

Научная статья

УДК 159.9.07

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-3-121-129>

Виды адаптационной готовности студентов и преподавателей университетов

Марина Владимировна Григорьева

*Саратовский государственный университет имени Н.Г.Чернышевского, Саратов, Россия;
Саратовский военный ордена Жукова Краснознаменный институт войск национальной гвардии
Российской Федерации, Саратов, Россия,
grigoryevamv@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>*

Аннотация

Содержатся результаты эмпирического исследования, целью которого является выявление видов адаптационной готовности субъектов высшего образования. Научное знание о видах адаптационной готовности позволит улучшить эффективность взаимодействий в образовательной среде университетов и повысить качество высшего образования. В исследовании приняли участие 386 студентов (средний возраст $(21,6 \pm 3,4)$ года, мужского пола 40 %) и 152 преподавателя (средний возраст $(51,2 \pm 12,6)$ года, мужского пола 22,7 %) университетов гг. Саратова, Москвы, Самары, Волгограда, Пензы, Ставрополя, Ярославля и др. Применялась методика диагностики адаптационной готовности М.В. Григорьевой, в качестве статистического метода – кластерный анализ. По итогам анализа были интерпретированы шесть видов адаптационной готовности преподавателей и четыре вида адаптационной готовности студентов и сформулированы следующие выводы: виды адаптационной готовности у преподавателей выделяются более четко по сравнению с группой студентов; у студентов наблюдается большее разнообразие видов адаптационной готовности и более диффузное их разграничение и выявлены трудности формирования адаптационной готовности, связанные с непониманием сути изменений своих состояний в новых ситуациях и непониманием окружающих людей.

Ключевые слова: адаптационная готовность, студенты, преподаватели университетов, виды адаптационной готовности

Благодарности: Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00472 «Адаптационная готовность субъектов высшего образования в условиях его перманентных изменений», <https://rscf.ru/project/24-28-00472/>

Для цитирования: Григорьева М.В. Виды адаптационной готовности студентов и преподавателей университетов // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2025. Вып. 3 (61). С. 121–129. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-3-121-129>

Original article

Types of adaptation readiness of students and university teachers

Marina V. Grigoryeva

*Saratov State University, Saratov, Russian Federation;
Saratov Military order of Zhukov Red Banner Institute of National Guard Troops,
Saratov, Russian Federation, grigoryevamv@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>*

Abstract

The article contains the results of an empirical study aimed at identifying the types of adaptation readiness of higher education subjects. Scientific knowledge about the types of adaptation readiness will improve the effectiveness of interactions in the educational environment of universities and improve the quality of higher education. The study involved 386 students (average age (21.6 ± 3.4) years, male 40 %) and 152 teachers (average age (51.2 ± 12.6) years, male 22.7 %) from universities in Saratov, Moscow, Samara, Volgograd, Penza, Stavropol, Yaroslavl and others. The

method of diagnosing adaptive readiness by M.V. Grigoryeva was used, and cluster analysis was used as a statistical method. Based on the results of the analysis, 6 types of adaptive readiness of teachers and 4 types of adaptive readiness of students were interpreted and conclusions were formulated.

1. The types of adaptive readiness of teachers are distinguished more clearly compared to the group of students. Students have a greater variety of types of adaptive readiness and a more diffuse distinction between them. 2. Students have difficulties in developing adaptive readiness associated with a lack of understanding of the essence of changes, their states in new situations and a lack of understanding of the people around them.

Keywords: *adaptation readiness, students, university teachers, types of adaptation readiness*

Acknowledgments: The study was carried out with the support of the Russian Science Foundation grant No. 24-28-00472 “Adaptation readiness of subjects of higher education in the context of its permanent changes”, <https://rscf.ru/project/24-28-00472/>

For citation: Grigoryeva M.V. Vidy adaptatsionnoy gotovnosti studentov i преподаvateley universitetov [Types of adaptation readiness of students and university teachers]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2025, vol. 3 (61), pp. 121–129. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-3-121-129>

Современные динамичные условия развития общества актуализируют проблему быстрого понимания человеком изменившейся ситуации взаимодействия с другими людьми, приспособления к новому темпу и средствам деятельности, эффективного анализа адаптационного опыта. Проблема психологической адаптации современного человека связана с повышением неопределенности как в конкретных ситуациях жизни, так и в долгосрочной перспективе. Для эффективной деятельности человеку требуется быть готовым к возможной динамике ее условий, оперативной оценке своих ресурсов и быстрому выбору оптимальных новых действий. Такая готовность названа адаптационной готовностью [1]. Под ней понимается определенное состояние ожидания человеком динамики условий деятельности и жизни, а также готовность к оперативным или долгосрочным самоизменениям, что обеспечивает способность к быстрой и эффективной психологической адаптации в субъективно новой или трудной для субъекта ситуации.

