

# ОПУБЛИКОВАТЬ СТАТЬЮ

в изданиях НИЦ "Социосфера"



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## СОЦИОСФЕРА

- *Российский научный журнал*
- *ISSN 2078-7081*
- *РИНЦ*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным наукам*

## PARADIGMATA POZNÁNÍ

- *Чешский научный журнал*
- *ISSN 2336-2642*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным, техническим и естественно-научным дисциплинам*

[ПОДРОБНЕЕ](#)



## СБОРНИКИ КОНФЕРЕНЦИЙ

- *Широкий спектр тем международных конференций*
- *Издание сборника в Праге*
- *Публикуются материалы по информатике, истории, культурологии, медицине, педагогике, политологии, праву, психологии, религиоведению, социологии, технике, филологии, философии, экологии, экономике*



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## VI. THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSON AND SOCIETY IN THE CONTEXT OF GLOBALIZATION



### АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

А. Н. Грецкая

*Студентка<sup>1</sup>,  
Алтайский государственный  
педагогический университет,  
г. Барнаул, Алтайский край, Россия*

---

**Summary.** The article provides approaches to understanding student adaptation. The psychological aspect of adaptation is noted. The results of the study "Adaptation of 1st year students to study at AltSPU ПТІФМО".

**Keywords:** adaptation, adaptability, tutor, curator.

---

Успешная адаптация студента к обучению в вузе, независимо от специальности и специализации, является залогом успешного освоения им учебной программы. Адаптационный этап является важным и необходимым звеном в подготовке эффективного специалиста. Студент, уверенно чувствующий себя в новой социальной среде, освоивший новую социальную роль «студента вуза» и с успехом ее исполняющий, имеет большие шансы на успешное освоение теоретического и практического материала.

А. Якунин определяет адаптацию как процесс взаимодействия человека и окружающей среды, в результате которого у человека появляются модели и стратегии поведения, адекватные меняющимся в этой среде условиям [1]. А мы, в свою очередь, считаем оправданным применение его трактовки понятия «адаптация» к образовательному процессу. А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов определяют адаптацию как процесс и результат внутренних изменений, внешнего активного приспособления и самозменения индивида к новым условиям существования [3]. И эта трактовка принимается нами как базовая для нашего исследования.

В психолого-педагогической науке и практике существует множество подходов к пониманию адаптации студента. Нам близка позиция Гришанова А. К. и Цуркан В. Д. Под адаптацией студента они понимают процесс приведения основных параметров его социальных и личностных характеристик в соответствие, в состояние динамического равновесия с новыми реалиями вузовской среды. Вузовская среда является в данном случае новым, внешним фактором. Соответственно, базовое содержание процесса адаптации студентов младших курсов – это формирование прин-

---

<sup>1</sup> Научный руководитель: Л. М. Бронникова, кандидат педагогических наук, доцент.

ципиально нового отношения к профессии, усвоение иных форм ученой деятельности, оценок, способов и приёмов, методов и средств самостоятельной работы. Приспособление к системе требований вуза, принципиальной иной системе подачи теоретического и практического материала, к новому коллективу, к организации собственного быта, к новым формам использования свободного времени.

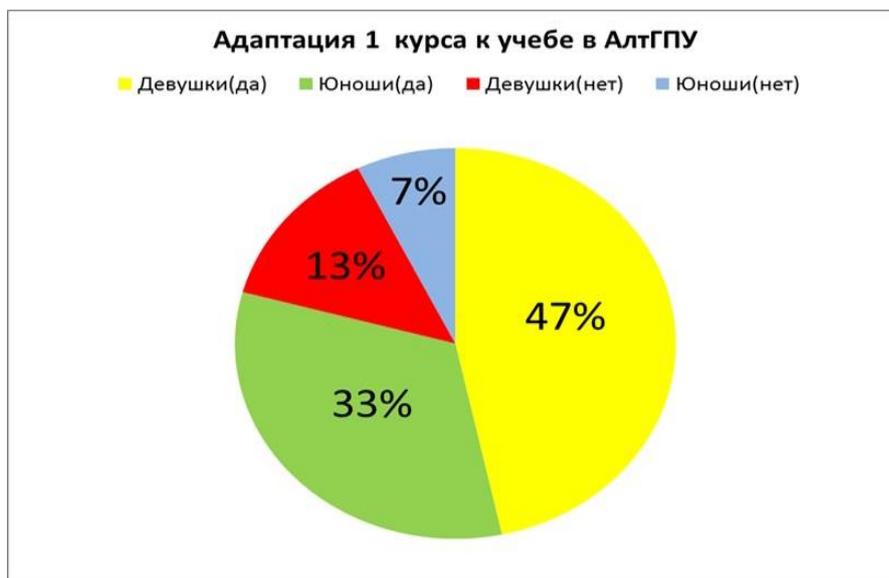
Бесспорно, что способность успешно адаптироваться влияет на качество усвоения теоретической и практической информации. Чем лучше в качественном и количественном понимании студент адаптируется, тем более глубоко и прочно усваиваются знания

Итак, адаптация в широком смысле понимается как приспособление к окружающим условиям. И проходит на трех основных уровнях: физиологическом, психологическом и социальном [3]. Биологический уровень, включает в себя приспособление к постоянным и изменяющимся условиям среды: температуре, давлению, освещенности, влажности, а также к изменениям в организме: заболеванию, изменениям в организме, ограничению каких-либо функций. Этот уровень актуален как для человека, так и для животных.

