

Научная статья

УДК 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.4.3>**К проблеме адаптации студентов-первокурсников высших учебных заведений гуманитарного профиля****Виктория Д. Вороная**

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

E-mail: voronaya@sfedu.ru

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9984-2245>**Евгений А. Проненко**

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

E-mail: pronenko@sfedu.ru

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6032-6059>**Аннотация**

Во **«Введении»** говорится о том, что ввиду динамичной смены образовательных условий вопрос адаптации студентов-первокурсников остается актуальным. С одной стороны, проблемы остаются теми же, с другой – возникают трудности, связанные с изменениями общественной обстановки. Целью данного исследования является анализ трудностей и проблем, характерных для студентов-первокурсников, и оценка их субъективной трудности. Новизна исследования заключается в дополнении существующих исследований проблемами, ранее не поднимающимися или мало освещенными авторами (например, негативные чувства у студентов после ответа на семинаре, сравнение себя с одногруппниками). **Методы:** использован авторский опросник из 14 вопросов, позволяющий с помощью семантического дифференциала оценить субъективную трудность воспринимаемых студентами проблем; результаты были проанализированы с помощью математической обработки и контент-анализа. **Результаты:** трудностями, характерными для половины всех опрошенных, выступают ощущение неопределенности времени начала семестра (особо тревожащий 22% опрошенных), страх ошибиться (особо значимый для 33% студентов) и страх не найти контакт с одногруппниками (также значимый для 33% студентов). На момент исследования 68% первокурсников отмечают стабилизацию ситуации и решение проблем, однако 32% указывают на оставшиеся беспокоящие трудности. Из них 21% студентов отмечают негативные переживания после ответов на семинаре, 15% – страх ошибиться, 15% – проблему

сравнения себя с одноклассниками, 13% и 10% – проблемы внутригрупповой сплоченности и планирования времени соответственно. 63% первокурсников указали на значительную помощь в адаптации кураторов и наставников. В **обсуждении результатов** указывается на определенную согласованность ряда проблем, что отсылает к актуальности практического применения исследований.

Ключевые слова: адаптация, студенты-первокурсники, адаптированность, кураторство, трудности адаптации

Для цитирования

Вороная В.Д., Проненко Е.А. (2022). К проблеме адаптации студентов-первокурсников высших учебных заведений гуманитарного профиля. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 20(4), 27–43. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.4.3>

Research article

UDC 159.9

<https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.4.3>

To the problem of adaptation of freshmen of the humanitarian higher educational institutions

Victoria D. Voronaya

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

E-mail: voronaya@sfedu.ru

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9984-2245>

Evgeny A. Pronenko

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

E-mail: pronenko@sfedu.ru

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6032-6059>

Abstract

The **«Introduction»** says that due to the dynamic change of educational conditions, the issue of adaptation of first-year students remains relevant. The **purpose** of this study is to analyze the difficulties and problems of first-year students and their subjective perception of difficulties. The **novelty** of the research lies in expanding existing researches with problems that were poorly described by the authors (for example, negative feelings after answering a topic, comparing with classmates). **Methods:** we

used the author's questionnaire of 14 questions, which allows to assess the subjective difficulty of the problems perceived by students. The results were analyzed using mathematical processing and content analysis. **Results:** difficulties characteristic of half of all respondents are a feeling of uncertainty about the start of the studying (especially disturbing 22% of respondents), fear of making mistakes (especially significant for 33% of students) and fear of not finding contact with classmates (also significant for 33% of students). At the time of the study, 68% of first-year students noted the solution of problems, but 32% indicated the remaining disturbing difficulties. Of these, 21% of students report negative feelings after answering the topics, 15% – fear of making mistakes, 15% – the problem of comparing themselves with classmates, 13% – problems of group communication and 10% – time planning problems. 63% of first-year students indicated significant assistance by mentors. In the **discussion of the results** we described the similar problems that is indicated by the authors. Our researches refer to the relevance of the practical application of the results.

Keywords: adaptation, freshmen, adaptability, curatorship, difficulties of adaptation

For citation

Voronaya V.D., Pronenko E.A. (2022). To the problem of adaptation of freshmen of the humanitarian higher educational institutions. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik (North-Caucasian Psychological Bulletin)*, 20(4), 27–43. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.4.3>

Введение

Адаптация как установление оптимального соответствия личности студента и восприятия им университетской среды является актуальным предметом анализа и рассмотрения (Назмутдинов, 2018; Борушко, 2019; Маховицкая, 2020; Седанкина, 2022 и др.). Авторами выделяются разнонаправленные проблемы и трудности в адаптации студентов и восприятие ими их субъективной сложности; рассматривается процесс адаптации, его стадии, характеристики и типы.

