

УДК: 159.9

DOI: 10.25629/НС.2022.05.24

СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Дремлюга М.Н., Дремлюга Н.В., Елисеева Т.А., Хрыпова Т.И.

Московский авиационный институт (национальный исследовательский университет)

Аннотация. Представлены результаты исследования проблемы социальной адаптации студентов 1 курса перед началом обучения в вузе. В исследовании приняли участие 100 студентов по 25 из 4 институтов Московского авиационного института. В процессе учебной дисциплины «Физическая культура» в начале учебного года было проведено исследование уровня социальной адаптации студентов при помощи трех методик исследования. Установлено, что у студентов двух институтов показатели социальной адаптации выше, чем у двух других. В целом по всем 100 студентам МАИ результаты социальной адаптации низкого уровня. На основе полученных результатов преподавателями физической культуры МАИ будут разработаны рекомендации по созданию педагогических условий в процессе занятий в рамках дисциплины «Физическая культура», способствующих дальнейшему благоприятному течению социальной адаптации обучающихся к условиям и среде высшего учебного заведения.

Ключевые слова. Адаптация, социальная адаптация, студенты вузов, методики диагностики социальной адаптации.

Введение в проблему

Актуальность предпринятого нами исследования обусловлена необходимостью использования, для успешной адаптации обучающихся, только приступивших к обучению в вузе, всех имеющихся у вуза возможных средств. По мнению многочисленных авторов, средства физического воспитания и спорта прекрасно подходят для решения задач по адаптации студентов к среде высшего учебного заведения.

Таким образом целью первого этапа заявленного исследования стало изучение уровня социальной адаптации обучающихся 1 курса.

Задачи исследования: 1. Подобрать методики для исследования уровня социальной адаптации.

2. Изучить уровень социальной адаптации обучающихся 1 курса МАИ в начале учебного года.

Для решения поставленных задач нами применялись следующие методики исследования: «Адаптированность студентов в вузе» совместно разработанная учеными Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крыловой [1]; «Многоуровневый личностный опросник» (МЛО) по шкале «адаптивность», представленные психологами А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным [2]; «Диагностика социально-психологической адаптации, апробированные и описанные К. Роджерсом и Р. Даймонд [3].

Результаты исследования

В начале 2021-22 учебного года в сентябре месяце нами была проведена диагностика уровня социальной адаптации (далее по тексту СА) обучающихся первого курса МАИ. Для этого нами были взяты 4, случайных группы студентов из разных институтов (факультетов) МАИ, в составе которых 25 человек. Общее число респондентов составило 100 человек в возрасте от 16 до 18 лет.

Итак, представим результаты, полученные нами по первой методике [1]. Первичные баллы, полученные в ходе тестирования, были сведены в таблицы, обработаны с помощью средств

программы Excel, рассчитаны средние баллы по каждой из шкал методики. Средние результаты представлены в таблицах 1 и 2.

Таким образом, мы видим из таблицы 1, что, в среднем, результаты, свидетельствующие об адаптированности обучающихся к учебной группе выше среди студентов группы 1 и 3, чем в группах 2 и 4. Данные результаты позволяют нам сделать вывод о том, что этот показатель СА среди студентов всех четырех групп находится на низком уровне.

Таблица 1 – Среднегрупповые результаты по адаптированности к «УГ», полученные в ходе опроса обучающихся (в баллах)

Номер группы	Средний балл
группа №1	12,91
группа №2	6,94
группа №3	11,97
группа №4	6,66

Что касается цифр, заявленных в таблице 2, то в отношении результатов по адаптированности обучающихся в целом в вузе, прослеживается та же, отмеченная выше тенденция, результаты выше среди студентов группы 1 и 3, чем в группах 2 и 4.

Таблица 2 – Среднегрупповые результаты адаптированности респондентов к УД (в баллах)

Номер группы	Средний балл
группа №1	11,98
группа №2	6,68
группа №3	10,46
группа №4	5,96

Особенно эта динамика станет заметной, если посмотреть на эти же результаты, только представленные в виде рисунка 1, на котором отражены результаты, отраженные в таблице 1 и 2.

