

Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. Новая методика исследования социально-психологической адаптации первокурсников // *Психологический журнал* Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2009. № 4. <http://www.psyanima.ru>.

Новая методика исследования социально-психологической адаптации первокурсников

Б. Г. Мещеряков, Г. И. Соболев

Описывается методика и процесс ее разработки, предназначенная для исследования социально-психологической адаптации студентов. Теоретической основой методики служит концепция переживания, которая представлена в работах Л.С. Выготского, посвященных роли социальной среды в психическом и личностном развитии. Процесс адаптации оценивается статистически значимыми сдвигами в частоте и интенсивности переживаний по поводу различных проблем университетской жизни. С помощью данной методики проведено обследование студентов (N = 110) в начале и в конце первого семестра. Установлен факт адаптации в отношении многих трудностей, с которыми встречаются первокурсники.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, переживание, студенты, первокурсники.

Не только в биологии, но и в психологии термин «адаптация» (или синонимично «приспособление») используется давно и в самых разных контекстах. Например, говорят о сенсорной адаптации к постоянно действующим стимулам, о перцептивной адаптации к необычным стимульным условиям, об интеллектуальной адаптации к проблемной ситуации (Ж. Пиаже рассматривал интеллект как наиболее совершенную форму психической адаптации), о психофизиологической адаптации к необычным и экстремальным условиям или факторам среды обитания и деятельности (напр., адаптация к высокогорью, к спортивным нагрузкам, к условиям невесомости и т.д.), наконец, о социальной или социально-психологической адаптации людей к переменам в данной социальной организации (семье, группе, стране) и к изменениям в их собственном положении в данной социальной организации (смена статуса, должности, позиции), а также к совершенно новой для них организации и социокультурной среде в целом, будь то учебное, исправительное или производственное учреждение, семья, город, страна и т.п. Этот термин нередко употребляют и в случаях нарушений здоровья, влекущих изменения образа жизни и потерю работоспособности, и в случае окончания трудовой деятельности при выходе на пенсию.

Многие авторы различают адаптацию (*adaptation, adjustment*) как процесс, и как результат, но иногда для последнего используются производные термины типа «адаптированность» или «приспособленность» (см., напр. [3; 7; 8]). Разумеется, выразить в едином понятии все психологические смыслы адаптации вряд ли возможно и целесообразно. Даже в отношении понятия социально-психологической адаптации, которое, очевидно, охватывает бесчисленное разнообразие жизненных ситуаций, это представляется трудным предприятием; и несмотря на множество, уже вошедших в традицию, схоластических дискуссий вокруг этого понятия, в конечном счете, появляются чересчур общие, абстрактные и логически нечеткие формулировки. Однако главное, что не должно утрачиваться в ходе таких дискуссий – это фундаментальные признаки данного психологического понятия, которые являются достаточно интуитивно ясными. Во-первых, речь идет о ситуациях, в которых изменения системы «человек–социальная среда» приводят к нарушению прежних (знакомых и привычных, налаженных) взаимоотношений между человеком и социальной

средой, причем следует различать, по крайней мере, два типа ситуаций: 1) медленные и, возможно, даже малозаметные изменения в рамках существующей системы и 2) резкие глобальные (разумеется, существенные и качественные) изменения, о которых можно говорить, в терминах Л.С. Выготского, как о смене социальной ситуации развития (как, например, в случаях поступления детей в школу и недавних школьников в высшее учебное заведение). Во-вторых, в ответ на дестабилизирующие изменения вырабатываются адаптационные ответные изменения, и, коль скоро нас интересует психологическое понятие адаптации, то необходимо ограничиться психологическими компонентами ответного процесса изменений человека в рамках более широкого процесса взаимoadaptации (коадаптации) человека и самой социальной среды. Отсюда следует, что такие сложные процессы могут и должны изучаться не только психологами. В то же время и собственно социально-психологическая адаптация является весьма сложным многоуровневым и многокритериальным процессом (см., к примеру: [6]), который необходимо исследовать с разных точек зрения (с позиций разных подходов и направлений) и с помощью множества методик. А.А. Реан [7] выделяет 3 направления в исследовании социальной адаптации: 1) связанное с психоаналитическими концепциями взаимодействия личности и социальной среды; 2) второе направление исследований связано с гуманистической психологией, а 3) третье направление – с когнитивной социальной психологией.

В данной работе мы попытаемся показать методологические возможности еще одного «направления» в изучении социальной адаптации. Более конкретно, опираясь на идеи Л.С. Выготского о переживании, мы разработали методику исследования социально-психологической адаптации студентов, которая отличается от других методик не столько техническими параметрами (количеством пунктов и шкал, форматом ответов), сколько принципиально новым подходом к психологическому содержанию пунктов опросника.

