

УДК 159.99; 316.614

DOI: 10.26140/anip-2021-1003-0098



©2021 Контент доступен по лицензии CC BY-NC 4.0.  
This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 license  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ КОЛЛЕДЖА

© Автор(ы) 2021

SPIN: 1325-3988

AuthorID: 479150

ORCID: 0000-0002-8634-0828

**ШВАЦКИЙ Алексей Юрьевич**, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой  
«Психология и педагогика»

*Оренбургский государственный университет, филиал в г. Орск  
(462403, Россия, Орск, проспект Мира, 15а, e-mail: alexuysh@mail.ru)*

**Аннотация.** Решение проблемы профессиональной подготовки обучающихся в учреждениях среднего профессионального образования невозможно без понимания сущности и механизмов процесса адаптации к новой образовательной среде. Начало обучения в колледже требует от студента-первокурсника пересмотра сложившихся привычек и моделей поведения, формирования иных личностных качеств и учебных умений. Как и любое изменение привычных условий жизни и деятельности этот процесс сопровождается стрессовыми реакциями и нервными срывами, снижением учебной мотивации и трудностями во взаимодействии с преподавателями и сверстниками в группе, с которыми студент чаще всего не может справиться самостоятельно, и он нуждается в помощи и поддержки со стороны окружающих. Анализ современных исследований показал, что явление адаптации представляет собой приспособление личности, необходимое для адекватного существования в изменяющихся условиях среды. Традиционно выделяют три базовых вида социально-психологической адаптации студентов к образовательной среде: учебно-дидактическая, социально-коммуникативная и профессиональная. В статье представлены результаты исследования психолого-педагогических технологий сопровождения адаптации обучающихся к условиям обучения в колледже. В ходе диагностического исследования были изучены субъективные представления студентов об их способностях адаптироваться к новой обстановке, общее эмоциональное состояние, характер взаимоотношений в студенческой группе, определен объективный уровень социально-психологической адаптированности к новой образовательной среде. На основе полученных данных была разработана программа психолого-педагогического сопровождения, апробация которой показала, что адаптация обучающихся к образовательной среде колледжа будет успешной при условии реализации мероприятий трех направлений: работа со студентами, работа с преподавателями колледжа, работа с родителями обучающихся.

**Ключевые слова:** адаптация, студент, юношеский возраст, уровень адаптированности, образовательная среда, колледж, психолого-педагогическое сопровождение

## PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF STUDENT'S ADAPTATION TO THE NEW EDUCATIONAL ENVIRONMENT IN COLLEGE

© The Author(s) 2021

**SHVATSKIY Alexey Yurievich**, candidate of psychological sciences, associate professor, head of the chair  
“Psychology and pedagogy”

*Orenburg State University, branch in Orsk*

*(462403, Russia, Orsk, Mira prospect, 15a, e-mail: alexuysh@mail.ru)*

**Abstract.** It is impossible to solve the problem of vocational training of students in secondary vocational education institutions without understanding the essence and mechanisms of the process of adaptation to a new educational environment. The beginning of college education requires that a first-year student is to review the existing habits and behavior, to develop new personal qualities and learning skills. Like any change in the usual conditions of life and activity, this process is accompanied by stress reactions and nervous breakdowns, a decrease in educational motivation and difficulties in interacting with teachers and other students, which the student can not cope with on his own, and he needs help and support from others. The analysis of recent researches implies that the phenomenon of adaptation is an individual's accommodation necessary for an adequate existence in changing environmental conditions. Traditionally, three basic types of socio-psychological adaptation of students to the educational environment are distinguished: educational-didactic, social-communicative and professional one. The results of the author's study of psychological and pedagogical technologies for supporting the students' adaptation to the conditions of training in college are presented in this article. The students' subjective perception of their ability to adapt to a new environment, their general emotional state, the nature of relationships within the students' group and the objective level of socio-psychological adaptation to a new educational environment were assessed during the diagnostic studies. On the basis of the obtained data, a program of psychological and pedagogical support was suggested, the testing of which has showed that the adaptation of students to the educational environment of the college will be successful if the activities with students, with college teachers, and students' parents are implemented.