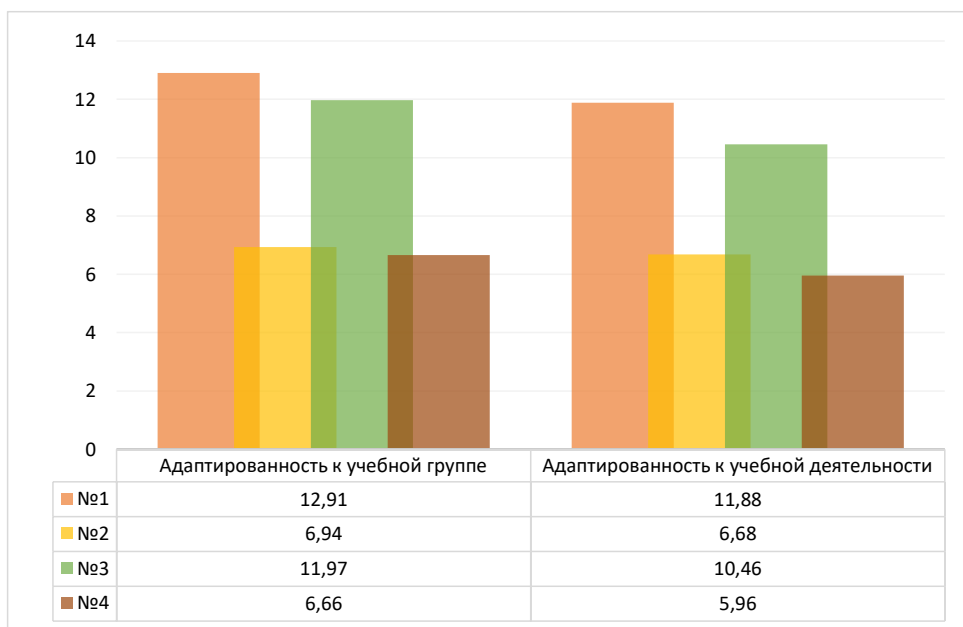


Рисунок 1 – Средние баллы адаптированности обучающихся по двум шкалам УГ и УД

Далее считаем важным проанализировать итоговые результаты диагностики по указанной ранее методике [1]. Они отражены в гистограмме, изображённой на рисунке 2. Для удобства в гистограмме были приняты следующие сокращения: УГ – адаптированность к учебной группе, УД – адаптированность к учебной деятельности. Проанализирует более детально полученные результаты.