Так, Маховицкая выделяет несколько типов адаптации (Маховицкая, 2020):

1. Психофизиологическая адаптация как привыкание организма к умственным и физическим нагрузкам и перегрузкам;
2. Профессиональная адаптация как формирование первичного отношения к выбору профессии, оценка его адекватности субъекту и личной привлекательности;
3. Социально-психологическая адаптация как социализация, вступление в систему принципиально новых социальных связей.

Они требуют определенных личностных факторов (Маховицкая, 2020).

К таким личностным факторам относятся:

1. *Мотивационный* как наличие или отсутствие побуждающих к продолжению учебно-профессиональной деятельности факторов;
2. *Когнитивный* как осведомленность и знание о требованиях учебного заведения, принципах, структурах изучаемых предметов;
3. *Коммуникативный* как способность к общению как с одногруппниками, так и с преподавателями;

Эмоционально-волевой как необходимость адекватной самооценки, низкого уровня личностной тревожности и навыков саморегуляции и самоорганизации (Седанкина, 2022).

Адаптация неразрывно связана и с процессом развития личности, степенью мобилизации ее ресурсов, уровнем активности, личностными смыслами, мотивационной и эмоциональной компонентами деятельности (Борушко, 2019). Онтологический статус студенческого возраста подразумевает определенный уровень напряженности студентов в их внутриличностных отношениях. В это время происходят выстраивание системы жизненных ориентиров, планов и целей, вступление в самостоятельную жизнь, формирование реальных представлений о себе. Отмечается, что у части студентов могут возникнуть: рассогласование между прошлой жизнью, до ВУЗа, и нынешней, в условиях студенчества; размытие представлений о себе; страх взросления и самостоятельности, вплоть до ощущения студентом потери себя; сомнение в выборе профессии и сожаление о потраченном на поступление времени (Калиниченко и Назмутдинов, 2018).

Адаптация студентов-первокурсников подразумевает несколько основных стадий (Батуева и др., 2019). Неготовность признания и принятия системы ценностей новой среды вуза и группы на начальном этапе сменяется этапом терпимости, а затем и аккомодации, то есть адекватного их восприятия и признания. Со временем может сформироваться ассимиляция как совпадение систем ценностей индивида, группы и среды.

Таким образом, **целью** настоящего исследования является анализ возникающих трудностей и проблем, характерных для периода адаптации в высшем учебном заведении, и анализ восприятия их субъективной трудности самими студентами.

Теоретическим объектом исследования выступает оценка студентами трудности в адаптации к условиям ВУЗа, **эмпирическим объектом** – 109 студентов-первокурсников Южного Федерального Университета и Донского Государственного Технического Университета, **предметом** – возникающие у них в процессе адаптации трудности и их субъективное восприятие.

На основе анализа литературы можно выделить следующие наиболее типичные проблемы и трудности в адаптации студентов-первокурсников.

1. Трудности из-за принципиально новых условий деятельности:

- Потеря привычной зоны комфорта (Чижкова, 2019), необходимость перестраивать структуру деятельности ввиду перегрузок и загруженности в психоэмоциональной, информационной и социально-бытовой сферах;
- Трудности, возникающие из-за необходимости менять устоявшиеся стереотипы поведения (Намазов и др., 2017; Tarasova et al, 2017) и картину мира; в целом потеря школьного коллектива и привычных моделей поведения (Борушко, 2019);
- Необходимость перестройки физиологической структуры деятельности, а именно питания, режима труда и отдыха, гигиены работы за компьютером; часто возникает дискомфорт от нерационального питания, чрезмерного использования электронных устройств и гиподинамии, что может привести к заметным ухудшениям физического и психологического состояния (Намазов и др., 2018);
- Встреча с принципиально новыми формами организации занятий и их высокой информационной насыщенностью (Карасёва, 2005); а также с предъявляемым к первокурсникам высоким требованиям учебного процесса.
- Трудности самоорганизации при обучении с меньшим, чем в школьных условиях, регулярным контролем посещаемости и знаний. Несформированность навыков обращения со временем и продуктивного планирования в ситуации как нехватки свободного времени, так и его избытка (Шолохова и Чикова, 2014).
- Неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности, усугубляемое отсутствием повседневного контроля педагогов; неготовность к обучению без привычного контроля и опеки со стороны родителей, учителей;
- Нехватка материальных средств, привыкание к обособленной от родителей жизни, в некоторых случаях необходимость поиска работы (Шолохова и Чикова, 2014).