Психологический аспект адаптации состоит в приспособлении личности к существованию в соответствии с требованиями общества и собственными потребностями и интересами. Он сродни социализации и нередко подменяется этим понятием. Социальная адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества [4]. Рассматривая адаптацию с этих сторон необходимо ответить, что немаловажным фактором успешности адаптации является субъективное ощущение студента адаптированным к ситуации, вызывающее состояние психологического комфорта или дискомфорта, соответственно. В связи с этим возникает необходимость анализа критериев, по которым студенты делают выводы о собственной адаптации в вузе, и выделения приоритетных параметров оценки.

Для выяснения того как оценивают студенты-первокурсники ИИТФМО свою адаптированность, мы провели опрос и получили следующие результаты ответа на вопрос: «Как вы считаете, сумели ли вы адаптироваться к учёбе в вузе?» В опросе приняли участие 136 человек.

На рисунке 1 мы можем увидеть результаты. Более 50 % (70 человек) опрошенных студентов считают себя адаптированными к обучению в вузе.



*Рис. 1. Адаптация студентов 1 курса к учебе в АлтГПУ ИИТИФМО*

Но надо учитывать, что студенты первого курса не имеют основ психолого-педагогических знаний и не могут в полной мере адекватно оценить качество собственной адаптации через оценку различных её сторон. Следовательно, мы решили уточнить смысл, который студенты вкладывают в понятие «адаптация». И задали уточняющий вопрос, требующий открытого, развёрнутого ответа.

Среди ответов самые популярные были связаны:

- с хорошим отношением с группой и с преподавателями, которые доброжелательно относятся к студентам (более 80 % опрошенных (108 человек));
- нравится университет, в котором они обучаются (более 45 % опрошенных (60 человек)).
- Но так же и были те, кто не сумел адаптироваться к новой жизни и назвали следующие причины:
- очень сложное расписание (более 20 % опрошенных (27 человек));
- тяжело даются гуманитарные предметы (менее 11 % опрошенных (15 человек));
- сложно с незнакомыми людьми (более 26 % (35 человек));
- тяжело привыкнуть к новому режиму (менее 18% (25 человек)).

Таким образом, под адаптацией студенты понимают «физическое привыкание» к новому для них режиму и наличие положительных эмоций от общения. Обратим внимание на то, что адаптированные студенты имеют в виду социальный и психологический аспекты, а неадаптированные: физиологическую перестройку на новый режим.

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод о том, что студенты, говоря об адаптации, имеют в виду социальный и психологический её уровни, и соотносят именно с этими параметрами свою адаптационную успешность. А биологическая адаптация, соответственно, протекает

более «гладко», чем психологическая. Этот момент необходимо учитывать при выстраивании системы сопровождения адаптации студентов к обучению. В данный момент институт наставничества и тьюторства способствует адаптации и сопровождает её. Очень важную роль играют тьютор и куратор – это люди, которые помогают студенту адаптироваться в университете, наладить общение с другими студентами, решают вопросы, которые на данный период обучения сложны для первокурсника. Все эти условия создаются для того, чтобы облегчить адаптацию студента. Однако мы считаем необходимым усиление социальной и психологической адаптации путём включения тренингов и деловых игр в систему сопровождения адаптации студентов. Разработка практического материала в этом направлении является дальнейшей перспективой нашей работы.

### Библиографический список

1. Большой психологический словарь. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК. Под ред. Б. Г. Мещерякова, акад. В. П. Зинченко. 2003.
2. Гришанов, Л. К., Цуркан, В.Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов / Л.К. Гришанов, В. Д. Цурканов // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в вузе. – Кишинев, 1990 – С. 29-41.
3. Сергеева С. В., Воскресасенко О. А. Основные направления педагогического сопровождения адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу вуза. – Серия: Гуманитарные науки –2008.-№ 3
4. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности. Анализ, теория, практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: Прайм

## ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ГИБРИДНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЛЮДЕЙ В УНИВЕРСИТЕТСКОЙ СРЕДЕ

Т. А. Лобаева

*Кандидат биологических наук, доцент  
МИ РУДН,  
г. Москва, Россия*

---

**Summary.** This article examines the influence of color as a powerful factor capable of influencing the psychoemotional sphere of a person and the manifestation of psychosomatic diseases. The authors have developed new medical-psychological and pedagogical algorithms for the use of color, visual images and fine motor skills on the psychophysical state of a person.

**Keywords:** psychoemotional state; emotional intelligence; stress; eustress; distress; coloristics; color; art therapy; art pedagogy; art; psychosomatic diseases; artistic and aesthetic images.

---

### Введение.

С древних времен, цвет как явление являлся источником восхищения, удивления и загадок для человека, своеобразным ресурсом для преобразования и исцеления. Древние египтяне, например, имели отдельные ком-

## СРОЧНОЕ ИЗДАНИЕ МОНОГРАФИЙ И ДРУГИХ КНИГ



*Два места издания Чехия или Россия.  
В выходных данных издания  
будет значиться*

**Прага: Vědecko vydavatelské  
centrum "Sociosféra-CZ"**

*или*

**Пенза: Научно-издательский  
центр "Социосфера"**

## РАССЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

- Корректурa текста
- Изготовление оригинал-макета
- Дизайн обложки
- Присвоение ISBN



## У НАС ДЕШЕВЛЕ

- Печать тиража в типографии
- Обязательная рассылка
- Отсудка тиража автору