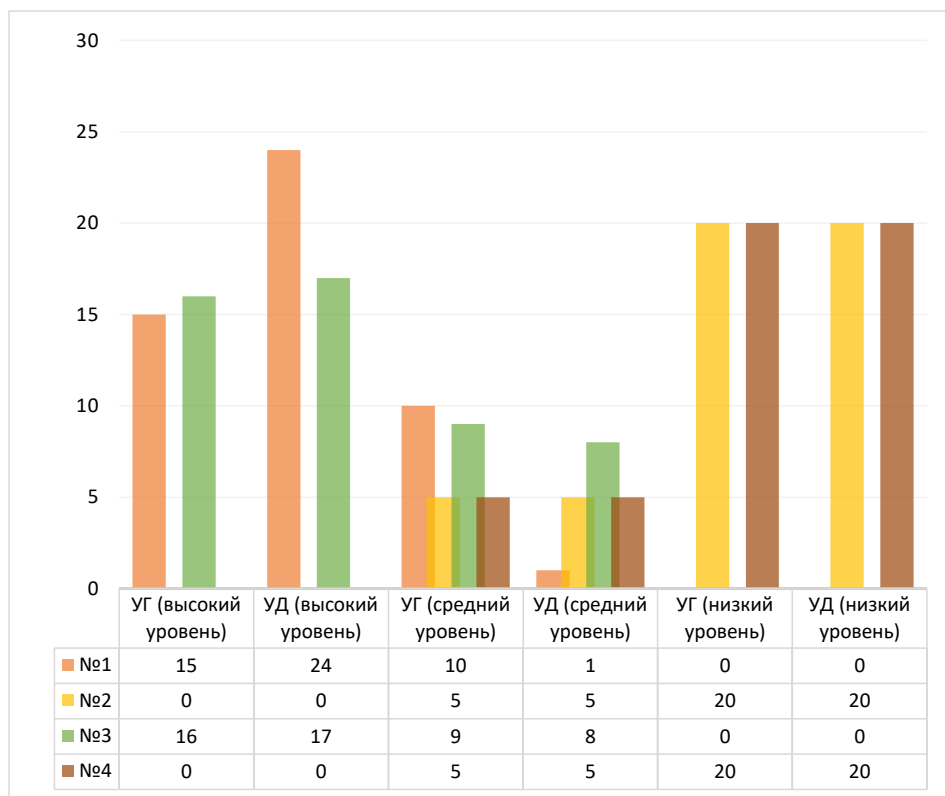


Рисунок 2 – Распределение результатов обучающихся, по шкалам УГ и УД, по уровням (от высокого до низкого)

Высокий уровень оценки в баллах по шкале адаптированности к УГ подтверждают то, что обучающиеся чувствуют себя в учебной группе студентов достаточно комфортно, быстро входят в контакт с одногруппниками, соблюдают утвержденные в группе нормы и правила поведения.

В случае крайней необходимости в подобной ситуации обучающийся может попросить у одногруппников помощь, а также горазд на проявление творческой инициативы и энергичности в студенческой учебной группе. Однокурсники также принимают и поддерживают его взгляды и интересы. Общее число студентов с высокими показателями адаптированности УГ составляет 26 человек из 100.

Показатели адаптированности к УГ низкого уровня говорят о том, что обучающийся испытывает серьезные трудности в процессе общения в студенческой учебной группе.

В такой ситуации обучающийся как бы находится в стороне, не старается проявлять инициативу в отношении. Ему также очень сложно находить общий язык с одногруппниками, он практически целиком не принимает групповые нормы и правила, не находит понимания и поддержки своих взглядов на многие обсуждаемые в группе вопросы, никогда не обращается за помощью к однокурсникам и одногруппникам. Общее количество обучающихся с низкими показателями адаптированности к УГ составляет 40 человек из 100.

Говоря о средних показателях адаптированности к УГ, то количество их такое 29 студентов из 100.

Высокие показатели по шкале адаптированности к УД (установлены у 41 человека из 100) говорят о том, что обучающийся легко справляется с освоением изучаемых учебных предметов, успешно и в кратчайшие сроки делает учебные задания; в случае необходимости обращается за помощью к преподавателю, свободно высказывает свою точку зрения, проявляет свои персональные способности во время занятий.

Самые не высокие, низкие результаты по шкале адаптированности к УД (столько же 40 студентов из 100, участвующих в исследовании) мы объясняем тем, что обучающийся с большими усилиями постигает в рамках учебных предметов изучаемый материал и с трудом справляется с выполнением учебных заданий; он не может выступать с сообщениями на семинарских и практических занятиях, высказывать и отстаивать свою точку зрения и мысли.

В случае возникновения острой необходимости такой обучающийся не сможет обратиться с вопросом к преподавателю. В процессе изучения отдельных предметов ему необходима помощь со стороны преподавателя, его дополнительное время и консультирование. Такой студент скрывает свою индивидуальность, и не проявляет способности во время занятий в вузе.

Результаты среднего уровня адаптированности к УД, полученные по первой методике, нами выявлены у 19 обучающихся из 100 человек.

Итак, подводя итог по результатам первой методики диагностики СА мы можем, сделать заключение о том, что результаты адаптированности к УГ и УД у большинства студентов являются средними и низкими. При этом показатели СА выше в группе 1 и 3, чем в 2 и 4.