2. Трудности социального взаимодействия:

- Страхи, связанные с публичными выступлениями (Борушко, 2019), необходимостью задавать вопросы в лекториях, негативные переживания после выступления;
- Обогащение багажа исполняемых социальных ролей, отсутствие привычного круга общения и необходимость закрепления, проявления в социальном пространстве университета;
- Малая сформированность социального опыта и собственной ценностно-смысловой позиции, моральных ориентиров (Калиниченко

и Назмутдинов, 2018), что приводит к ощущению неопределенности состояния и возможным межличностным конфликтам.

3. Трудности самоидентификации:

- Перестройка Я-концепции личности ввиду несоответствия реальным результатам и успешности обучения, а также опыта взаимодействия с одноклассниками и преподавателями представлениям об идеальном (Пшеничнова, 2018);
- Студентами также отмечается неуверенность в последующем после университета успешном трудоустройстве и в целом в размытых перспективах дальнейшей жизни (Намазов и др., 2018); актуализирующиеся трудности самоопределения (Намазов и др., 2017) и поиска себя;
- Снижение уровня мотивации к изучению «ненужных» дисциплин, являющихся общеобразовательными или повторяющими школьный курс; мотивационные трудности в целом, связанные с экстернальным локусом контроля, отсутствием восприятия конкретных целей обучения (Orlov et al., 2018);
- Отмечается также низкий уровень развития познавательной мотивации, связанный с целями поступления в университет. Например, нежелание учиться у студентов, поступивших ради диплома, сужает диапазон их общения и решаемых проблем, что приводит к пассивности и безынициативности (Пшеничнова, 2018); снижать уровень адаптированности будет и низкая мотивационная готовность к выбранной профессии (Борушко, 2019);
- Отмечается фактор ответственности за успехи в учебе перед собой, преподавателями и родителями, что может привести к тревожности студента (Намазов и др., 2018).

Особенно важны развитые навыки приспособления у студентов психолого-педагогических специальностей, ибо необходимость развития эмпатических способностей в частности и готовность входить в состояние чужих людей и содействовать в решении их проблем выступают факторами успешности адаптации к профессиональному обучению.

Отдельных исследований требует изучение трудностей адаптации в условиях возвращения студентов после дистанционного обучения на очное, поскольку студенты, длительное время вынужденные находиться в стрессовом напряжении, могут быть все еще подвержены негативным факторам. Нынешние студенты могут страдать от нехватки опыта социального взаимодействия, публичных выступлений, тревожного ожидания негативной оценки преподавателями полученных знаний, то есть в целом от упущенных во время обучения на дистанционном формате в школе навыков (Мионов и Белозерова, 2022). В зарубежных источниках особое внимание уделяется

адаптационным трудностям студентов в связи с дистанционным обучением, поэтому важно принимать во внимание **отношение** первокурсников к дистанционному формату лекций и семинаров, которые по-прежнему остаются частью учебного процесса. Так, Biver et al. (2021) выделяют четыре типа обучающихся в зависимости от преобладающих особенностей: 1) «перегруженные» (имеющие трудности с регуляцией, распределением внимания, сниженную мотивацию, отсутствие навыков тайм-менеджмента и организации, что ведет к переживанию напряжения и стресса); 2) «адаптирующиеся» (имеющие проблемой большие временные затраты на учебу, но сохраненные мотивацию и когнитивные способности); 3) «сопровождающие» (имеющие незначительные мотивационные и когнитивные трудности, но не затрачивающие много времени на учебу) и 4) «сдавшиеся» (подвергнувшиеся сильному негативному влиянию ситуации, отказавшиеся предпринимать усилия для продолжения учебы). Для «напряженных» и «сдавшихся» студентов общими были ощущения изолированности, напряжения, нехватка общения с коллективом и преподавателями, потеря желания обучаться по выбранной специальности и обучаться вообще, что подчеркивает важность содействия студентам в успешном прохождении профессиональной и социально-психологической адаптации, учитывая возросшую для студентов ценность последней (Nugmanova et al., 2022).