Проблема адаптационной готовности разрабатывается относительно недавно. Постановка проблемы адаптационной готовности личности предпринята М.В. Григорьевой и О.В. Хмельковой [2, 3]. Исследователи понимают адаптационную готовность как определенное состояние пред-адаптации [2, 3]. Проведя обзор исследований по проблеме адаптационной готовности студентов, А.А. Шаров, О.В. Хмелькова, О.Н. Суслова допускают возможность понимать под этим состоянием у студентов с ОВЗ определенную установку на эффективное взаимодействие с образовательной средой вуза и набор социальных компетенций [4].

Большинство авторов понимают адаптационную готовность как результат подготовки к новым условиям. В частности, С.А. Иванчин, В.К. Константинов, Н.А. Максимова пишут о возможности формирования адаптационной готовности иностранных студентов за счет создания определенных условий обучения, например обучения русскому языку [5–7]; А.Ч. Кодоева, Д.В. Володина, Ю.С. Юрьева предлагают моделировать процесс учебно-профессиональной адаптации в вузе [8, 9]; другие исследователи разрабатывают стратегии формирования адаптационной готовности студентов [10, 11].

В.С. Басюк и С.В. Жуковский, изучая адаптационную готовность офицеров, рассматривают ее как системное свойство личности офицера и важное условие профессиональной устойчивости в экстремальных условиях воинского труда, которое определяет эффективность выполнения служебных задач. Важно, что адаптационную готовность ученые связывают с мобильной реакцией на изменения и сохранением параметров профессиональной деятельности, индивидуальным и профессиональным опытом [12].

Адаптационную готовность психологи связывают с возможностями личностного саморазвития [13, 14]. Исследователи выявили, что студенты с ОВЗ, имеющие высокие показатели готовности к адаптации к образовательной среде университета, направлены на активное изменение социальной среды вокруг себя, а формированию адаптационной готовности способствует развитая ценностно-смысловая сфера студентов [13, 14].

Адаптационные возможности личности связываются с готовностью к риску в нестабильной и чрезвычайно динамичной среде [15].

А.А. Шаров, О.Н. Локаткова выявили наиболее оптимальные личностные стратегии формирования адаптационной готовности: стратегия планирования деятельности, стратегия анализа ситуации, стратегия решительности и целеустремленности, стратегия самоанализа [16].

В структуре адаптационной готовности психологами выделяются различные компоненты: мотивационно-мобилизующий, когнитивный, организационный и эмоционально-волевой компоненты [17]; психолого-психофизиологический и социально-психологический [18]; регулятивный, эмоционально-оценочный, познавательный, мотивационный, психофизиологический и коммуникативный [19].

Анализ исследований по проблеме адаптационной готовности показал различия в методологических подходах к изучению адаптационной готовности, попытки определения психологической сущности данного феномена, опыт изучения его структуры. Виды адаптационной готовности субъектов высшего образования, их анализ и сравнение остаются вне поля исследователей. Вместе с тем это социально важное научное знание, позволяющее соотнести стратегии адаптационной готовности у студентов и преподавателей, что позволит улучшить эффективность взаимодействий в образовательной среде университетов и повысить качество высшего образования.

Цель эмпирического исследования: выявить и сравнить виды адаптационной готовности студентов и преподавателей университетов.

В исследовании приняли участие 386 студентов (средний возраст $(21,6 \pm 3,4)$ года, мужского пола 40 %) и 152 преподавателя (средний возраст $(51,2 \pm 12,6)$ года, мужского пола 22,7 %) университетов Саратова, Москвы, Самары, Волгограда, Пензы, Ставрополя, Ярославля и др.

В исследовании применялась методика диагностики адаптационной готовности М.В. Григорьевой [20]. В качестве статистического метода был использован иерархический кластерный анализ.

В таблице представлены результаты диагностики показателей адаптационной готовности.