**Keywords:** adaptation, students, youthful age, addiction, level of adaptation, educational environment, college, psychological and pedagogical support

## ВВЕДЕНИЕ

*Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами.* Смена привычных условий жизни и деятельности человека всегда сопровождается перестройкой организма в целом, что может привести к стрессовым реакциям или даже нервным срывам. Аналогичные трудности возникают и при поступлении в учреждения высшего и среднего профессионального образования. Начало профессионального обучения, новые формы занятий и новые требования к контролю усвоения знаний, включение в незнакомый коллектив сверстников, более самостоятельный образ жизни требуют от студента-первокурсника пересмотра

сложившихся привычек и моделей поведения, формирования иных личностных качеств и практических умений. К тому же обучение в юношеском возрасте несет особый смысл, так как оно становится частью процесса личностного и профессионального самоопределения. Поэтому вопрос адаптации обучающегося к новой образовательной среде связан с вхождением молодого человека в общество, получением более высокого социального статуса. И если выпускники 11 классов делают более или менее осознанный выбор направления своего дальнейшего профессионального развития, то ученики 9 классов, которые в силу объективных или субъективных причин вынуждены перейти из основной

общеобразовательной школы в колледжи и техникумы, в основной массе еще не определились со своими жизненными планами, а их представления о карьерном плане расплывчаты и аморфны. В силу данных обстоятельств приспособление обучающихся к образовательной среде учреждения среднего профессионального образования вызывает большие сложности и требует более активной и систематической работы по психолого-педагогическому сопровождению адаптации студентов, которая предполагает участие всех субъектов образовательной среды: преподавателей, классного руководителя, педагога-психолога, родителей и др.

*Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы.* Понятие адаптации не является новым для современной психологической науки. Исследованию процесса адаптации личности в группах и коллективах посвящены работы таких авторов, как: М. Н. Будякина, А. А. Русалинова, А. М. Растова, Н. А. Свиридов, Е. В. Таранов, А. И. Ходаков, Г. Олпорт, Д. Роттер, К. Роджерс, Э. Эриксон. Традиционно термин «адаптация» рассматривается как «приспособление личности, необходимое для адекватного существования в изменяющихся условиях среды» [1, с.31]. А. Г. Маклаков в своих работах предлагает анализировать явление адаптации как двусторонний феномен, который, с одной стороны, представляет собой свойство личности как саморегулируемой системы, обеспечивающее определенный уровень психологической устойчивости, а с другой стороны, выступает в качестве непосредственного процесса приспособления к условиям внешней среды [2].

Особое место занимают психологические исследования адаптации человека к образовательной среде, которая представляется как часть социокультурного пространства, зона взаимодействия образовательных систем, их элементов, образовательного материала и субъектов образовательных процессов. В работах современных авторов представлены разные аспекты данной проблемы. Так, Т. И. Саввина, Ю. А. Дарьина, Ю. С. Большакова и др. рассматривают содержание адаптации студентов к обучению в высшей школе [3-5]. Работы С. С. Астаевой, С. Ю. Харлап посвящены изучению специфики социально-психологической адаптации студентов среднего профессионального образования [6, 7]. К. П. Васильева, А. В. Швецова изучали, как происходит адаптация студентов с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения в колледже [8, 9]. В отличие от отечественных работ, в исследованиях зарубежных авторов на первое место выходят вопросы личностных факторов адаптации к образовательной среде [10, 11]. Например, было доказано, что на эффективность процесса адаптации студентов первого года обучения оказывают влияние такие факторы, как: возраст, пол, социальный статус, территория проживания, когнитивный стиль, общий эмоциональный настрой и самооценка [12].