Представленный в статье Т.Д. Дубовицкой и А.Я. Крыловой [3] обзор и анализ методик, которые используются для изучения психологических аспектов адаптации студентов, привел авторов к выводу, что «из разнообразия методик только одна непосредственно направлена на исследование уровня адаптированности личности. Это методика диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда». Однако в отношении последней методики авторы высказали ряд справедливых критических замечаний: «Методика включает 101 вопрос, совершенно не касается трудностей в учебной деятельности, преимущественно ориентирована на межличностные отношения вообще, а не в связи с обучением в вузе, громоздка в обработке». Для улучшения ситуации цитируемые авторы разработали свою диагностическую методику «Адаптированность студентов в вузе», включающую всего 16 суждений, относительно которых респонденты должны выразить согласие с помощью трехточечной шкалы («да», «нет», «трудно сказать»). Эта опросная методика позволяет разделить диагностику адаптации на две сферы: адаптация к учебной группе и адаптация к учебной деятельности (две шкалы по восемь пунктов).

В данной работе, которая тоже посвящена методологии исследования социально-психологической адаптации студентов и особенно первокурсников, мы опирались на концепцию Л.С. Выготского о роли социальной среды в психическом и личностном развитии человека. Основные идеи этой концепции изложены Л.С. Выготским в 4-й лекции курса «Основы педологии» [2]. Позднее идеи этой лекции получили более детальное развитие в работе «Проблема возраста» и в лекциях о возрастных кризисах. Мы считаем, что ничто не мешает рассматривать методологические идеи Л.С. Выготского несколько шире, применяя их и за пределами детского возраста, и не случайно, что многие современные российские психологи ссылаются именно на идеи Выготского о переживании, видя в них теоретическую основу для своей практической работы с детьми и взрослыми.

Напомним, что, согласно взглядам Л.С. Выготского, социальная среда должна пониматься релятивистки, динамически и «через переживание» (подробнее взгляды Л.С. Выготского проанализированы в статье: [4]). При этом ключевое значение имеет предложенное Л.С. Выготским понятие переживания, которое в дальнейшем получило детальное развитие в работах Л.И. Божович [1], посвященных развитию личности школьников.

Л.С. Выготский подчеркивал, что переживание – это «единица анализа», концептуальная «клеточка», «в которой в неразложимом виде представлена с одной стороны среда, то, что переживается, – переживание всегда относится к чему-то, находящемуся вне человека, – с другой стороны представлено то, как я переживаю это, то есть все особенности личности и все особенности среды представлены в переживании» [2, с. 75-76].

Позднее Л.И. Божович характеризовала введенное Выготским понятие переживания как «очень важное и продуктивное для детской психологии». Его методологическое значение заключается в следующем: чтобы установить, «какое именно воздействие оказывает среда на ребенка и, следовательно, как она определяет ход его развития, надо понять характер переживаний ребенка, характер его аффективного отношения к среде» [1, с. 153]; по ее мнению, понятие переживания «выделило и обозначило ту важнейшую психологическую действительность, с изучения которой надо начинать анализ роли среды в развитии ребенка; переживание представляет собой как бы узел, в котором завязаны многообразные влияния различных внешних и внутренних обстоятельств» [1, с. 154].

Опираясь на эти методологические идеи, мы предполагаем, что и социально-психологическая адаптация студентов может быть изучена путем анализа их переживаний и проблемного поля (подробнее об этом понятии см.: [5]). Существенно, что этот подход открывает новый путь к созданию специального опросника, который даст возможность более полного эмпирического изучения адаптационных процессов. В последующих разделах статьи описывается разработанный на основе идей Л.С. Выготского о переживании опросник социально-психологической адаптации студентов и анализируются полученные с его помощью результаты опроса первокурсников в самом начале и в конце первого семестра обучения.

Исходя из достаточно общего понимания явления адаптации, можно выдвинуть гипотезу, что по мере приобретения опыта и выработки успешной стратегии поведения в новой ситуации, переживания первокурсника относительно проблем, которые первоначально стояли особенно остро, будут заметно снижаться. В операциональных терминах это означает, что должны наблюдаться статистически значимые различия между интенсивностью переживаний первокурсников в начале первого семестра и в его конце, причем частота и особенно интенсивность переживаний в конце семестра должны быть существенно меньше, чем в начале.

Метод

Участники

Участниками настоящего исследования являлись студенты Международного университета природы, общества и человека «Дубна». Основную выборку составили первокурсники, поступившие в университет в 2008 г. Дополнительную, а именно контрольную, выборку, составили студенты 3-4 курса (2005-6 года поступления, N = 18).

С первокурсниками опрос проводился дважды: 1) в сентябре (третья неделя обучения) и 2) в декабре (14 неделя).

В сентябре в опросе приняли участие 180 первокурсников, обучающиеся на 10 различных кафедрах (напр., юристы, психологи, лингвисты, экономисты, физики и др.), что составляет 60 % студентов-первокурсников, учащихся на этих кафедрах. В декабре

количество опрошенных составило 139 первокурсников, обучающихся на 9 различных кафедрах¹, т.е. примерно 50% студентов-первокурсников, учащихся на этих кафедрах.

Опрошенных первокурсников можно разделить на три подгруппы: 1) участники обоих опросов (в сентябре и декабре) – 110 человек; 2) участники только сентябрьского опроса – 69 человек; 3) участники только декабрьского опроса – 27 человек.

Общее число опрошенных первокурсников составляет 206 человек², в том числе 110 опрошено дважды. Большинство среди респондентов составляли девушки (69,9 %). Средний возраст опрошенных равен 17,4 лет (в диапазоне от 16 до 23, станд. откл. 0,8). Распределение респондентов по кафедрам (специальностям) представлено в таблице 1.