Институты кураторства и студенческого наставничества отмечаются перспективными и действенными средствами помощи студентам в повышении уровня их социально-психологической адаптации к условиям ВУЗа (Маховицкая, 2020; Калимуллина, 2011; Янушкевич, 2012). Отмечается, что грамотно организованное кураторство, помимо управления адаптационными процессами и решения студенческих проблем, выступает как транслятор опыта и передатчик знаний, а также как ресурс воспитательной работы (Маховицкая, 2020). Наставники же как студенты старшего курса выступают проводниками в культурную, общественную и учебную части студенческой активности.

Методы

Выборка

В исследовании было задействовано 109 студентов-первокурсников (101 девушка (93 %) и 8 юношей (7 %)) двух высших учебных заведений г. Ростова-на-Дону (ЮФУ (32 %) и ДГТУ (68 %)), ведущий профиль – психолого-педагогические специальности, средний возраст – 17,8 лет. Сбор информации по анкете проводился с 29.11.2022 по 02.12.2022 на платформе Google Forms. Данный период времени был обусловлен снижением уровня аффективной напряженности студентов, привыканием к учебной группе и деятельности и возможности ретроспективно оценить собственную адаптацию.

Авторская анкета адаптации

В ходе предваряющего исследованию опроса первокурсников были выделены трудности и страхи, препятствующие гармоничной адаптации. Данные пункты были обобщены методом контент-анализа и вынесены в анкету, состоящую из 12 суждений, по которым было необходимо выразить степень актуальности от 1 до 10, и двух развернутых вопросов («Какие из отмеченных выше проблем решены, а какие еще остались?» и «Помогли ли Вам в адаптации Ваши наставник и куратор?»).

Пункты анкеты были скомпонованы соответственно выделенным в опросе категориям трудностей:

1. Ощущение нестабильности и переживание неуверенности:

- Насколько трудной была для Вас адаптация к студенческой жизни?
- Расценивали ли Вы начало семестра как нестабильное и неопределенное время?
- Если да, тяжело ли было находиться в условиях неопределенности и нестабильности?
- Было ли страшно, что с началом учебы жизнь изменится слишком сильно?

2. Проблемы, связанные с межличностным общением:

- Было ли страшно "остаться за бортом" и не сойтись с одногруппниками?
- Было ли непонятно, как найти контакт с одногруппниками?
- Приходилось ли Вам притворяться другим человеком, чтобы влиться в коллектив?

3. Проблемы планирования и обращения со временем:

- Тяжело ли было планировать свое время?

4. Проблемы, связанные с самопроявлением:

- Сложно ли было проявляться в коллективе и вести себя так, как хотелось?
- Было ли страшно ошибаться?
- Было ли после ответов на семинаре стыдно за себя?
- Чувствовали ли вы себя хуже других, сравнивая себя с одногруппниками?

Таким образом, данная анкета затрагивает как социально-психологические аспекты адаптации первокурсников, так и апеллирует к психологическим аспектам студентов, оставляя пространство для свободного ответа об остающихся трудностях.

Результаты

Результаты исследования были получены анонимно, обработаны через создание базы данных в Excel. Анализ анкеты адаптированности проводился с помощью контент-анализа; а также подсчета медианы и построения графиков и диаграмм в программе Excel. Медианы для закрытых вопросов анкеты представлены в таблице (табл. 1).

Таблица 1

Вопросы анкеты и медианы восприятия трудностей адаптации

Вопрос анкеты	Медиана	Количество студентов, отметивших 8, 9 или 10
Насколько трудной была для Вас адаптация к студенческой жизни?	4	18 (16,5%)
Расценивали ли Вы начало семестра как нестабильное и неопределенное время?	5	24 (22%)
Если да, тяжело ли было находиться в условиях неопределенности и нестабильности?	4	18 (16,5%)
Тяжело ли было планировать свое время?	4	22 (20%)
Было ли страшно "остаться за бортом" и не сойтись с одногруппниками?	5	36 (21%)
Было ли непонятно, как найти контакт с одногруппниками?	4	23 (21%)
Приходилось ли Вам притворяться другим человеком, чтобы влиться в коллектив?	1	7 (6%)
Сложно ли было проявляться в коллективе и вести себя так, как хотелось?	2	11 (10%)
Было ли страшно, что с началом учебы жизнь изменится слишком сильно?	3	14 (13%)
Было ли страшно ошибаться?	5	36 (33%)
Было ли после ответов на семинаре стыдно за себя? (испытывали ли вы негативные чувства?)	4	25 (23%)
Чувствовали ли вы себя хуже других, сравнивая себя с одногруппниками?	3	24 (22%)

В целом адаптация воспринималась первокурсниками как процесс, требующий определенных усилий. Для 16,5 % первокурсников адаптация характеризовалась особыми трудностями.