Т. Ю. Волгина [13] выделяет три базовых вида социально-психологической адаптации студентов к образовательной среде: учебно-дидактическая, социально-коммуникативная и профессиональная. Первый вид адаптации предполагает приспособление к новым условиям учебной деятельности (тип образовательного учреждения, режим учебы, форма преподавания, типы учебных занятий, методы и средства контроля и усвоения знаний и т.п.). Социально-коммуникативная адаптация – это адаптация к новой группе сверстников, усвоение ее правил и традиций, формирование новых навыков общения и взаимодействия. Профессиональная адаптация включает в себя формирование представлений о характере и требованиях будущей профессии, развитие профессиональных компетенций и профессионально-значимых качеств личности. Для обучающихся 1 курса наибольшее значение имеют социально-коммуникативная и учеб-

но-дидактическая адаптация. Это объясняется тем, что адаптация к будущей профессии в основном происходит на более поздних этапах профессионального обучения и связана с изучением профильных дисциплин и прохождением учебной и производственной практик. К тому же без своевременного усвоения правил и требований обучения в колледже, а также нахождения взаимопонимания с другими членами учебного коллектива и преподавателями у студента могут возникнуть трудности в учебе, перенапряжение, снижение активности, нежелание учиться. Все это будет мешать раскрытию студентом своего личностного и познавательного потенциала, необходимого для осуществления профессиональной подготовки, и приведет к его отчуждению от образовательной среды.

Чтобы избежать негативных последствий дезадаптации, необходима целенаправленная и систематическая работа по сопровождению процесса вхождения студента в новую образовательную среду. На это указывают многие авторы [14, 15] и отмечают, что современные учреждения среднего профессионального образования имеют все необходимые возможности: квалифицированный персонал, научно обоснованные педагогические технологии, достаточное материально-техническое обеспечение, система коммуникации со всеми участниками образовательного процесса.

Анализ отечественных исследований по проблеме сопровождения процесса адаптации студентов к новой образовательной среде [16-23] позволил нам выделить следующие направления деятельности: медицинское, социально-психологическое, педагогическое. Хотя есть четкое понимание сущности и принципов организации работы по каждому из направлений, можно констатировать отсутствие единого подхода к определению содержания и условий реализации различных мероприятий, направленных на повышение уровня адаптированности студентов-первокурсников к условиям обучения в колледже.

В этом плане представляется интересным подход Т. П. Браун, которая под оптимальной системой психолого-педагогического сопровождения адаптации студентов понимает целенаправленно организованную образовательную среду колледжа, реализуемую через трехуровневую модель: личностный уровень, уровень организации внеучебной среды и уровень организационной структуры колледжа. На личностном уровне сопровождения к наиболее эффективным формам работы были отнесены: диагностика готовности обучающегося к обучению в колледже, педагогическая помощь в овладении инновационными технологиями организации учебной деятельности, личностно-ориентированное изучение дисциплин по введению в будущую профессиональную деятельность, проведение коррекционно-развивающих мероприятий, направленных на формирование коммуникативных умений и социально-важных навыков, а также на релаксацию и снятие нервно-психического напряжения [24].

#### МЕТОДОЛОГИЯ

*Формирование целей статьи.* Целью исследования является определение наиболее эффективных форм психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации студентов-первокурсников к образовательной среде колледжа.

*Постановка задания; используемые в исследовании методы, методики и технологии.* Экспериментальное исследование проводилось на базе ГАПОУ «Орский медицинский колледж» (г. Орск Оренбургской области). Количество участников эксперимента – 26 человек, обучающихся по специальности 34.02.01 Сестринское дело, направление «Медицинская сестра». Все испытуемые – студенты 1 курса очной формы обучения. Организация экспериментального исследования определялась целью и теоретическими положениями, изложенными выше, и включало в себя три этапа: констатирующий, формиру-

юий и контрольный.

Основной целью первого – констатирующего – этапа стало определение исходного уровня адаптированности студентов первого курса к образовательной среде колледжа. На данном этапе использовались следующие диагностические методики: анкета «Легко ли Вы адаптируетесь в новом коллективе», многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (авторы А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин), методика «Самочувствие. Активность. Настроение» (САН), разработанная В. А. Доскиным, Н. А. Лаврентьевой, В. Б. Шарай и М. П. Мирошниковым, социометрическая методика Дж. Морено. Также, на протяжении всего эксперимента осуществлялось наблюдение, основными изучаемыми показателями стали: проявление познавательного интереса, общение со сверстниками, взаимодействие с преподавателями, успеваемость студентов.