Таблица 1.

Распределение опрошенных респондентов по кафедрам

Специальность	количество	%
лингвистика	40	19,4
юриспруденция	36	17,5
экология	25	12,1
экономика	25	12,1
психология	23	11,2
физика	21	10,2
геофизика	11	5,3
САУ*	10	4,9
химия	8	3,9
РБЧ и ОС**	7	3,4
Всего	206	100,0

* САУ – системный анализ и управление.

** РБЧ и ОС – радиационная безопасность человека и окружающей среды

Разработка опросной методики

Разработка опросника осуществлялась в три этапа: 1) определение перечня проблем первокурсников (предварительный этап); 2) составление опросника; 3) пилотажный опрос и доработка опросника (заключительный этап).

Еще в сентябре 2007 г. были проведены беседы с 11 первокурсниками, обучающихся на разных специальностях. Им был задан один открытый вопрос: «Какие связанные с университетской жизнью трудности Вы испытываете?» Первокурсники в устной форме перечисляли те проблемы, которые у них возникают (в среднем они называли от 5 до 10 проблем). По результатам этого опроса путем объединения семантически сходных высказываний был составлен итоговый список из 33 проблем.

Далее на основе этого списка создавались пункты двух блоков опросника. Пункты первого блока предназначались для оценивания респондентами интенсивности своих переживаний по поводу каждой проблемы по шкале с 5 градациями: «не беспокоит», «слабо беспокоит», «заметно беспокоит», «сильно беспокоит», «крайне беспокоит». Пункты второго блока предназначались для оценивания частоты встречаемости каждой проблемы тоже с пятью градациями: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «всегда». Примеры этих пунктов для трех проблем представлены в таблице 2.

¹ Во второй опрос не попали студенты, специализирующиеся по кафедре «радиационная безопасность человека и окружающей среды», но это не могло повлиять на общие показатели выборки, поскольку количество студентов этой кафедры, опрошенных на первом этапе, было всего 6 человека (3,3 %).

² Это число не включает еще 5 респондентов, чьи анкеты были забракованы вследствие большого количества пропусков данных. Свыше 90 % анкет были заполнены полностью, в остальных включенных в анализ случаях имело место от 1 до 5 неотмеченных пунктов.

Таблица 2.
Три примера соответствующих пунктов двух блоков опросника

	Оценка интенсивности переживаний (1-й блок опросника)	Оценка частоты встречаемости (2-й блок опросника)
9	Насколько Вас беспокоят трудности с поисками какого-либо университетского корпуса (учебного, медицинского, спортивного)?	Я не знаю, где находится какой-либо университетский корпус (учебный, медицинский, спортивный).
12	Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что преподаватель может быть к Вам излишне придирчив.	Преподаватели очень придирчиво ко мне относятся.
29	Насколько Вас беспокоит то, что еда в столовой может быть разнообразной?	Еда в столовой разнообразна.

По результатам пилотажного исследования были определены недостатки, которые могут негативно повлиять на работу респондентов и даже исказить результаты. В нем участвовало четыре первокурсника, которым предлагалось заполнить опросник, после чего с каждым из них была проведена беседа о том, как они понимали пункта опросника и насколько удачны их формулировки. В результате был составлен окончательный вариант опросника, который включал 5 «демографических пунктов» и 66 пунктов, касающихся интенсивности переживаний и частоты встречаемости 33 проблем.

В тексте опросника после обращения к респонденту, следовали два блока вопросов (пунктов), перед каждым блоком была напечатана инструкция, поясняющая формат ответа. Полный текст пунктов опросника приведен в Приложении к статье. Кроме того, респондентам давались бланки для ответов, в которых они указывали свои личные данные и сами ответы на два блока основных вопросов; причем перед каждым блоком ответов для удобства респондентов была продублирована инструкция по формату ответов. Для примера приведем фрагмент ответного бланка к первому блоку опросника (интенсивность переживаний):

Фамилия, имя:					
Год рождения:			Пол: М Ж (обведите нужное)		
Специальность:					
Проживаете ли Вы в общежитии? Да Нет (обведите нужное)					
Инструкция:					
№1 «Оцените интенсивность переживаний по поводу разных фактов из вашей университетской жизни при помощи пяти вариантов ответов: «не беспокоит», «слабо беспокоит», «заметно беспокоит», «сильно беспокоит», «крайне беспокоит». <i>Чтобы указать, насколько сильно вас беспокоит факт, указанный в каждом нижеследующем пункте, обведите кружком соответствующий балл для этого пункта.</i>					
	не беспокоит	слабо беспокоит	заметно беспокоит	сильно беспокоит	крайне беспокоит
1	1	2	3	4	5
2	1	2	3	4	5
...	1	2	3	4	5
33	1	2	3	4	5

Процедура опроса

Опрос проводился в групповой форме в часы аудиторных занятий, в начале либо в конце пары (в зависимости от предварительной договоренности с преподавателем). В

среднем, опрос студентов занимал 20 минут. Перед раздачей бланков студентам организатор опроса сообщал о цели опроса, о добровольности участия в нем, затем раздавал опросники и бланки ответов, устно дублировал инструкции, после чего проводился сам опрос, и затем организатор собирал бланки ответов и тексты опросников.