Далее проанализируем результаты, полученные нами по методике МЛЮ, шкале, соответствующей нашему исследованию, А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина. Первичные баллы, полученные в начале исследования, были представлены в таблицы. На основании этих данных с помощью средств программы Excel были рассчитаны средние баллы по каждой из шкал методики. Они представлены в таблице 3.

В таблице были приняты следующие сокращения для обозначений шкал: ЛАП – личностный адаптивный потенциал; НПУ – нервно-психическая устойчивость; КС – коммуникативные особенности; МН – моральная нормативность.

Таблица 3 – Средние баллы, полученные в ходе диагностики обучающихся по вышеуказанной методике

	ЛАП	НПУ	КС	МН
группа №1	6,29	7,46	6,88	6,52
группа №2	4,69	4,44	4,24	4,02
группа №3	6,98	7,14	5,92	8,06
группа №4	4,43	3,69	4	4,04

Таким образом, анализ средних значений позволил выявить, что показатели личностного адаптационного потенциала выше в группах 1 и 3. Что касается средних значений остальных шкал, то мы заключаем следующее: показатели нервно-психической устойчивости (НПУ), показатели коммуникативных особенностей (КС); показатели моральной нормативности (МН) выше в группах 1 и 3, по сравнению с группами 2 и 4. Сравнительный анализ средних значений между четырьмя выборками даёт сформулировать умозаключение о том, что показатели каждой из шкал выше в группах 1 и 3. Средние показатели также представлены в гистограмме на рисунке 3.

Проведём анализ итоговых результатов по используемой методике. Они представлены в гистограмме на рисунке 4.

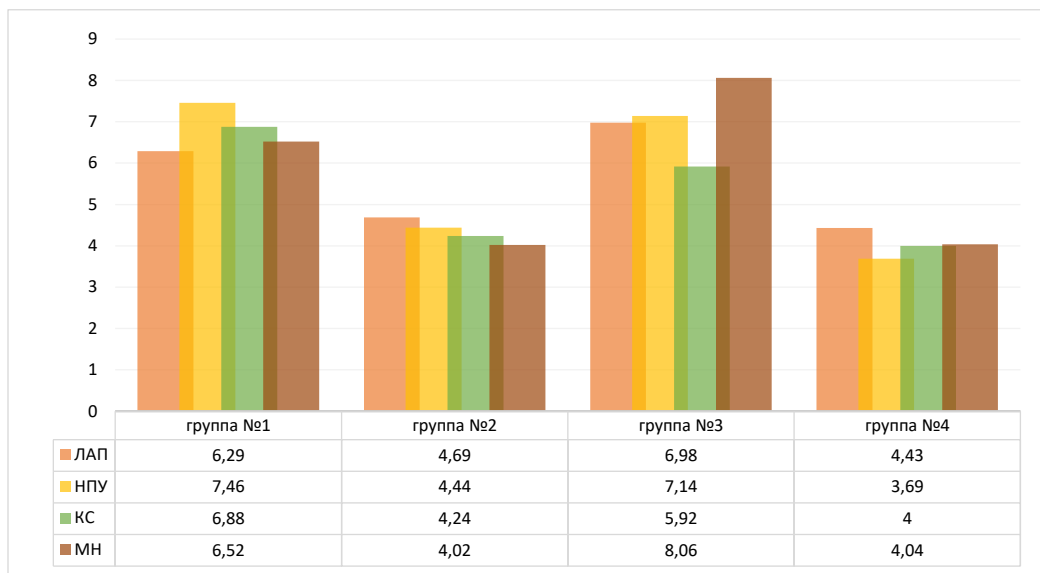


Рисунок 3 – Среднегрупповые результаты адаптированности студентов по шкалам ЛАП; НПУ; КС; МН (в баллах).

Итак, проанализируем результаты по каждой из полученных шкал. Сначала проведём интерпретацию показателей шкалы «личностный адаптационный потенциал».