На формирующем этапе исследования была реализована программа «Адаптация», нацеленная на создание психолого-педагогических условий для успешной адаптации студентов-первокурсников к учебной и профессиональной деятельности. Реализация данной программы, позволила решить такие задачи, как: задачи социально-психологической адаптации к новой ситуации обучения (содействовать преодолению ограниченности круга общения, построению отношений в группе со сверстниками; способствовать развитию умений устанавливать контакты с преподавателями; содействовать преодолению тревожности и неуверенности в себе; сформировать первичную самооценку правильности выбора профессии), задачи индивидуализации и интеграции студентов в учебную деятельность и общение (формировать индивидуальный стиль деятельности и общения студентов; содействовать развитию потенциальных возможностей студентов; способствовать формированию профессиональной направленности мотивационной сферы студентов и др.).

Целью контрольного этапа исследования была оценка эффективности реализованных в ходе формирующего эксперимента мероприятий, направленных на повышение уровня адаптированности студентов первого курса к образовательной среде колледжа. На данном этапе использовались диагностические методики, аналогичные тем, что применялись на констатирующем этапе исследования.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

*Изложение основного материала исследования с полным обоснованием полученных научных результатов.*

Результаты констатирующего эксперимента позволили зафиксировать наличие трудностей в процессе адаптации испытуемых к обучению в колледже. Так данные проведенной анкеты свидетельствуют о существовании двух категорий обучающихся. Во-первых, это студенты, которые в силу личностных особенностей хорошо адаптируются к новым жизненным обстоятельствам за счет активности и заинтересованности по отношению к окружающим, они умеют наладить дружественные отношения, не теряя уважения и самоуважения, они не дают себя обидеть в сложных ситуациях. Таких студентов было выделено 69,3% от общего числа участников исследования. Во вторую группу вошли студенты (30,7% от общего количества испытуемых), которые испытывают трудности в адаптации в новом коллективе. В ответах на вопросы они отмечали, что им бывает нелегко, особенно когда приходится завоевывать авторитет в новом коллективе, их часто мучают сомнения, они не всегда знают, как следует поступить в трудной или конфликтной ситуации. Нередко они не дают себе труда проявить чуть больше внимания к окружающим, а иногда могут забыть о собственных интересах, «погрузившись» в чужие проблемы. Бывает, что они не могут справиться со своими эмоциями, могут обидеть окружающих резким обращением.

Проведение социометрической методики позволило

нам определить степень сплоченности-разобщенности в группе испытуемых, выявить «социометрические позиции» каждого члена группы, а также определить наличие внутригрупповых подсистем, сплоченных образований. Социометрический статус каждого члена группы варьируется по всему диапазону значений, где на крайних полюсах оказываются «звезды» группы и «отвергнутые» члены. Наиболее многочисленной является группа «непринятых» (26,9%). 15,4% студентов не получили ни одного выбора и относятся к группе «отверженных». С небольшим отличием в количестве участников представлены группы «принятых», «предпочитаемых» и «звезд». 42,3% от общего числа испытуемых либо не получили выборов, либо их количество оказалось ниже среднего количества полученных выборов. Коэффициент взаимности в данной группе равен 53,6%. Также внутри исследуемой группы можно выделить несколько микрогрупп по два-три человека, которые объединились между собой и взаимодействуют соответственно только друг с другом. Все это является показателем разобщенности в группе и наличия антипатии по отношению к другим студентам.

По результатам методики САН средний балл по шкалам составляет: по шкале «Самочувствие» – 4,0; по шкале «Активность» – 4,1; по шкале «Настроение» – 3,9. В целом в группе баллы имеют небольшую вариативность, что говорит о благоприятном психоэмоциональном состоянии большинства студентов. Только показатели 4 испытуемых свидетельствуют о пониженном эмоциональном фоне и настроении.