Описательные статистики по методике «Адаптационная готовность личности»

Сравниваемая группа	Показатель адаптационной готовности	Среднее значение	Стандартное отклонение	Медиана	Асимметрия	Экссесс
Студенты	ПФАГ	15,25	3,71	16	-0,20	-0,51
	ПАГ	13,98	3,58	14	-0,47	-0,01
	СПАГ	17,02	3,42	17	-0,40	-0,13
Преподаватели	ПФАГ	16,64	3,00	17	-0,72	0,22
	ПАГ	18,48	3,59	19	-0,56	-0,31
	СПАГ	18,89	3,67	20	-1,04	0,10

Примечание. ПФАГ – психофизиологическая адаптационная готовность; ПАГ – психологическая адаптационная готовность; СПАГ – социально-психологическая адаптационная готовность.

Из таблицы видно, что распределение по каждому диагностируемому признаку соответствует нормальному, так как асимметрия и эксцесс по модулю не превышают значения 2, а медиана по каждому показателю примерно соответствует среднему значению.

По результатам кластерного анализа в выборке преподавателей университетов было выявлено шесть непересекающихся кластеров. В первый кластер вошли следующие переменные: окружающие говорят, что то, как я себя чувствую, сразу видно ($M = 0,59$; $\sigma = 0,44$); я готов контролировать свои эмоции в любой ситуации ($M = 0,6$; $\sigma = 0,49$); после неожиданной ситуации я долгое время не могу справиться с эмоциями ($M = 0,45$; $\sigma = 0,4$); мне хотелось бы быстрее соображать в проблемных ситуациях ($M = 0,4$; $\sigma = 0,38$); мне надо четко знать, что и когда произойдет, в противном случае я сильно нервничаю ($M = 0,53$; $\sigma = 0,44$); у меня бывают периоды, когда ничего не хочется делать из-за подавленности ($M = 0,33$; $\sigma = 0,3$); я считаю, что свои эмоции в трудных ситуациях проявлять нельзя ($M = 0,45$; $\sigma = 0,4$). Данный вид адаптационной готовности связан в основном с контролем, регуляцией эмоций и снижением энтропии ситуации, поэтому его можно назвать «Готовность к эмоциональной саморегуляции на основе снижения неопределенности».

Во второй кластер вошли такие переменные, как: часто бывает так, что окружающие меня раздражают ($M = 0,57$; $\sigma = 0,46$); как правило, я не готов объяснять свои чувства и состояния окружающим, даже если они ждут этого ($M = 0,57$; $\sigma = 0,48$); я считаю, не важно, как и с какими усилиями ты достигаешь результата, главное, чтобы он всегда был ($M = 0,56$; $\sigma = 0,44$); знакомые говорят, что я часто не уступаю в споре и добиваюсь признания своей правоты ($M = 0,64$; $\sigma = 0,48$); знакомые говорят, что я слишком сильно эмоционально реагирую в трудных для меня ситуациях ($M = 0,61$; $\sigma = 0,48$). Видно отсутствие гибкости в действиях и социальных взаимодействиях и выражена ориентация на результат любой ценой. Этот вид адаптационной готовности интерпретирован как «Ориентация на результат деятельности и отсутствие стремления к самоизменениям».

Третий кластер объединил следующие переменные: знакомые говорят, что я бываю раздражительным и вспыльчивым ($M = 0,57$; $\sigma = 0,5$); у меня нет проверенных схем моих действий в каких-либо ситуациях, каждый раз действую по-разному ($M = 0,59$; $\sigma = 0,49$); есть определенные схемы действий, которые спасают меня в проблемных ситуациях ($M = 0,64$; $\sigma = 0,48$); у меня есть несколько испытанных схем поведения, в трудных ситуациях я их использую ($M = 0,71$; $\sigma = 0,45$); в большей степени я получаю удовольствие от процесса жизни, а не от результата своих действий ($M = 0,7$; $\sigma = 0,45$); у меня не бывает длительного снижения настроения, подавленности ($M = 0,66$; $\sigma = 0,47$); неопределенность мне не мешает в жизни и работе (учебе) ($M = 0,67$; $\sigma = 0,47$). В основном в третий кластер вошли переменные, связанные с положительным отношением к неопределенности и ориентацией на процесс деятельности, поэтому данный вид адаптационной готовности у преподавателей назван «Принятие неопределенности и выбор действий в зависимости от ситуации».