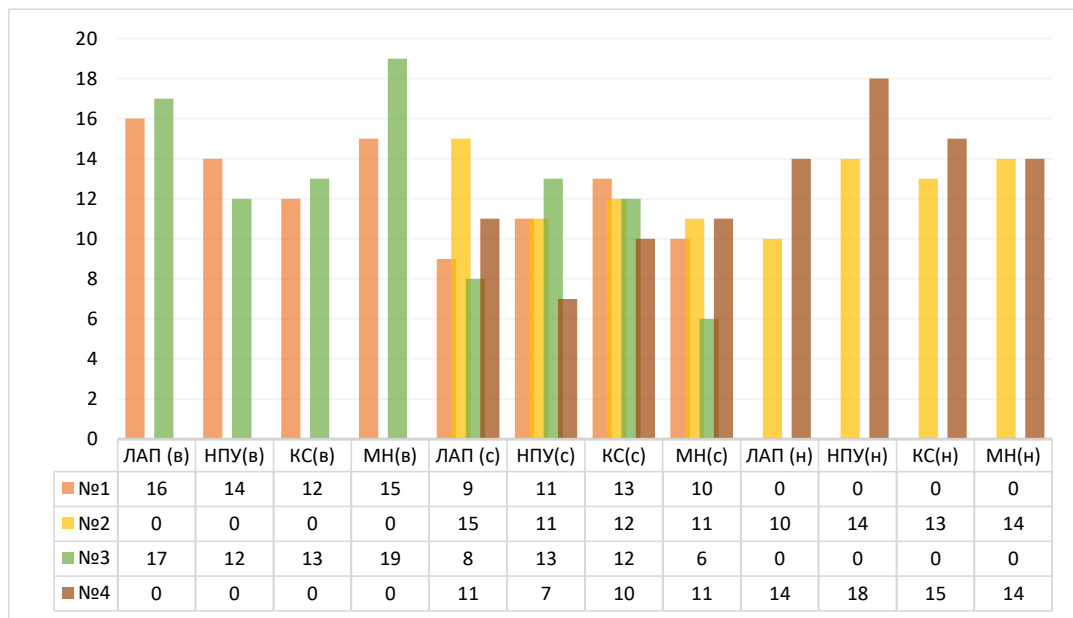


Рисунок 4 – Результаты диагностики по шкале адаптивность А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Студенты, чьи показатели по шкале ЛАП располагаются в интервале от 5 до 10 стенов, попадают в группу нормальной или другими словами высокой степени адаптации.

Обучающиеся, с результатами подобного уровня, как правило быстро и легко адаптируются к любым и как правило новым условиям жизни и деятельности, быстро входят в новый

коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, стремительно подбирают стратегию своих действий и поступков. Чаще всего, такие студенты не конфликтны, наделены от природы высокой степенью эмоциональной устойчивости. Общее число студентов данной категории составляет 33 человека из 100.

Студенты, чьи показатели по шкале ЛАП попали в интервал от 3 до 4 стенов, входят в число лиц с удовлетворительной адаптацией. Большинству которых присущи признаки разных акцентуаций, в обычных условиях именно они несколько компенсированы и проявляются в условиях смены вида деятельности.

Внешние условия среды как раз и являются определяющими в успехе адаптации. Эти студенты, в большинстве своем, являются носителями невысокой психоэмоциональной устойчивости. У них могут периодически случаться асоциальные срывы, приступы агрессии и очень часто конфликты. Количество студентов, попадающих в эту категорию равно 43-м из 100.

Студенты, имеющие по шкале ЛАП результат в пределах от 1 до 2 стенов, относятся к группе людей с низким уровнем адаптации. Лица, по результатам оказавшиеся в этой группе проявляют признаки реальных акцентуаций черт характера и отдельными признаками психопатий. У таких людей часто происходят нервно-психические срывы. Группа лиц, относящихся к этой категории, имеют низкий уровень нервно-психической устойчивостью, часто становятся инициаторами конфликтов, могут проявлять асоциальные поступки. Общее число студентов данной категории составляет 24 человека из 100.

Далее проанализируем результаты шкалы «НПУ».

Результаты от 1 до 3 стенов свидетельствуют о низком уровне регуляции поведения, приводящему часто к нервным срывам, неадекватной самооценке и реальности в восприятии действительности. О наличии подобных характеристик можно говорить у 32 студентов из 100.