Результаты

Для статистической обработки и наглядного представления данных варианты ответов (5-балльная шкала) переводились в 100-балльную шкалу (1 → 0, 2 → 25, ..., 5 → 100).

Чтобы упростить представление и интерпретацию данных, основная часть обработки проводилась для тех респондентов, которые участвовали в обоих опросах (N = 110, или 53,4% всех опрошенных).

По каждой проблеме подсчитывались средние значения силы переживаний, что позволяло выявить наиболее и наименее тревожные проблемы для первокурсников. В таблице 3 перечислены (в порядке убывания средней интенсивности) пятерки наиболее и наименее переживаемых проблем первокурсников в сентябре и декабре. Можно заметить, что наиболее и наименее переживаемые проблемы являются по большей части одинаковыми в сентябре и декабре.

Таблица 3.

Пятерки наиболее сильно и слабо тревожных проблем первокурсников в сентябре и декабре

Сентябрь		Декабрь	
Пункты опросника	Ср.	Пункты опросника	Ср.
Наиболее сильно тревожные проблемы			
Большой объем домашних заданий	60,81	Нехватка времени на сон	51,58
Требования учебной нагрузки	54,95	Большой объем домашних заданий	51,35
Проследивание мысли преподавателя.	54,05	Требования учебной нагрузки	50,23
Отсутствие компьютера для учебы	52,75	Отсутствие/потеря студенческого билета	48,42
Преподаватели спрашивают больше, чем объясняют	52,70	Преподаватели спрашивают больше, чем объясняют	47,50
Наименее тревожные проблемы			
Неоптимальный климат	22,75	Поиск аудитории	15,54
Неразнообразная еда	21,70	Поиск расписания для своей группы	12,61
Трудности различения в расписании лекции и семинара	15,99	Поиск корпуса	8,33
Поиск корпуса	13,74	Трудности различения в расписании лекции и семинара	7,88
Ориентировка в здании университета	11,04	Ориентировка в здании университета	7,21

В таблице 4 аналогично представлены данные о пяти наиболее и наименее частых проблемах в сентябре и декабре. Оказалось, что проблемы, с которыми чаще всего сталкиваются первокурсники в сентябре и декабре еще в большей степени похожи.

Таблица 4.

Наиболее и наименее часто встречающиеся проблемы
первокурсников в сентябре и декабре

Сентябрь		Декабрь	
Пункты	Ср.	Пункты	Ср.
Наиболее часто встречаемые проблемы			
Длинные очереди в столовой	51,58	Длинные очереди в столовой	60,00
Стремление занять первый ряд в аудитории	51,35	Нехватка времени на сон	58,78
Нехватка времени на сон	50,23	Стремление занять первый ряд в аудитории	54,28
Затруднения если сию далеко	48,42	Большой объем домашних заданий	50,23
Большой объем домашних заданий	47,50	Требования учебной нагрузки	46,40
Наименее встречаемые проблемы			
Трудности различения в расписании четной и нечетной недели	15,54	Поиск аудитории	9,46
Поиск корпуса	12,61	Поиск расписания для своей группы	6,53
Поиск расписания для своей группы	8,33	Поиск корпуса	6,14
Трудности различения в расписании лекции и семинара	7,88	Ориентировка в здании университета	5,41
Ориентировка в здании университета	7,21	Трудности различения в расписании лекции и семинара	4,05

Как можно заметить, анализируя содержание таблиц 3 и 4, наиболее и наименее выраженные (по частоте и по интенсивности переживания) проблемы в сентябре и в декабре во многих случаях одни и те же.

Для того чтобы выявить процессы адаптации, проводился статистический анализ (с помощью t-критерия для зависимых выборок) различий в интенсивности переживаний и частоты встречаемости проблемных фактов между опросами в сентябре и декабре (величины для сентября вычитались из соответствующих величин декабря; следовательно, положительные значения означают увеличение, а отрицательные – уменьшение интенсивности и частоты переживаний).

Значимые различия для интенсивности переживаний выявлены по 15 пунктам (см. рис. 1), для частоты переживаний – по 14 (см. рис. 2). На этих рисунках можно познакомиться и с конкретным содержанием таких пунктов.

По рисунку 1 можно видеть, что подавляющее большинство статистически значимых сдвигов в интенсивности переживаний в декабре по сравнению с сентябрем направлено в сторону снижения (14 пунктов из 15 значимых сдвигов). Очевидно, этот факт дает основание для вывода о существовании процесса адаптации ко многим аспектам университетской жизни у первокурсников уже в первом семестре. Лишь по одному пункту происходит рост интенсивности переживаний³.

³ Этот пункт имеет отношение к затруднениям в использовании библиотечной системы поиска литературы. По-видимому, в декабре появляется необходимость работы с дополнительной литературой. Логично ожидать, что для этой проблемы будет наблюдаться и увеличение частоты встречаемости, что как раз и имеет место (см. рис. 2). Данный факт говорит о том, что нельзя считать, что все проблемы первокурсников возникают с момента поступления в вуз; очевидно, некоторые проблемы возникают с задержками, в соответствии с новыми этапами учебного процесса.