В четвертый кластер вошли следующие пункты: в новой ситуации я не могу сразу понять свое состояние ($M = 0,65$; $\sigma = 0,47$); я считаю, что человек имеет право свободно проявлять свои эмоции адекватно ситуации ($M = 0,75$; $\sigma = 0,43$); даже если мне не интересно, но дело важное, я могу долго им заниматься ($M = 0,8$; $\sigma = 0,4$); вести беседу с окружающими в проблемных ситуациях для меня нелегко ($M = 0,71$; $\sigma = 0,45$); я легко могу заговорить с незнакомыми людьми ($M = 0,77$; $\sigma = 0,42$); мне трудно привыкнуть к новым условиям и людям ($M = 0,72$; $\sigma = 0,45$); я легко приспосабливаюсь к новым людям ($M = 0,78$; $\sigma = 0,42$). Эти переменные характеризуют психофизиологическую, психологическую (волевою) и социально-психологическую адаптационную готовность. Этот вид адаптационной готовности можно назвать «Готовность к приспособлению к новым людям, настойчивости в делах и свободному проявлению эмоций».

Пятый кластер объединил такие переменные, как: я, как правило, оптимистичен и бодр ($M = 0,83$; $\sigma = 0,37$); если что-то не получается сразу, я расстраиваюсь и долго не могу приступить к делу ($M = 0,76$; $\sigma = 0,43$); я с трудом могу понять, когда надо измениться самому, а когда изменять ситуацию ($M = 0,75$; $\sigma = 0,44$); мне трудно понять, почему люди так действуют ($M = 0,75$; $\sigma = 0,44$); то, как складываются отношения с другими людьми, зависит в большей степени от них, я мало, что могу сделать ($M = 0,78$; $\sigma = 0,42$); в новых или проблемных ситуациях я, как правило, не могу на что-то решиться ($M = 0,73$; $\sigma = 0,45$); я довольно спокоен в трудных ситуациях и готов действовать разумно ($M = 0,76$; $\sigma = 0,42$); в новых или трудных ситуациях я готов быстро соображать ($M = 0,79$; $\sigma = 0,4$); я могу легко представить, к чему приведет проблемная ситуация и как из нее выйти ($M = 0,77$; $\sigma = 0,42$). Интерпретировать этот кластер можно как «Готовность брать ответственность в делах на себя и возложение ответственности в социальных контактах на окружающих».

Остальные переменные вошли в шестой кластер: в новой для себя ситуации я могу понять, какие эмоции испытываю ($M = 0,92$; $\sigma = 0,27$); мне довольно легко понять, в каком состоянии находится другой человек ($M = 0,87$; $\sigma = 0,34$); я хорошо знаю, в каком состоянии нахожусь, даже в трудных или новых ситуациях ($M = 0,96$; $\sigma = 0,19$); думаю, я готов понимать мотивы и действия других людей ($M = 0,89$; $\sigma = 0,31$); когда надо приспособиться к новым условиям, я представляю несколько вариантов того, как мне надо действовать ($M = 0,89$; $\sigma = 0,3$); я легко могу заговорить с незнакомыми людьми ($M = 0,77$; $\sigma = 0,42$); если надо, у меня получается быть хладнокровным и рассудительным ($M = 0,88$; $\sigma = 0,32$); я готов словами объяснить свою точку зрения так, чтобы меня поняли ($M = 0,95$; $\sigma = 0,21$); мне трудно представить результаты своих действий в проблемной ситуации ($M = 0,79$; $\sigma = 0,41$); думаю, мои эмоции в целом соответствуют ситуациям ($M = 0,96$;