Результаты в диапазоне от 7 до 10 стенов позволяют судить о достаточно высокой степени нервно-психической устойчивости и регулировании поведения, соответствующей реальности самооценке и созерцание действительности. Такие черты присущи 26 студентам из 100.

У 42 студентов из 100 был выявлен средний уровень НПУ.

Проведём интерпретацию результатов, полученных нашими респондентами по шкале КС.

Студенты с результатами ниже среднего (1-3 стена) демонстрируют низкий по уровню показатель выраженности КС, трудности в установлении контактов с ближайшим окружением, часто проявляют агрессивность, усиливающую конфликтность. Данные характеристики присущи 28 студентам из 100.

Студенты с результатами выше среднего уровня (7-10 стенов) демонстрируют высочайший уровень сформированности коммуникативных умений, быстро налаживают контакты с ближайшим окружением, не являются инициаторами конфликтов. Данные характеристики присущи 25 студентам из 100. О наличии среднего уровня развития коммуникативных способностей можно говорить у 47 студентов из 100. Наконец, рассмотрим показатели по шкале «моральная нормативность».

Человек, чьи результаты по данной шкале ниже средних значений (1-3 стена) не способен реально определить позицию и свой статус в коллективе, не намерен следовать принятым общим нормам и манерам поведения. О присутствии подобных характеристик можно говорить у 28 студентов из 100. Человек, чьи результаты по данной шкале выше среднего (от 7 до 10 стенов), адекватен в оценке своей роли и статуса в группе, равняется на выполнение принятых общественных норм и правил поведения. О наличии подобных характеристик можно говорить у 34 студентов из 100. О наличии среднего уровня развития моральной нормативности можно говорить у 38 студентов из 100.

Таким образом, согласно результатам, полученным в ходе диагностики по данной методике, мы намерены говорить о том, что у большинства студентов четырех групп показатели ЛАП, НПУ, КС и МН находятся на среднем уровне.

Далее проанализируем результаты, полученные нами на основе применения третьей методики диагностики СА К. Роджерса и Р. Даймонд. Индивидуальные показатели в баллах, полученные в результате исследования, занесены в таблицы, на основании этих данных с помощью средств программы Excel были рассчитаны средние баллы по каждой из шкал методики. Они представлены в таблице 4. Для каждой из шкал данной методики в таблице были приняты следующие сокращения: А – адаптация; СП – самопринятие; ПД – принятие других; ЭК – эмоциональный комфорт; И – интернальность; СД – стремление к доминированию. Далее по тексту будет использоваться сокращенное название шкал.

Таблица 4 – Средние баллы, полученные по методике К. Роджерса и Р. Даймонд

Номер группы	А	СП	ПД	ЭК	И	СД
группа №1	29,44	28,99	25,49	33,94	39,12	36,99
группа №2	14,66	19,55	16,33	16,96	17,68	17,26
группа №3	30,22	35,08	26,66	30,88	33,96	37,66
группа №4	18,98	18,12	17,36	18,52	18,56	16,88

Таким образом, анализ средних значений позволил выявить, что показатели адаптации выше в группе студентов № 1 и 3.

Что касается средних значений остальных шкал, то мы можем сделать такие же выводы по показателям «С», «ПД», «ЭК», «И», «СД».

В целом, сравнительный анализ средних значений между четырьмя выборками даёт сформулировать мысль о том, что показатели каждой из шкал вновь выше в группах № 1 и 3. Результаты подсчёта средних значений для наглядности отражены также на рисунке 5.

Результаты, полученные по шкале «ПД» свидетельствуют об уровне потребности обучающегося в общении со сверстниками, во взаимодействии с ними и педагогами, совместной деятельности. Высокие показатели по шкале «ПД» получены у 25 студентов, средние – у 67, низкие – у 8.