Половина всех опрошенных оценивали начало семестра как нестабильное и неопределенное время, причем 22 % особенно отмечали неопределенность данного времени. Половина всех первокурсников столкнулась с субъективной неопределенностью начала семестра и ощущением нестабильности, как минимум 16,5 % студентов имели существенные трудности нахождения в ней.

Впервые открывать для себя принципиально новую сферу деятельности вызвало ряд трудностей планирования и организации, на которые указала почти половина всех опрошенных. Существенные трудности планирования отмечены у 20 % студентов, то есть у пятой части всех опрошенных.

Проблема контакта с коллективом стояла особенно остро и вызывала субъективный страх у половины опрошенных, причем для трети испытуемых (33 %) данный страх был особенно актуален. Значимой части студентов также было трудно понять, как найти контакт с одногруппниками, на затруднения указывает 21 % студентов.

Небольшая часть первокурсников прибегала к формированию ложного впечатления о себе, в целом студенты не имеют тенденции притворяться кем-либо другим для вхождения в коллектив, однако 6 % студентов указывают на актуальность данного фактора.

Субъективно самопроявление в коллективе студентами оценивается как несложное, существенные трудности характерны для 10 % студентов, то есть для десятой части опрошенных.

Страх сильного изменения жизни в целом не выражен, на сильные переживания по данному фактору указывают 13 % опрошенных.

Половине студентов характерен страх ошибаться, причем треть всех студентов (33 %) имеет сильные переживания по этому поводу.

Фактор негативных эмоций после ответов на семинарских занятиях значим для рассмотрения, поскольку характерен почти для половины всех опрошенных и особенно для 23 % студентов.

Проблема сравнения себя и ощущения себя «хуже других» особо характерна для 22 % всех студентов.

Таким образом, наиболее значимыми трудностями в адаптации студентов, выделенными в данном исследовании, выступают: субъективное ощущение неопределенности и нестабильности начала семестра, страх не влиться в коллектив и не найти контакт с одногруппниками и страх ошибаться, которые характерны для половины всех опрошенных. Проблемы, в основном, связаны с социумом, коллективом и боязнью проявить себя в худшем свете. Значимыми

проблемами также являются трудности планирования и негативные чувства, стыд за себя после ответов на занятиях (рис. 1).



Рисунок 1. Медианы восприятия трудностей адаптации

На момент исследования 68 % студентов отметили преимущественное решение проблем, 32 % указывают на нерешенные трудности, которые все еще актуальны (рис. 2).

Какие из указанных трудностей решены, а какие еще остались?

- Все или почти все решены (68%)
- Остались нерешенные проблемы (32%)

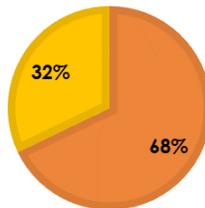


Рисунок 2. Диаграмма решенных и нерешенных проблем

Причем состав нерешенных проблем (рис. 3) в целом повторяет картину полученных медиан, однако на первый план, помимо ответа «никакие проблемы не решены», отмеченного 26 % студентов с актуальными трудностями, выходит проблема негативных переживаний при ответе на семинаре (21 %), характеризующаяся эпитетами «неловко», «стыдно».

Отмечаются оставшиеся страхи ошибиться, «опозориться», «сделать что-то не так» (15 % опрошенных с актуальными трудностями), а также проблемы сравнения себя – «ощущение себя недостаточно смышленным», «кажется, будто другие знают чуть больше» (15 %).

Части студентов характерно ощущение отчужденности, отмечается, что «не хватает сплоченности в группе» (13 % опрошенных с актуальными трудностями), и 10 % студентов по-прежнему испытывают сложности планирования и распределения времени.