$\sigma = 0,19$); в деловых ситуациях я стараюсь быть не слишком эмоциональным ($M = 0,85$; $\sigma = 0,36$); я готов быстро изменить свое видение трудной ситуации, если что-то поменяется ($M = 0,8$; $\sigma = 0,4$); чтобы привыкнуть к новым условиям жизни, я готов анализировать результаты своих действий ($M = 0,9$; $\sigma = 0,3$); если надо, то я могу подстроиться под партнеров по взаимодействию ($M = 0,92$; $\sigma = 0,37$); я быстро принимаю нужное решение, используя свой жизненный опыт ($M = 0,79$; $\sigma = 0,41$); я довольно гибкий в общении человек, готов пойти на компромисс в конфликтной ситуации ($M = 0,85$; $\sigma = 0,36$); перед тем, как решиться на что-либо, я стараюсь представить всю сложившуюся ситуацию целиком: себя в ней, свои действия, действия других людей, возможные варианты развития событий и т. д. ($M = 0,85$; $\sigma = 0,35$); я владею навыками контроля за своими эмоциями ($M = 0,83$; $\sigma = 0,37$); я знаю, когда надо что-то поменять в окружающем мире, а когда надо измениться самому ($M = 0,86$; $\sigma = 0,35$); если возникает проблемная ситуация, то, чтобы ее решить, надо что-то менять и в себе, и в окружающем мире одновременно ($M = 0,84$; $\sigma = 0,37$); я могу хорошо действовать в неопределенных ситуациях ($M = 0,86$; $\sigma = 0,35$); я уверен, что в новой ситуации эмоции не помешают мне сориентироваться, как себя вести ($M = 0,85$; $\sigma = 0,36$); когда сформулируешь для себя, в каком состоянии ты находишься, начинаешь лучше понимать себя ($M = 0,9$; $\sigma = 0,3$); я готов долго быть в рабочем состоянии или решать трудные жизненные задачи ($M = 0,91$; $\sigma = 0,29$); в процессе взаимодействия с окружающими я могу проявить свои сильные стороны ($M = 0,94$; $\sigma = 0,24$). Комплекс этих переменных можно назвать «Оптимальная и комплексная адаптационная готовность».

В выборке студентов кластерный анализ показал отсутствие четкости в классификации видов адаптационной готовности. Анализ полученной дендрограммы показывает, что можно выделить четыре основных вида адаптационной готовности, включающих достаточно большое количество переменных, и девять неосновных видов, включающих от двух до четырех переменных. Это свидетельствует о большем разнообразии видов адаптационной готовности у студентов по сравнению с преподавателями.

В первый кластер вошли переменные: у меня бывают периоды, когда ничего не хочется делать из-за подавленности ($M = 0,15$; $\sigma = 0,1$); мне хотелось бы быстрее соображать в проблемных ситуациях ($M = 0,24$; $\sigma = 0,21$); у меня нет проверенных схем моих действий в каких-либо ситуациях, каждый раз действую по-разному ($M = 0,4$; $\sigma = 0,4$); есть определенные схемы действий, которые спасают меня в проблемных ситуациях ($M = 0,63$; $\sigma = 0,48$); у меня есть несколько испытанных схем поведения, в трудных ситуациях я их использую ($M = 0,54$; $\sigma = 0,48$); я считаю, что свои эмоции в трудных ситуациях проявлять нельзя ($M = 0,45$; $\sigma = 0,4$); я считаю, не важно, как и с какими усилиями ты достигаешь результата, главное, чтобы он всегда был ($M = 0,47$; $\sigma = 0,44$); как правило, я не готов объяснять свои чувства и состояния окружающим, даже если они ждут этого ($M = 0,54$; $\sigma = 0,48$); я с трудом могу понять, когда надо измениться самому, а когда изменять ситуацию ($M = 0,65$; $\sigma = 0,47$); я стараюсь не напрягаться, чтобы выйти из проблемной ситуации: со временем она сама решится ($M = 0,6$; $\sigma = 0,4$); то, как складываются отношения с другими людьми, зависит в большей степени от них, я мало, что могу сделать ($M = 0,68$; $\sigma = 0,47$); обычно мне трудно отследить изменения ситуации ($M = 0,68$; $\sigma = 0,46$); мне трудно представить результаты своих действий в проблемной ситуации ($M = 0,67$; $\sigma = 0,47$). Видно, что большинство переменных характеризуют трудности формирования адаптационной готовности и некоторый эскапизм, поэтому этот вид был назван «Несформированная адаптационная готовность и эскапизм».