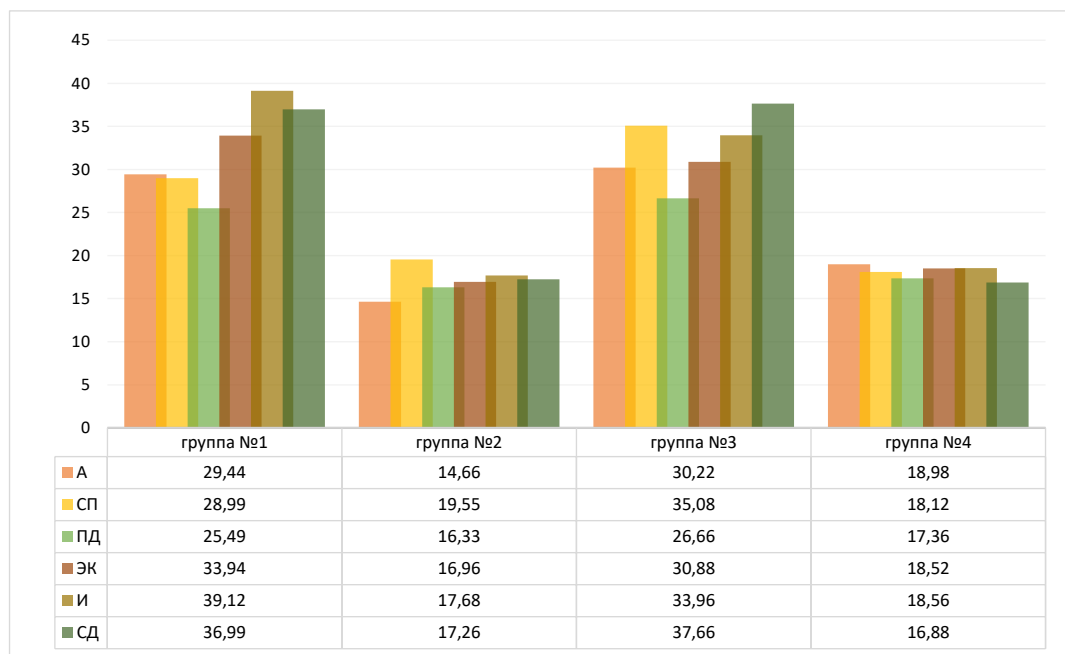


Рисунок 5 – Средние баллы по четырем группам студентов, полученным по методике К. Роджерса и Р. Даймонд

Далее, на рисунке 6, отразим итоговые результаты по каждой из шкал методики и проведём их интерпретацию.

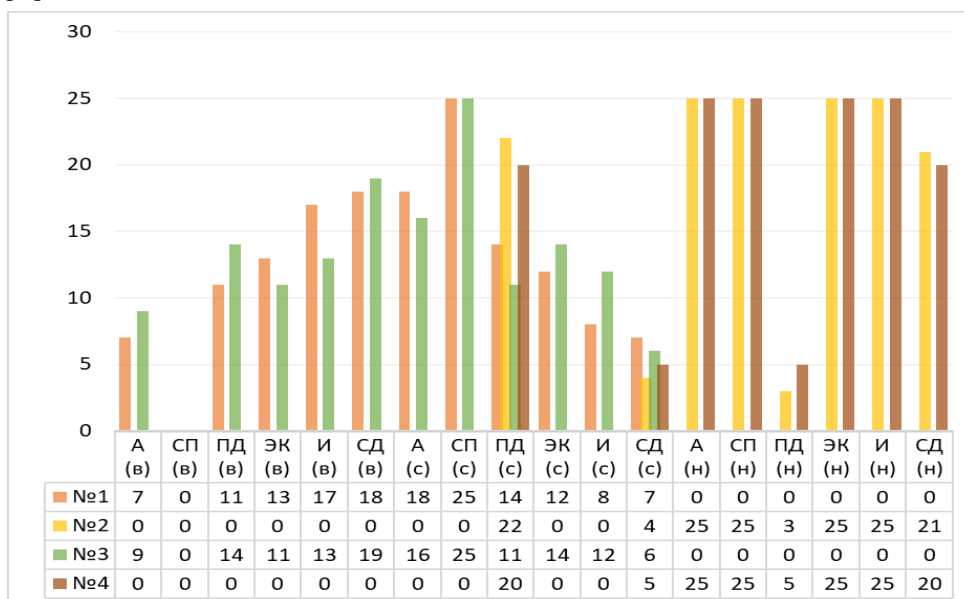


Рисунок 6 – Количество обучающихся, распределенных по уровням адаптированности по методике К. Роджерса и Р. Даймонд