Проведенный нами опросник «Адаптивность» позволяет оценить уровень социально-психологической адаптированности испытуемого по следующим параметрам: адаптивные способности, коммуникативный потенциал, нервно-психическая устойчивость, моральная нормативность. Результаты данной методики показали, что 69,2% испытуемых характеризуются высокой и нормальной адаптированностью к социальной среде. 23,1% студентов имеют удовлетворительный уровень адаптированности, они в большей мере зависят от условий внешней среды и при неблагоприятных обстоятельствах склонны к проявлению психо-эмоциональной неуравновешенности и асоциальных срывов. Низкий уровень адаптированности был отмечен у 7,7% студентов, то есть такие обучающиеся не адаптировались в группе, не принимают ее ценности и правила, плохо взаимодействуют с другими студентами.

Эти данные подтверждаются и результатами наблюдения. Студенты с низким уровнем адаптированности без удовольствия ходят на занятия и не всегда выполняют задания, предложенные преподавателем. У них отсутствует мотивация к учебной деятельности, они не понимают специфики обучения в медицинском колледже, имеют низкую успеваемость.

Таким образом, обобщение результатов по всем методикам позволяет нам выделить следующие группы студентов в зависимости от уровня их социально-психологической адаптации к образовательной среде колледжа.

Первую группу составили испытуемые с низким уровнем адаптации (26,9% от общего числа испытуемых). У них выявлены: низкий уровень поведенческой регуляции, определенная склонность к нервно-психическим срывам, отсутствие адекватной самооценки и реального восприятия действительности. Такие студенты не принимаются в группу, у них низкие субъективные показатели, связанные с принятием не только социальных ролей, но и условий обучения. Нарушение адаптационных процессов у студентов сказывается не только на успеваемости и их дисциплине, но и на спаде интереса к учебе, на повышении тревожности. Также могут наблюдаться и многие психогенные нарушения: неадекватные реакции на проблемы и стрессы, межличностные конфликты, депрессивные переживания. Интересен тот факт, что некоторые студенты с низким уровнем



нем адаптации субъективно оценивали свои адаптивные способности достаточно высоко, хотя при объективных условиях они не смогли успешно войти в коллектив, что и подтвердили результаты обследования.

Во вторую группу, характеризующуюся средними показателями адаптации, вошли студенты с невысоким уровнем нервно-психической устойчивости, средним уровнем психической саморегуляции и средней адекватной самооценкой. Поведение и деятельность студентов данной группы преимущественно зависит от внешних условий и окружающих людей. В данной группе оказалось большинство испытуемых с социометрическим статусом «принимаемые» и «предпочитаемые» (57,7%).

Третья группа – обучающиеся с высоким уровнем адаптации (15,4% от общего числа испытуемых). Данный уровень характеризуется нервно-психической устойчивостью и поведенческой регуляцией, высокой адекватной самооценкой и реальным восприятием действительности. Студенты, имеющие высокие показатели по уровню адаптивности, являются «звездами» или «предпочитаемыми» членами в группе. При этом их эмоциональный фон также оказывается в зоне благоприятных или нормальных значений. Среди студентов данной группы также было зафиксировано расхождение, связанное с оценкой своих адаптационных возможностей: один испытуемый субъективно оценил свои адаптационные способности в коллективе как достаточно и указал на определенные трудности в этом процессе, хотя по результатам объективных методик представленная оценка не соответствовала действительности.

В целом, можно утверждать, что большинство студентов адекватно оценивают свои адаптационные возможности, что совпадает с их реальным положением в группе. Однако у некоторых из них процесс адаптации к новым условиям обучения проходит тяжело, с соответствующими нарушениями в деятельности и общении с другими обучающимися. Также были выявлены студенты, у которых объективные и субъективные оценки своих адаптационных возможностей не совпадают: они их либо переоценивают, либо недооценивают. Поэтому объективно необходимо проведение специальных мероприятий, направленных на оптимизацию процесса адаптации студентов исследуемой группы к образовательной среде учреждения среднего профессионального образования.