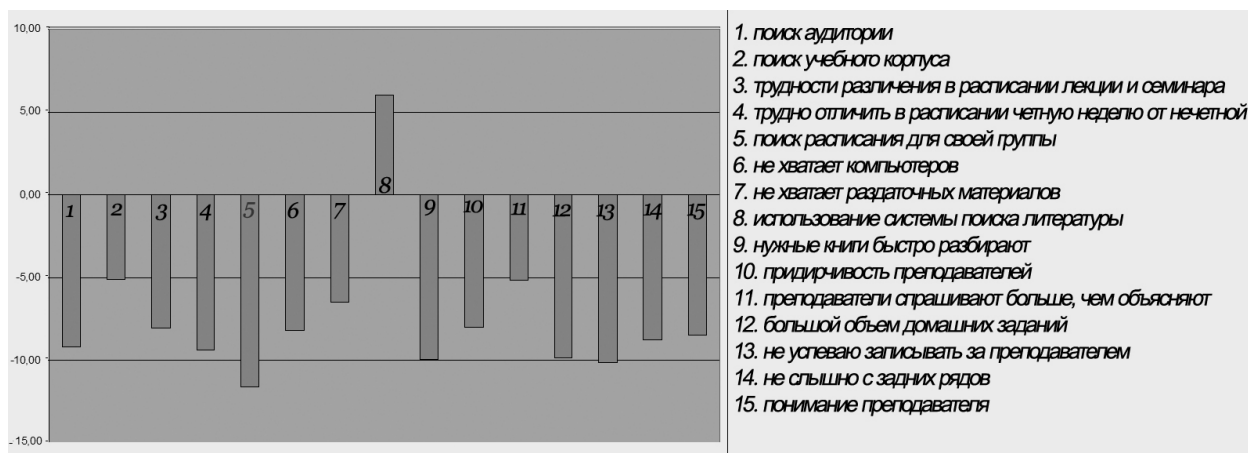


Рис. 1. Динамика интенсивности переживаний проблем у первокурсников на протяжении первого семестра (столбик вверх указывает на возрастание интенсивности переживания, а столбики вниз – на уменьшение).

Для показателя частоты встречаемости проблем мы наблюдаем несколько другую картину (см. рис. 2): равное количество статистически значимых изменений в обе стороны (7 увеличений и 7 уменьшений).

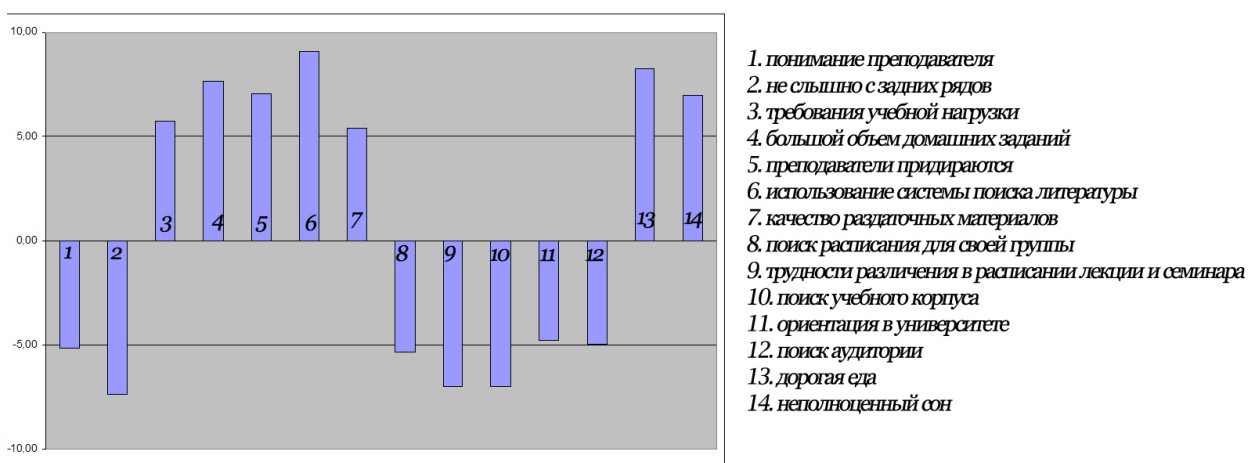


Рис. 2. Динамика частоты встречаемости проблем на протяжении первого семестра (столбики вверх указывает на возрастание частоты, а столбики вниз – на уменьшение).

Конечно, некоторые проблемы, как уже выше отмечено, могут возникать с некоторой задержкой или с нарастанием частоты встречаемости, однако успешная адаптация может выражаться в том, что такие проблемы не порождают возрастания интенсивности переживания. По нашим данным, такой случай имел место для двух пунктов (пункт 12 о придиричивости преподавателей и 15 – выполнение домашних заданий), для которых наблюдаются разнонаправленные статистически значимые изменения интенсивности и частоты переживаний между двумя опросами (сентябрь-декабрь). В обоих случаях, выявлено, что частота возникновения соответствующих событий в декабре выше, чем в сентябре, но в декабре по сравнению с сентябрем уменьшается сила переживания. Это означает, что первокурсники уже не столь драматично воспринимают возрастающие по частоте проблемы.