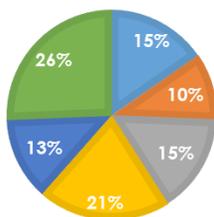
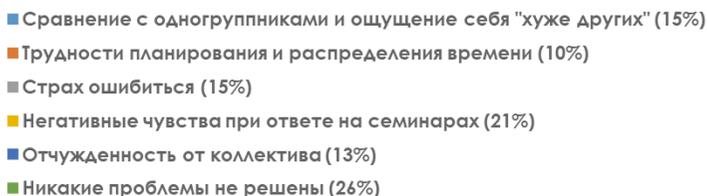


Рисунок 3. Состав нерешенных проблем студентов

Однако более половины студентов (63 %) отметили, что в адаптации помогли куратор учебной группы и наставник из числа студентов (рис. 4), что открывает возможности для дальнейшего исследования перспективности данных институтов.

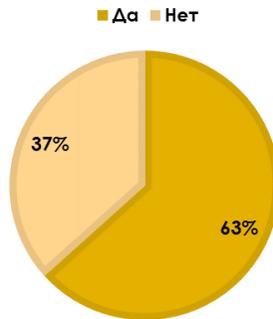


Рисунок 4. Ответы на вопрос «помогли ли Вас в адаптации Ваши наставник и куратор?»

Таким образом, значительная часть трудностей, связанная как с самовосприятием в изменившихся, принципиально новых условиях, так и с характерными онтологии студенческого возраста страхами отчуждения от социума, ошибок и негативного самопроявления.

Обсуждение результатов

Характерные для студентов проблемы отмечают Шолохова и Чикова (2014). Ими отмечено, что с проблемами в учебной деятельности встречаются 60% первокурсников; со взаимодействием с преподавателями – 26,6%, материальными трудностями – 20%. У трети студентов диагностируется состояние большого психоэмоционального напряжения, у половины – трудности самоорганизации и планирования в учебной и внеучебной деятельности, неумение работать и контролировать себя самостоятельно. Проблемы студентов ранжированы авторами по степени встречаемости: нехватка времени, перегруженность учебной, слабая довузовская подготовка, трудности самоорганизации, недостаточность материальных средств, потеря привычной обстановки и круга общения и необходимость включения в новый коллектив (Шолохова и Чикова, 2014). В нашем исследовании идентичные проблемы страха ошибиться и «остаться за бортом» коллектива также выходят на первый план. Зеленцова указывает на трудности, связанные с неопределенным, изменяющимся и неудобным расписанием, характерные для половины опрошенных студентов (Зеленцова, 2016, с. 40).

Monastyrskaya с соавт., (2019) указывают на преобладание проблем, напрямую связанных с процессом обучения, слабой довузовской подготовкой,

а также проблем недостаточной самостоятельности и самоорганизации в условиях отличающегося от школьного учебного процесса. Чижкова аналогично указывает на наиболее тревожащие первокурсников ситуации: «возможность неудачи в сессии (88,4 %), неудачи в учебе (86,7 %), страх перед предстоящими зачетами и экзаменами (85,7 %)» (Чижкова, 2019, с. 1044). Забиров отмечает проблемы распределения времени, высоких требований преподавателей, необходимости самостоятельного усвоения больших объемов информации, которую необходимо усвоить без постоянного контроля, неумение распределять свое время и силы, что в итоге приводит к снижению мотивации к учебе (Забиров и др., 2014).

И, конечно, авторами указывается на трудности вхождения в новый социум и исполнения непривычных социальных ролей в условиях отсутствия привычного круга общения и моделей поведения, формирующейся ценностно-смысловой позиции (Калиниченко и Назмутдинов, 2018). Часть проблем связана с мотивационными трудностями самопроявления, особенно при публичных выступлениях, (Борушко, 2019), часть – с коммуникативными сложностями процесса общения (Orlov et al., 2018), что в целом согласуется с результатами данного исследования.

