
Indicators of formation level of adaptation potential of first-year students

| Уровни Levels | Показатели Indicators |
|---|---|
| <p>Высокий уровень развития адаптационного потенциала High formation level of adaptation potential</p> | <p>развитые адаптивные способности и адаптация; высокая нервно-психическая устойчивость; развитые коммуникативные особенности; высокая моральная нормативность; развитое самопринятие и принятие других; высокий эмоциональный комфорт и интернальность developed adaptive capacity and adaptation; high neuropsychiatric stability; developed communication skills; high moral normativity; developed self-acceptance and acceptance of others; high level of emotional comfort and internality</p> |
| <p>Средний уровень развития адаптационного потенциала Average formation level of adaptation potential</p> | <p>достаточные адаптивные способности и адаптация; средняя нервно-психическая устойчивость; развитые коммуникативные особенности; достаточная моральная нормативность; среднее самопринятие и принятие других; достаточный уровень эмоционального комфорта и интернальности sufficient adaptive capacity and adaptation; average neuropsychiatric stability; developed communication skills; sufficient moral normativity; average self-acceptance and acceptance of others; sufficient level of emotional comfort and internality</p> |
| <p>Низкий уровень развития адаптационного потенциала Low formation level of adaptation potential</p> | <p>низкие адаптивные способности и адаптация; низкая нервно-психическая устойчивость; недостаточно развитые коммуникативные особенности; низкая моральная нормативность; неразвитое самопринятие и принятие других; низкий эмоциональный комфорт и интернальность; высокая потребность к доминированию low adaptive capacity and adaptation; low neuropsychiatric stability; insufficiently developed communication features; low moral normativity; undeveloped self-acceptance and acceptance of others; low emotional comfort and internality; high need for dominance</p> |

– индивидуальные характеристики процессов психики (мышление, воображение, внимание, память);

– анатомо-морфологические особенности индивида (строение костей, основание черепа и т. п.) [6].

В.А. Бодров в своих исследованиях в качестве ПВК выделяет следующее:

– отношения индивида к самому себе, окружающим его людям, выполняемой работе;

– психические процессы (память, воображение, мышление и т. п.);

– психические состояния (стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, концен-

трированность на выполняемом задании, удовлетворение результатом работы, стремление к выполнению новой деятельности и т. д.);

– багаж теоретических и практических знаний, умений и навыков;

– развитие регулятивных, коммуникативных, познавательных, прогностических, конструктивных, организаторских способностей [7].

Е.А. Климов в качестве ПВК студентов определяет такие параметры, как:

– нормативность поведения, моральные установки человека по отношению к другим людям;

Таблица 2

Показатели уровня сформированности профессионально важных качеств студентов первых курсов

Table 2

Indicators of formation level of professionally important qualities of first-year students

| Уровни Levels | Показатели Indicators |
|---|---|
| Высокий уровень развития эмоционального интеллекта High level of emotional intelligence development | высокоразвитая эмоциональная осведомленность, способность распознавать эмоции других людей, управлять своими эмоциями, самомотивировать себя, эмпатически воспринимать окружающих highly developed emotional awareness, ability to recognize emotions of others, manage your emotions, self-motivate yourself, empathically perceive others |
| Средний уровень развития эмоционального интеллекта Medium level of emotional intelligence development | эмоциональная осведомленность развита на достаточном уровне, распознавание собственных эмоций и эмоций окружающих происходит верно, но требует усилий, управление собственными эмоциями и самомотивация основаны на самоконтроле, эмпатическое восприятие избирательно emotional awareness at a sufficient level, recognizing your own emotions and those of others occurs correctly, but requires effort, managing your own emotions and self-motivation on basis of self-control, empathic perception is selective |
| Низкий уровень развития эмоционального интеллекта Low level of emotional intelligence development | эмоциональная осведомленность, распознавание собственных эмоций и эмоций окружающих развиты недостаточно, управление собственными эмоциями и самомотивация не сформированы, эмпатия не развита emotional awareness, recognition of one's own emotions and those of others are not sufficiently developed, management of one's own emotions and self-motivation are not formed, empathy is not developed |
| Высокий уровень развития негативной коммуникативной установки High level of negative communication attitude development | развита склонность как к завуалированной, так и к открытой жестокости по отношению к людям, негативизм в суждении о них, частое брюзжание и преобладание негативного личного опыта взаимодействия developed tendency to both veiled and open cruelty towards people, negativism in judging them, frequent grumbling and predominance of negative personal experience of interaction |
| Средний уровень развития негативной коммуникативной установки Average level of negative communication attitude development | обоснованный негативизм в суждениях о людях, склонность делать обобщения негативного рода о людях, разнообразный личный опыт взаимодействия с людьми reasonable negativism in judgments about people, tendency to make negative generalizations about people, diverse personal experience of interacting with people |
| Низкий уровень развития негативной коммуникативной установки Low level of negative communication attitude development | отсутствие признаков как завуалированной, так и открытой жестокости по отношению к людям, негативизма в суждениях, брюзжания, преобладание позитивного личного опыта взаимодействия с людьми absence of signs as veiled and open violence against the people of negativity in thinking, prevalence of a positive personal experience of interaction with people |
| Высокий уровень интеллектуальной лабильности High level of intelligent lability | высокая успешность в учебной деятельности, отсутствие сложностей в усвоении нового материала high success rate in training activities, absence of difficulties in learning new material |
| Средний уровень интеллектуальной лабильности Average level of intelligent lability | достаточная успешность в учебной деятельности, встречаются сложности в усвоении нового материала adequate success in training activities, difficulties in learning new material |
| Низкий уровень интеллектуальной лабильности Low level of intelligent lability | низкая успешность в учебной деятельности и познании нового, трудности в переобучении low success in training activities and knowledge of the new, challenges in retraining |
| Высокий уровень стрессоустойчивости High level of stress tolerance | развитая устойчивость к стрессам positive stress tolerance |
| Средний уровень стрессоустойчивости Average level of stress tolerance | нормальная устойчивость к стрессам normal stress tolerance |
| Низкий уровень стрессоустойчивости Low level of stress tolerance | неразвитая устойчивость к стрессам poor stress tolerance |