В гистограмме, представленной на данном рисунке, приняты те же сокращения шкал, что и в таблице 4, а также рисунке 5. Помимо того, буквами «в», «с» и «н» обозначены уровни выраженности данных шкал (высокий, средний и низкий соответственно).

Итак, приведём выводы, которые мы можем сделать на основании полученных результатов.

Шкала «А» направлена на выявление степени приспособления обучающегося к нахождению в обществе в согласии с выработанными требованиями сообщества, а также в ладу со своими собственными потребностями, мотивацией и личными интересами. При сравнении диагностических выборок, нами установлено, что высокие результаты адаптации наблюдаются у 16 студентов, средние – у 34 и низкие – у 50.

Шкала принятия себя выступает как результат самооценки индивида, определяет степень удовлетворённости личности своими характеристиками. Высоких значений уровня самопринятия не выявлено. Средние показатели наблюдаются у 50 студентов, низкие – также у 50.

Шкала принятия других говорит о степени потребности личности в общении, взаимодействии, совместной деятельности. Высокие показатели по данной шкале у 25 студентов, средние – у 67, низкие – у 8.

Сведения, полученные по шкале «ПС» являются результатом самооценки студента и выявляют уровень удовлетворённости личности своими характеристиками. Высоких значений уровня самопринятия не выявлено. Средние показатели наблюдаются у 50 студентов, низкие – также у 50.

При использовании шкалы под названием «ЭК» исследуется уровень определённости в эмоциональном отношении ко всему происходящему вокруг, а также отношение к окружающим человека предметам и явлениям. Высокие показатели «ЭК» выявлены у 24 студентов, средние – у 26 и низкие – у 50.

Шкала «И» показывает, что результаты деятельности человека объясняются им своим поведением, характером, способностями. Высокая склонность к интернальности у 30 человек, средняя – у 20, низкая – у 50.

По шкале «СД» можно выявить степень нацеленности человека на лидерство, управлению решением задач, очень часто значимые для личности задачи решаются путем привлечения окружающих. Высокие результаты по указанной шкале установлены у 37 человек, среднего уровня – у 12, низкого – у 41.

Делая заключение, нами установлено, что различные показатели адаптированности по данной методике у большинства студентов четырех выборок находятся на низком уровне.

Библиография

1. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе /Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова //Электронный журнал «Психологическая наука и образование». 2010, № 2.
2. Многоуровневый личностный опросник» (МЛО) / А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин // Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. -672 с
3. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонд // Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – С. 193-197.

SOCIAL ADAPTATION OF 1st YEAR STUDENTS TO THE CONDITIONS OF TRAINING AT THE UNIVERSITY BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Dremlyuga M.N., Dremlyuga N.V., Eliseeva T.A., Khrypova T.I.
Moscow Aviation Institute (National Research University)

Abstract. The results of the study of the problem of social adaptation of 1st year students before the start of studies at the university are presented. The study involved 100 students from 25 out of 4 institutes of the Moscow Aviation Institute. In the process of the discipline "Physical Culture" at the beginning of the academic year, a study was conducted of the level of social adaptation of students using three research methods. It has been established that the students of the two institutes have higher indicators of social adaptation than the other two. In general, for all 100 MAI students, the results of social adaptation are of a low level. Based on the results obtained, the MAI teachers of physical culture will develop recommendations for creating pedagogical conditions in the course of classes within the discipline "Physical Education", contributing to the further favorable course of students' social adaptation to the conditions and environment of a higher educational institution.

Keywords. Adaptation, social adaptation, university students, methods of diagnosing social adaptation.