Литература

- Батуева, С.В., Ледовских, А. С., & Ледовских, А. С. (2019). Эмпирическое исследование адаптации студентов к обучению в вузе. *Кронос: Психология и Педагогика*, 1 (18), 38–44.
- Борушко, М. В. (2019). Проблемы адаптации первокурсников к учебной деятельности в вузе. *Современное высшее профессиональное образование: тенденции и перспективы подготовки конкурентоспособного специалиста: сборник научных статей Межвузовской научно-практической конференции*, Брест, 17–18 мая 2019 г. (С. 6–8).
- Забиров, А. И., Кузьмишкина, Н. А., Кузьмишкин, А. А., Гарькин, И. Н. (2014). Адаптации студентов первого курса в вузе. *Молодой ученый*, 3(62), 933–935.
- Калимуллина, О. А. (2011). Кураторство как фактор успешной адаптации студентов. *Вестник Казанского Государственного Университета Культуры и Искусств*, 3.
- Калиниченко, О. В., Назмутдинов, Р. А. (2018). Онтологическая Уникальность Студенческого Возраста. *Психологическое и педагогическое сопровождение студентов вуза в современном социокультурном пространстве*, 110–115.
- Карасёва, С. Н. (2005). Проблема адаптации первокурсников вузов к учебному процессу. *Современные проблемы науки и образования*, 2.
- Маховицкая, Т. П. (2020). Значение кураторской деятельности для процесса

- адаптации студентов-первокурсников к обучению в Вузе. Гуманитарный Вестник (Горловка), 10.
- Миронов, И. П., Белозерова, Т. А. (2022). Адаптация студентов вуза к учебному процессу в посткарантинный период обучения. Известия Уральского Федерального Университета. Серия 1. Проблемы Образования, Науки и Культуры, 28(2), 200–212. <https://doi.org/10.15826/izv1.2022.28.2.039>
- Намазов, А. К., Евсеев, В. В., Кушелев, С. А. (2018). Актуальные Проблемы Адаптации Первокурсников К Условиям Обучения В Вузе. Стратегические направления реформирования вузовской системы физической культуры, 290–292.
- Намазов, А. К., Корягина, Я. К., Кушелев, С. А., Евсеев, В. В., Шарнин, Н. П. (2017). Проблема адаптации студентов-первокурсников в вузе. Здоровье – Основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения, 12(1).
- Пшеничникова, И. В. (2018). Системогенетический подход в исследовании проблемы адаптации первокурсников к обучению в вузе. Системогенез учебной и профессиональной деятельности. Материалы VIII всероссийской научно-практической конференции, 75–77.
- Седанкина, Т. Е. (2022). Вопросы адаптации студентов направления подготовки 'теология' к условиям обучения в вузе и их социализации в научно-исследовательском пространстве. Вестник Московского Государственного Областного Университета. Серия: Философские Науки, 1, 32–44.
- Чижкова, М. Б. (2019). Динамика адаптации студентов-первокурсников к образовательной среде медицинского вуза: К постановке проблемы. Вестник Кемеровского Государственного Университета, 4 (80) 1039–1049.
- Шолохова, Г. П., Чикова, И. В. (2014). Адаптация первокурсников к условиям обучения в вузе и ее психолого-педагогические особенности. Вестник Оренбургского Государственного Университета, 3 (164), 103–108.
- Янушкевич, А. А. (2012). Роль куратора в адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе. Высшее Техническое Образование, 8 (155), 69–70.
- Monastyrskaya, T. I., Medvedeva, N. P., Katsura, A. V. (2019). Retrospective Assessment and Proposals for the Adaptation of the First Year Students. 477–482. <https://doi.org/10.2991/hssnpp-19.2019.90>
- Nugmanova, D., Kozlova, I., Kupriyanov, R. (2022). The peculiarities of Adaptation of First-Year Students to the University during COVID-19 Pandemic in Russia. Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes, 9(2), 32–38. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.2.4>
- Orlov, A. A., Pazukhina, S. V., Yakushin, A. V., Ponomareva, T. M. (2018). A study of first-year students' adaptation difficulties as the basis to promote their personal development in university education. Psychology of Russia: State of Art, 11(1), 71–84. <https://doi.org/10.11621/pir.2018.0106>

Tarasova, S. I., Dukhina, T. N., Limonova, O. O., Kolesnikova, T. V., Makhova, I. N. (2017). Socio-Psychological Adaptation of First-Year University Students. *Revista ESPACIOS*, 38(56).