Общее совместное распределение статистически значимых и незначимых сдвигов по частоте и интенсивности переживания проблем показано в таблице 5. Рассмотрим полученные результаты с точки зрения трех предельных случаев. Случай полной дезадаптации, по-видимому, был бы представлен таблицей, в которой все проблемы (в нашем случае – их 33) были бы сконцентрированы в левом верхнем углу, то есть с координатами: +1, +1. В данной таблице мы имеем только одну такую проблему. Далее, в случае полного отсутствия адаптации все проблемы были бы представлены центральной ячейкой таблицы с координатами: 0,0. Наконец, в случае полной идеальной адаптации максимальное число проблем было бы сосредоточено в правом нижнем углу с координатами: -1,-1.

Таблица 5.

Взаимное распределение статистически значимых сдвигов и их отсутствия по частоте и интенсивности переживаемых проблем

Сдвиги частот Сдвиги интенсивностей	+1	0	-1	Сумма
+1	1	0	0	1
0	4	13	1	18
-1	2	6	6	14
Сумма	7	19	7	33

Примечание: «+1» – статистически значимое увеличение, «0» – отсутствие статистически значимого сдвига, «-1» – статистически значимое уменьшение частоты или интенсивности переживаний.

В целом полученные данные, очевидно, свидетельствуют об адаптационном процессе, поскольку: (1) в шести случаях имело место параллельное уменьшение частоты и интенсивности переживаний (табличные координаты, строка, столбец: -1,-1); (2) кроме того, в шести случаях происходило уменьшение интенсивности переживаний при постоянстве частоты встречаемости проблем (координаты: -1,0); (3) в двух случаях при росте частоты встречаемости проблем наблюдалось уменьшение интенсивности переживаний (координаты: -1,+1), (4) в четырех случаях при том же росте частоты не отмечено параллельного увеличения интенсивности переживаний (координаты: 0,+1). Общее количество таких свидетельств адаптации составляет 18, в то время как показателей дезадаптации можно найти только 2 (координаты: +1,+1; 0,-1). Признаки отсутствия адаптации можно увидеть по 13 проблемам (координаты: 0,0).

Приведенные рассуждения, на наш взгляд, дают ключ к построению полезной меры общей адаптации первокурсников в виде следующего показателя:

$$A = (P - N) / S, \text{ где}$$

A – показатель адаптации, P – сумма значений в ячейках, которые выше мы отнесли к «свидетельствам адаптации» (координаты: -1,-1; -1,0; -1,+1; 0,+1), N – сумма значений в симметрично расположенных ячейках (координаты: +1,+1; +1,0; +1,-1; 0,-1), S – общее количество учитываемых проблем. Диапазон изменения показателя адаптации простирается от -1 до +1. Для полученных в нашем исследовании данных этот показатель составляет величину: 0,48.

Очевидным недостатком предложенного показателя является то, что разным случаям приписывается одинаковый вес, однако нетрудно ввести дифференциацию этих случаев и

учесть ее с помощью разных коэффициентов. Интуитивно можно предложить следующую матрицу коэффициентов для вычисления итогового показателя:

Таблица 6.
Коэффициенты для вычисления взвешенного показателя адаптации (A_B)

Сдвиги частот \ Сдвиги интенсивностей	+1	0	-1
+1	1	0,5	0,75
0	0,25	0	0,25
-1	0,75	0,5	1

Пересчитанный с помощью коэффициентов, представленных в Таблице 6, показатель адаптации, назовем его «взвешенным показателем адаптации» (A_B), будет иметь для наших данных значение 0,31, что тоже указывает на успешный, хотя и более умеренный, ход адаптации.

В то же время ясно, что уменьшение интенсивности переживаний не завершается после окончания первого семестра. Об этом же свидетельствуют и результаты сравнения данных первокурсников с данными студентов третьего курса. Последних можно рассматривать как контрольную группу, но поскольку она была довольно малочисленной, то сравнение будет иметь лишь предварительный и скорее пилотажный характер. Для более наглядного сравнения данные первого курса подвергались преобразованию в Т-величины.

Перевод в Т-величины осуществлялся по формуле: $T = 50 + [10(X - M)/SD]$, где X – среднегрупповое значение частоты (или интенсивности) переживания по данной проблеме для первокурсников в сентябре или в декабре; M – среднегрупповое значение частоты (или интенсивности) переживания по данной проблеме для контрольной группы; SD – стандартное отклонение частоты (или интенсивности) переживания по данной проблеме для контрольной группы. Заметим, что величина Т, равная 50, соответствует среднему значению для контрольной группы. При этом, например, величина Т, равная 60, означает, что оценка данной группы (или данного респондента) находится на 1 стандартное отклонение выше нормативного среднего. При нормальности распределения следует ожидать, что 95% случаев попадает в диапазон между 30 и 70 Т-величинами.

Средние значения Т, полученные путем усреднения по всему профилю проблем, с которыми встречаются первокурсники в сентябре и декабре, представлены в таблице 7. Там же показаны результаты проверки значимости различий между двумя опросами (t-тест для зависимых выборок). Приведенные результаты подтверждают существование существенного уменьшения интенсивности переживаний ($p < 0,01$) при общей неизменности частоты встречаемости проблем, причем сдвиг значений интенсивности направлен в сторону сближения с аналогичными данными контрольной группы. Интересно также отметить, что в целом частоты проблем у первокурсников оказываются ниже, чем в контрольной группе (значения меньше 50), однако интенсивность их переживания значительно выше по сравнению с третьекурсниками.