В ходе формирующего эксперимента была разработана и апробирована программа, основной целью которой являлось повышение уровня адаптированности обучающихся к образовательной среде колледжа. Данная программа разрабатывалась на основе следующих принципов: комплексный подход к определению содержания адаптации обучающихся; выделение ключевых психолого-педагогических условий, оказывающих наиболее значимое влияние на успешность процесса адаптации; личностный подход к участникам адаптационного процесса; использование различных методов для оптимизации адаптационного процесса; сочетание групповых и индивидуальных форм работы в процессе реализации программы. Реализация программы «Адаптация» осуществлялась в трех направлениях: работа со студентами, работа с преподавателями колледжа, работа с родителями обучающихся.

В рамках первого направления решались задачи: формирование компетенций учебно-профессиональной деятельности, преодоление ограниченности круга общения обучающихся, выстраивание гармоничных отношений в группе сверстников, развитие умений устанавливать контакт, преодолевать неуверенность в себе, содействие развитию потенциальных возможностей студентов и т.п. В процессе изучения спецкурса «Введение в специальность» студенты знакомились со спецификой их будущей профессиональной деятельности, особенностями организации учебно-профессиональной деятельности в колледже, осваивали принципы рациональной организа-

ции учебного труда, учились планировать свою работу, пользоваться учебной литературой, вести конспекты, проводить анализ результатов своей учебной деятельности. Также преподаватели организовывали мероприятия, направленные на повышение мотивации обучения (соревнования, КВН, конкурсы профмастерства, классные часы о профессии, вовлечение студентов в предметные кружки). Педагогом-психологом были проведены тренинговые занятия на темы: «Давайте познакомимся», «Помоги себе сам», «Развитие умственных способностей», «Я и другие», «Организация отдыха и аутогенная тренировка», «Межличностные отношения в студенческой группе», деловая игра «Мы вместе». В ходе таких занятий студенты активно участвовали в выполнении заданий, обсуждали спорные и проблемные моменты, решали задачи, связанные с выстраиванием отношений в коллективе. Можно отметить высокую активность тех из них, у которых при начальной диагностике был установлен нормальный и высокий уровни адаптации. Они достаточно открыто общались со всеми одноклассниками, могли приемлемо выражать свои чувства, редко вступали в конфликтные отношения. Студенты с низким и удовлетворительным уровнем адаптации, напротив, не всегда принимали активное участие в упражнениях, иногда старались уйти в сторону, чтобы не оказаться в центре внимания группы.

Работа с преподавателями предполагала проведение просветительских мероприятий, нацеленных на повышение их компетентности в вопросах адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в колледже. Были организованы семинары и мастер-классы для педагогов, в ходе которых отрабатывались технологии организации оптимальных психолого-педагогических условий адаптации студентов, методы формирования и поддержания учебной мотивации, использования индивидуально-дифференцированного подхода в работе со студентами, в частности при проведении контроля за усвоением учебного материала. На занятиях с преподавателями большое внимание уделялось вопросам организации психологического и педагогического сопровождения студентов, составляющих группу адаптационного риска.

В рамках третьего направления работы были проведены собрания для родителей обучающихся 1 курса, где обсуждались теоретические и практические вопросы адаптации студентов к условиям обучения в колледже, роли семьи в снижении негативных факторов адаптационного периода. Большинство родителей позитивно восприняли предложение администрации колледжа об их более активном участии в жизни колледжа и координации совместной деятельности в решении вопросов психолого-педагогического сопровождения и поддержки студентов на начальных ступенях обучения.

Повторная диагностика, проведенная на контрольном этапе исследования, показала изменения в уровне адаптированности обучающихся к образовательной среде колледжа. Так, отмечаются положительные сдвиги в субъективной оценке студентами своих адаптационных возможностей. С 30,7% до 11,5% уменьшилось количество студентов, которые считают, что им сложно адаптироваться в новых условиях, и они не всегда знают, как им поступить в сложной или конфликтной ситуации. Это отразилось на успеваемости (показатель несколько улучшился по сравнению с началом учебного года), на их восприятии учебного материала и будущей профессии. Например, студенты стали лучше относиться к своему профессиональному выбору, что повлияло на организацию их учебной деятельности: они стали более собранными, четко выполняли требования преподавателей по предметам, с удовольствием принимали участие в предметных кружках.