- позиция к трудовой деятельности, заинтересованность в ее выполнении;
- личностные особенности человека (физическое здоровье, стойкость; интеллектуальные способности, навыки самоконтроля и самоорганизации, активность, предприимчивость);
- степень сформированности способностей, необходимых для выбранной профессии;
- жизненный опыт, привычки, знания, умения и навыки [8].

Анализируя ранее описанный материал, можно выделить несколько показателей уровня сформированности профессиональных качеств студентов первых курсов (табл. 2).

Таким образом, можно сделать вывод, что развитие ПВК студентов можно рассматривать как формирование их личностных и профес-

сиональных свойств, сформированность которых способствуют успешному протеканию процесса адаптации обучающихся к новой образовательной среде, улучшению профессиональной подготовки и, как следствие, реализации удачной профессиональной карьеры.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Для успешного протекания адаптационного процесса студентов нужно осуществлять контроль за данным явлением. Для этого надо выделить критерии и показатели адаптации студентов первого курса к образовательному процессу вуза. В качестве основных можно выделить два критерия: адаптационный потенциал и профессионально важные качества студентов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шаршов И.А., Королева А.В., Прокудин Ю.П. Проблемные аспекты личностно-профессиональной адаптации студентов вуза // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2019. Т. 24. № 182. С. 7-13. DOI [10.20310/1810-0201-2019-24-182-7-13](https://doi.org/10.20310/1810-0201-2019-24-182-7-13).
2. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. 2008. № 1. С. 67-73.
3. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2011. Т. 22. № 1. С. 16-24.
4. Чернобай В.А. Социальная психология. Ростов н/Д.: Феникс, 2004. 252 с.
5. Гусарова Н.П. Строим эффективную адаптацию // Отдел кадров. 2009. № 1. С. 107-111.
6. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности. М.: ПЕР СЭ, 2011. 336 с.
7. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности. М.: ПЕР СЭ, 2001. 511 с.
8. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Изд. центр «Академия», 2010. 24 с.

REFERENCES

1. Sharshov I.A., Koroleva A.V., Prokudin Y.P. Problemnyye aspekty lichnostnoprofessional'noy adaptatsii studentov vuza [Problematic aspects of personal and professional adaptation of university]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2019, vol. 24, no. 182, pp. 7-13. (In Russian). DOI [10.20310/1810-0201-2019-24-182-7-13](https://doi.org/10.20310/1810-0201-2019-24-182-7-13).
2. Bogomolov A.M. Lichnostnyy adaptatsionnyy potentsial v kontekste sistemnogo analiza [Individual adaptive potential in the context of system analysis]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie – Psychological Science and Education*, 2008, no. 1, pp. 67-73. (In Russian).
3. Maklakov A.G. Lichnostnyy adaptatsionnyy potentsial: ego mobilizatsiya i prognozirovanie v ekstremal'nykh usloviyakh [Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions]. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, 2011, vol. 22, no. 1, pp. 16-24. (In Russian).
4. Chernobay V.A. *Sotsial'naya psikhologiya* [Social Psychology]. Rostov-on-Don, Feniks Publ., 2004, 252 p. (In Russian).
5. Gusarova N.P. Stroim effektivnuyu adaptatsiyu [Building an effective adaptation]. *Otdel kadrov – HR Department*, 2009, no. 1, pp. 107-111. (In Russian).
6. Ivanova E.M. *Psikhologiya professional'noy deyatel'nosti* [Psychology of Professional Activity]. Moscow, PER SE Publ., 2011, 336 p. (In Russian).
7. Bodrov V.A. *Psikhologiya professional'noy prigodnosti* [Psychology of Professional Suitability]. Moscow, PER SE Publ., 2001, 511 p. (In Russian).
8. Klimov E.A. *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of Professional Self-Determination]. Moscow, "Akademiya" Publ. Center, 2010, 24 p. (In Russian).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Попова Евгения Николаевна – учитель начальных классов. Школа Сколково – Тамбов, г. Тамбов, Российская Федерация.

E-mail: popova-evgeniya1997@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3049-9386>

Вклад в статью: идея статьи, анализ и обобщение литературы, написание текста.

Evgeniya N. Popova – Primary School Teacher. Skolkovo School – Tambov, Tambov, Russian Federation.

E-mail: popova-evgeniya1997@yandex.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3049-9386>

Contribution: idea of the article, analysis and generalization of literature, writing the text.