Таблица 7.
Сравнение усредненных по всему проблемному профилю Т-величин частоты и интенсивности переживаний в сентябре и декабре

	Сентябрь	Декабрь	t-тест	df	Значимость
Частота	48,74	48,79	-0,10	32	нз
Интенсивность	55,74	53,29	3,36	32	0,002

Таким образом, представленный в статье опросник студенческих проблем позволил достаточно четко и наглядно продемонстрировать наличие социально-психологической адаптации у первокурсников в течение первого семестра, которая, очевидно, не завершается в первом семестре и продолжается в течение последующих курсов. Важно подчеркнуть, что возможность продемонстрировать существование адаптации была обеспечена тем, что данные по частоте встречаемости различных проблем были дополнены данными по интенсивности их переживания. И выводы об адаптационных сдвигах во многом обязаны именно последним. Этот факт говорит о плодотворности принципа построения психологического опросника на основе концепции переживания, выдвинутой Л.С. Выготским.

В последующей публикации будут представлены результаты корреляционного анализа связи между успеваемостью и адаптационными сдвигами, что позволит оценить опросник с точки зрения критериальной валидности.

Литература:

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.
2. Выготский Л.С. Лекции по педологии. Ижевск, 2001.
3. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.Я. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование, 2010 (в печати, используется с разрешения авторов).
4. Мещеряков Б.Г. Взгляды Л.С. Выготского на науку о детском развитии // Культурно-историческая психология, 2008, № 3, с. 103-112.
5. Мещерякова И.А. Некоторые проблемы и результаты изучения проблемного поля старшеклассников // Культурно-историческая психология, 2006, № 4, с. 52-60.
6. Паршина Т.О. Структурная модель социально-психологической адаптации человека // Социологические исследования, 2008, № 8, с. 100-106.
7. Реан А.А. Психология изучения личности. СПб, 1999.
8. Слободская Е.Р. Развитие ребенка: индивидуальность и приспособление. Новосибирск, 2004.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Уважаемый первокурсник!

Цель данного опросника – выявить типичные трудности, с которыми сталкиваются студенты первого курса нашего университета. Скорее всего, в конце первого семестра мы обратимся к Вам с просьбой заполнить этот опросник еще раз, чтобы узнать, насколько успешно Вы преодолели эти трудности. По этой причине опросник не является анонимным, но организаторы исследования гарантируют Вам полную конфиденциальность, то есть, индивидуальная информация, полученная в исследовании, не будет разглашаться, а все данные будут представлены в анонимном обобщенном виде.

Опросник состоит из двух частей, *первая* часть выявляет, *как часто* те или иные затруднения появляются в Вашей жизни. *Вторая* – оценивает *силу Ваших переживаний* связанных с этими трудностями.

Заполнение опросника займет у Вас около 20 минут

Часть №1. Инструкция:

«Оцените интенсивность переживаний по поводу разных фактов из вашей университетской жизни при помощи пяти вариантов ответов: «крайне беспокоит», «сильно беспокоит», «заметно беспокоит», «слабо беспокоит», «не беспокоит». *Чтобы указать*, насколько сильно вас беспокоит факт, указанный в каждом нижеследующем пункте, *обведите кружком* соответствующий балл для этого пункта в бланке для ответов».

1. Оцените степень Вашего возможного беспокойства по поводу неоптимального климатического режима в аудитории.

2. Оцените степень Вашего возможного беспокойства в связи с проблемой нахождения расписания для своей группы.
3. Оцените степень Вашего беспокойства относительно факта нехватки учебных раздаточных материалов.
4. Оцените степень Вашего беспокойства в случае, если Вам трудно проследить общую нить рассуждения преподавателя во время лекции.
5. Насколько Вас беспокоят затруднения с восприятием лекционной информации в случае, если Вам не удалось сесть на один из первых рядов?
6. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что Вы можете перепутать четную и нечетную недели в расписании.
7. Оцените степень Вашего беспокойства в связи с трудностями выполнения требований учебной нагрузки.
8. Насколько Вас беспокоит проблема с тем, как различать, где в расписании речь идет о лекции, а где о семинаре?
9. Насколько Вас беспокоят трудности с поисками какого-либо университетского корпуса (учебного, медицинского, спортивного)?
10. Насколько Вас беспокоит то, что Вы можете остаться без книг, если сокурсники разберут до Вас всю нужную Вам литературу?
11. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что вследствие дороговизны в столовой Вы можете остаться без обеда.
12. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что преподаватель может быть к Вам излишне придирчив.
13. Насколько Вас беспокоят трудности ориентировки в здании университета (находить расписание, библиотеку, учебную часть, аудиторию и т.п.)?
14. Насколько Вас беспокоит то, что учебные раздаточные материалы могут оказаться ненадлежащего качества?
15. Насколько Вас беспокоит то, что вследствие большого объема заданий на дом Вы можете не справиться с полным их выполнением?
16. Насколько Вас беспокоит то, что в силу нехватки времени на сон Ваш отдых может оказаться неполноценным?
17. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что Вы с трудом можете найти себе занятие во время «окна».
18. Насколько Вас беспокоит бы факт нехватки компьютера для осуществления учебной деятельности?
19. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что вследствие большой продолжительности пары Вы можете сильно устать.
20. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что Вы можете столкнуться с проблемой неоптимальной температуры в аудиториях.
21. Насколько Вас беспокоит проблема отсутствия (в том числе потери) университетского пропуска?
22. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что преподаватели могут спрашивать больше, чем они объясняли.
23. Оцените степень Вашего беспокойства относительно того, что Вам может не хватить книг в библиотеке.
24. Насколько бы Вы беспокоились, если бы Вам пришлось работать на устаревшем компьютере, который не отвечает современным требованиям?
25. Оцените степень Вашего беспокойства, относительно того, что Вы не успеваете записывать за преподавателем.
26. Оцените степень Вашего беспокойства относительно нехватки времени для нахождения нужной аудитории.
27. Оцените степень Вашего беспокойства в случае, если Вам не удастся сесть на один из первых рядов на лекции.
28. Насколько Вас беспокоит проблема отсутствия (в том числе потери) студенческого билета?
29. Насколько Вас беспокоит то, что еда в столовой может быть разнообразной?