References

- Batueva, S. V., Ledovskikh, A. S., & Ledovskikh, A. S., (2019). An empirical study of students' adaptation to university studies. *Kronos: Psychology and Pedagogy*, 1 (18), 38–44. (In Russ.).
- Borushko, M. V. (2019). Problems of adaptation of first-year students to educational activities at the university. *Modern higher professional education: trends and prospects of training a competitive specialist: collection of scientific articles of the Interuniversity Scientific and Practical Conference, Brest, May 17-18, 2019*, 6–8. (In Russ.).
- Chizhkova, M. B. (2019). Adaptation dynamics of the first-year students to the educational environment of the medical university. *Bulletin of Kemerovo State University*, 4 (80) 1039–1049. (In Russ.).
- Kalimullina, O. A. (2011). Curatorship as a factor of successful adaptation of students. *Bulletin of Kazan State University of Culture and Arts*, 3. (In Russ.).
- Kalinichenko, O. V., Nazmutdinov, R. A. (2018). The ontological Uniqueness of the student's age. *Psychological and pedagogical support of university students in the modern socio-cultural space*, 110–115. (In Russ.).
- Karaseva, S. N. (2005). The problem of adaptation of first-year students of universities to the educational process. *Modern problems of science and education*, 2. (In Russ.).
- Makhovitskaya, T. P. (2020). The Importance Of Curatorial Activity For The Process Of Adaptation Of First-Year Students To Study At A University. *Humanitarian Bulletin (Gorlovka)*, 10. (In Russ.).
- Mironov, I. P., Belozerova, T. A. (2022). Adaptation of university students to the educational process in the post-warranty period of study. *Proceedings of the Ural Federal University. Series 1. Problems of Education, Science and Culture*, 28(2), 200–212. <https://doi.org/10.15826/izv1.2022.28.2.039> (In Russ.).
- Monastyrskaya, T. I., Medvedeva, N. P., Katsura, A. V. (2019). Retrospective Assessment and Proposals for the Adaptation of the First Year Students. 477–482. <https://doi.org/10.2991/hssnpp-19.2019.90>
- Namazov, A. K., Evseev, V. V., & Koshelev, S. A. (2018). Actual Problems Of Adaptation Of First-Year Students To The Conditions Of Study At The University. *Strategic directions of reforming the university system of physical culture*, 290–292. (In Russ.).
- Namazov, A. K., Koryagina, Ya. K., Kushelev, S. A., Evseev, V. V., Sharnin, N. P. (2017). The problem of adaptation of first-year students at the university. *Health Is The*

- Basis Of Human Potential: Problems And Ways To Solve Them, 12(1). (In Russ.).
- Nugmanova, D., Kozlova, I., Kupriyanov, R. (2022). The peculiarities of Adaptation of First-Year Students to the University during COVID-19 Pandemic in Russia. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 9(2), 32–38. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.2.4>
- Orlov, A. A., Pazukhina, S. V., Yakushin, A. V., Ponomareva, T. M. (2018). A study of first-year students' adaptation difficulties as the basis to promote their personal development in university education. *Psychology of Russia: State of Art*, 11(1), 71–84. <https://doi.org/10.11621/pir.2018.0106>
- Pshenichnova, I. V. (2018). Systemogenetic approach in the study of the problem of adaptation of first-year students to study at a university. Systemogenesis of educational and professional activity. *Materials of the VIII All-Russian Scientific and Practical Conference*, 75–77. (In Russ.).
- Sedankina, T. E. (2022). Issues of Adaptation of Students of the Direction of Preparation "Theology" to the Conditions of Learning at the University and Their Socialization in the Research Space. In: *Bulletin of Moscow Region State University. Series: Philosophy*, 1, 32–44. (In Russ.).
- Sholokhova, G. P., Chikova, I. V. (2014). Adaptation Of First-Year Students To The Conditions Of Study At The University And Its Psychological And Pedagogical Features. *Bulletin of Orenburg State University*, 3 (164), 103–108. (In Russ.).
- Tarasova, S. I., Dukhina, T. N., Limonova, O. O., Kolesnikova, T. V., Makhova, I. N. (2017). Socio-Psychological Adaptation of First-Year University Students. *Revista ESPACIOS*, 38(56).
- Yanushkevich, A. A. (2012). The role of the curator in the adaptation of first-year students to the conditions of study at the university. *Higher Technical Education*, 8 (155), 69–70. (In Russ.).
- Zabirov, A. I., Kuzmishkina, N. A., Kuzmishkin, A. A., & Garkin, I. N. (2014). Adaptation of first-year students at the university. *Young Scientist*, 3(62), 933-935. (In Russ.).

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.