Об улучшении взаимоотношений студентов в группе свидетельствуют и данные социометрического обследования. Если на констатирующем этапе исследования

15,4% студентов не получили не одного выбора, то теперь студентов, имеющих статус «отверженные», выявлено не было. С 26,9% до 7,8% сократилось число студентов, отнесенных к группе «непринятых» членов. Более 75% испытуемых имеют благоприятный социометрический статус, в группе повысился уровень сплоченности. Практически не стало микрогрупп, студенты стали более активно взаимодействовать не только с близкими друзьями, но и с другими членами группы. То есть можно говорить о развитии симпатии в группе студентов, отсутствии разобщенности, в то время как на начальном этапе эти характеристики присутствовали.

Также отмечается улучшение показателей настроения у многих студентов, особенно тех, кто находился ранее в группе «отверженные» по результатам констатирующего исследования. Средний балл по шкалам методики САН составляет: по шкале «Самочувствие» – 4,3; по шкале «Активность» – 4,4; по шкале «Настроение» – 4,2.

В целом, по результатам контрольного обследования изменился количественный состав выделенных нами групп студентов по уровню их социально-психологической адаптации к образовательной среде колледжа. 76,9% испытуемых перешли в группу с более высоким показателем адаптированности, 23,1% – остались в «своей» группе, но также улучшили свои показатели по шкалам «Адаптивные способности», «Коммуникативный потенциал», «Нервно-психическая устойчивость». Не было выявлено ни одного студента с низким уровнем адаптированности, хотя на констатирующем этапе таких было 26,9% от общего числа испытуемых. С 57,7% до 69,2% возросло количество студентов, имеющих средние показатели адаптации. Количество испытуемых с высоким уровнем социально-психологической адаптации возросло до 30,8%. Полученные данные свидетельствуют об эффективности реализованной программы психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации студентов колледжа к условиям обучения.

#### ВЫВОДЫ

**Выводы исследования.** Проведенное нами исследование позволяет сделать вывод, что адаптация обучающихся к образовательной среде колледжа будет успешной при условии реализации комплексной программы психолого-педагогического сопровождения, включающей в себя мероприятия в трех направлениях: работа со студентами, работа с преподавателями колледжа, работа с родителями обучающихся. Данная программа, разработанная на основе принципов комплексного и индивидуально-личностного подходов, не только позволила повысить уровень социально-психологической адаптированности студентов колледжа к новым условиям обучения, но также оказала положительное влияние на результативность учебной деятельности обучающихся, их отношение к учебе в колледже и будущей профессии, а также способствовала укреплению межличностных отношений студентов-первокурсников в группе и снижению уровня их нервно-психического напряжения и дискомфорта.

**Перспективы дальнейших изысканий в данном направлении.** Планируется продолжение исследования данной проблемы. Перспективным мы считаем проведение сравнительного анализа характеристик процесса адаптации обучающихся к образовательной среде учреждения высшего и среднего профессионального образования, а также расширение деятельности по психолого-педагогическому сопровождению процесса адаптации студентов к будущей профессиональной деятельности в целом.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке: учебное издание // Под ред. Д. В. Колесова. - М.: Педагогика, 2015. - 150 с.
2. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2011. Т. 22, № 1. - С. 16-24.
3. Саввина Т. И. Адаптация студентов-первокурсников к условиям вузовского обучения // Путь в педагогическую науку: проблемы и решения. 2019. № 5 (9). - С. 230-235.

4. Дарьина Ю. А. Социально-психологическая адаптация студентов первого курса к условиям обучения в вузе // Педагогика и современное образование: традиции, опыт и инновации: сборник статей XIV Международной научно-практической конференции. - Пенза, 2021. - С. 161-163.