30. Оцените степень Вашего возможного беспокойства в случае затруднений при пользовании библиотечной системой поиска литературы.
31. Насколько Вы беспокоитесь по поводу нехватки времени большой перемены на то, чтобы поесть?
32. Оцените степень Вашего беспокойства, когда Вы стоите в длинной очереди в столовой.
33. Оцените степень Вашего возможного беспокойства относительно факта плохих вкусовых характеристик еды в столовой.

Часть №2. Инструкция:

«Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое. Оцените *частоту* их проявления в вашей университетской жизни при помощи пяти вариантов ответов: «всегда», «часто», «иногда», «редко», «никогда». Чтобы указать, как часто вы испытываете состояние, описанное в каждом пункте, *обведите кружком* балл для этого пункта в бланке для ответов».

1. В аудиториях климатический режим не оптимален.
2. Я испытываю проблему с нахождением расписания для своей группы.
3. Существует проблема нехватки учебных раздаточных материалов (напр., задания по языку).
4. Мне трудно проследить общую нить рассуждения преподавателя во время лекции.
5. Если я не успеваю сесть на один из первых рядов, то потом у меня возникают затруднения с восприятием информации (не слышно преподавателя, не видно то, что написано на доске).
6. Бывает, что я путаю четную и нечетную недели в расписании.
7. Я испытываю затруднения в связи с учебной нагрузкой в университете.
8. У меня существует проблема с тем, как различать, где в расписании речь идет о лекции, а где о семинаре.
9. Я не знаю, где находится какой-либо университетский корпус (учебный, медицинский, спортивный).
10. Из-за того, что другие ребята разбирают книги раньше меня, я остаюсь без нужной для занятий литературы.
11. Я сталкиваюсь с проблемой дороговизны в университетской столовой.
12. Преподаватели очень придирчиво ко мне относятся.
13. Мне трудно ориентироваться в университете (находить расписание, библиотеку, учебную часть, аудиторию и т.п.).
14. Меня не устраивает качество учебных раздаточных материалов.
15. Вследствие того, что домашние задания очень большие, я испытываю проблемы с их полным выполнением.
16. Мне не хватает времени на сон, чтобы полноценно отдохнуть.
17. Я испытываю проблему с нахождением себе занятия во время «окна».
18. Я сталкиваюсь с проблемой нехватки компьютеров для осуществления нормальной учебной деятельности.
19. Из-за того, что пары очень длинные, я сильно устаю.
20. В аудиториях температура не оптимальна.
21. Я испытываю затруднения из-за отсутствия у меня (и при себе) университетского пропуска.
22. Преподаватели спрашивают больше, чем они объясняют (на лекциях или семинарах).
23. Библиотечный фонд не располагает достаточным для всех студентов объемом учебной литературы.
24. Я сталкиваюсь с проблемой, что компьютеры слишком старые и не отвечают современным требованиям.
25. Я не успеваю записывать за преподавателями.
26. Я испытываю проблему с нахождением за время перемены нужной мне аудитории.
27. Я стараюсь садиться на первые ряды в аудитории.
28. Я испытываю затруднения из-за отсутствия у меня (и при себе) студенческого билета.

29. Еда в столовой разнообразна.
30. Я испытываю затруднения при пользовании библиотечной системой поиска литературы.
31. За время большой перемены я не успеваю поесть.
32. В столовой приходится стоять в длинной очереди.
33. Меня не устраивают вкусовые характеристики еды в столовой.

Поступила в редакцию 19.02.2010 г.

Сведения об авторах

Б.Г. Мещеряков – доктор психологических наук, старший научный сотрудник, заведующий кафедрой психологии Международного университета природы, общества и человека «Дубна».

E-mail: borlogic@yahoo.com

Г.И. Соболев – бакалавр, студент V курса Международного университета природы, общества и человека «Дубна».

E-mail: giledel@yandex.ru