5. Большакова Ю. С., Грашина П. А., Уракова М. Н., Жулькова Ю. Н. Адаптация студентов первых курсов к условиям обучения в высшей школе // Вестник педагогических наук. 2021. № 1. - С. 29-34.

6. Астаева С.С. Социально-психологическая адаптация студентов СПО к условиям обучения в техникуме // Интериал. 2019. № 2 (6). - С. 105-108.

7. Харлап С. Ю. Адаптация студентов колледжа к новым условиям обучения // Аграрное образование и наука. 2016. № 5. - С. 83-89.

8. Васильева К. П. Адаптация студентов-первокурсников с ограниченными возможностями здоровья к условиям обучения в колледже // Аллея науки. 2018. Т. 1. № 3 (19). - С. 646-649.

9. Швецова А. В. Психологическое сопровождение адаптации студентов с ограниченными возможностями здоровья к обучению в техникуме // Конференциум АСОУ: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. 2016. № 4. - С. 2422-2424.

10. Cristina Cabras, Marina Mondo. Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: gender and age differences // Higher Education. 2017. - p. 1-12.

11. Aurel Ion Clinciu. Adaptation and Stress for the First Year University Students // Procedia - Social and Behavioral Sciences. 78. 2013. - p. 718-722.

12. Martin Jr., W. E., Swartz, J. L., & Madson, M. Psychosocial factors that predict the college adjustment of first year graduate students: implications for college counselors // Journal of College Counseling, 2(2). 2009. - p. 121-133.

13. Волгина Т. Ю. Адаптация студентов к обучению в педагогическом вузе: трудности, проблемы, пути их решения // Вестник Омского государственного педагогического университета. 2007. № 5. - С. 56-63.

14. Ковалева Е. Н. Методы повышения качества обучения математике и адаптация студентов к условиям обучения в вузе как способ формирования компетенций // Современные проблемы гуманитарных и общественных наук. 2017. № 2 (15). - С. 72-77.

15. Тюменцева С. Н., Пафенова С. Н. Адаптация студентов к условиям обучения // Ашировские чтения. 2016. Т. 1. № 4-4 (8). - С. 354-367.

16. Засядько К. И., Опроценко Д. Л., Волокитин А. С. Медико-психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации студентов как инновационная стратегия в развитии науки о человеке // Современные научные открытия: сборник статей по материалам международной научно-практической конференции. 2017. - С. 3-5.

17. Благовская Е. В., Джатканбаева А. Г. Социально-психологическое сопровождение студентов-сирот в период их адаптации, в условиях учреждений СПО // Научные достижения: теория, методология, практика: сборник научных трудов по материалам XVI Международной научно-практической конференции. 2020. - С. 38-42.

18. Карагулян Э. Т. Педагогическое сопровождение адаптации студентов-первокурсников // Молодой ученый. 2018. № 48-1 (234). - С. 7-8.

19. Снегирева Л.В. Изучение объективных и субъективных проявлений адаптации у студентов-первокурсников медицинского вуза // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 92-95.

20. Толканов З.А. Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников в колледже // Гуманитарные балканские исследования. 2019. Т. 3. № 2 (4). С. 79-81.

21. Газиева З.А. Особенности успешной адаптации студентов к условиям вуза // Научный вектор Балкан. 2019. Т. 3. № 3 (5). С. 18-21.

22. Смольянинова Е.Н., Козлова А.А. Анализ условий обучения в высшей школе как факторов, влияющих на выбор абитуриентов // Азимут научных исследований: экономика и управление. 2017. Т. 6. № 3 (20). С. 186-189.

23. Бородин К.М. Адаптация первокурсников путем воспитательной деятельности педагогов // Карельский научный журнал. 2020. Т. 9. № 3 (32). С. 15-17.

24. Браун Т. П. Адаптация студентов к условиям обучения в вузе как фактор активного взаимодействия личности с образовательной средой // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. 2007. № 3. - С. 20-26.

Статья поступила в редакцию 24.05.2021

Статья принята к публикации 27.08.2021