Второй кластер объединяет 10 последних названных в первом кластере переменных и такие переменные, как: в новой ситуации я не могу сразу понять свое состояние ($M = 0,63$; $\sigma = 0,48$); мне трудно привыкнуть к новым условиям и людям ($M = 0,6$; $\sigma = 0,5$); я теряюсь, если меня просят рассказать о себе ($M = 0,58$; $\sigma = 0,48$); если что-то не получается сразу, я расстраиваюсь и долго не могу приступить к делу ($M = 0,59$; $\sigma = 0,49$); мне трудно понять, почему люди так действуют ($M = 0,56$; $\sigma = 0,49$); в новых или проблемных ситуациях я, как правило, не могу на что-то решиться ($M = 0,5$; $\sigma = 0,5$); вести беседу с окружающими в проблемных ситуациях для меня нелегко ($M = 0,56$; $\sigma = 0,5$); знакомые говорят, что я часто не уступаю в споре и добиваюсь признания своей правоты ($M = 0,5$; $\sigma = 0,5$); знакомые говорят, что я слишком сильно эмоционально реагирую в трудных для меня ситуациях ($M = 0,52$; $\sigma = 0,5$). Этот вид адаптационной готовности интерпретирован как «Трудности формирования адаптационной готовности в социальных контактах».

Третий кластер, помимо переменных, характеризующих трудности адаптации в социальных взаимодействиях, названных во втором кластере, включает дополнительные переменные: знакомые говорят, что я бываю раздражительным и вспыльчивым ($M = 0,5$; $\sigma = 0,5$); после неожиданной ситуации я долгое время не могу справиться с эмоциями ($M = 0,4$; $\sigma = 0,4$); мне надо четко знать, что и когда произойдет, в противном случае я сильно нервничаю ($M = 0,38$; $\sigma = 0,3$); часто бывает так, что окружающие меня раздражают ($M = 0,47$; $\sigma = 0,44$); неопределенность мне не мешает в жизни и работе (учебе) ($M = 0,55$; $\sigma = 0,5$); у меня не бывает длительного снижения настроения, подавленности ($M = 0,47$; $\sigma = 0,4$); окружающие говорят, что то, как я себя чувствую, сразу видно ($M = 0,63$; $\sigma = 0,48$); в большей степени я получаю удовольствие от процесса жизни, а не от результата своих действий ($M = 0,69$; $\sigma = 0,46$); я готов контролировать свои эмоции в любой ситуации ($M = 0,67$; $\sigma = 0,47$). В основном это характеристики саморегуляции эмоций и отношение к неопределенности, поэтому этот вид адаптационной готовности интерпретирован как «Эмоциональная саморегуляция и толерантность к неопределенности».

Четвертый кластер объединяет такие переменные, как: я легко могу заговорить с незнакомыми людьми ($M = 0,64$; $\sigma = 0,48$); я могу легко представить, к чему приведет проблемная ситуация и как из нее выйти ($M = 0,72$; $\sigma = 0,45$); я довольно спокоен в трудных ситуациях и готов действовать разумно ($M = 0,67$; $\sigma = 0,46$); я готов долго быть в рабочем состоянии или решать трудные жизненные задачи ($M = 0,7$; $\sigma = 0,45$); я, как правило, оптимистичен и бодр ($M = 0,75$; $\sigma = 0,43$); я владею навыками контроля за своими эмоциями ($M = 0,72$; $\sigma = 0,44$); я могу хорошо действовать в неопределенных ситуациях ($M = 0,76$; $\sigma = 0,42$); я уверен, что в новой ситуации эмоции не мешают мне сориентироваться, как себя вести ($M = 0,75$; $\sigma = 0,43$); в новых или трудных ситуациях я готов быстро соображать ($M = 0,72$; $\sigma = 0,45$); я хорошо знаю, в каком состоянии нахожусь, даже в трудных или новых ситуациях ($M = 0,77$; $\sigma = 0,42$); я знаю, когда надо что-то поменять в окружающем мире, а когда надо измениться самому ($M = 0,78$; $\sigma = 0,41$); если возникает проблемная ситуация, то, чтобы ее решить, надо что-то менять и в себе, и в окружающем мире одновременно ($M = 0,75$; $\sigma = 0,43$); при изменении ситуации я могу легко изменить свои представления о ней ($M = 0,76$; $\sigma = 0,43$); думаю, что во взаимодействии с другими, я готов взять ответственность на себя за то, что происходит ($M = 0,78$; $\sigma = 0,42$). Перечисленные переменные характеризуют сформированную оптимальную адаптационную готовность на всех уровнях – психофизиологическом, психологическом и социально-психологическом, поэтому данный вид назван «Оптимальная и комплексная адаптационная готовность».

Практическая значимость исследования заключается в возможности учета особенностей адаптационной готовности студентов в образовательном процессе организации высшего образования, а также в возможности применения полученных результатов в консультативной работе в рамках психологической службы вузов со студентами и преподавателями.

Анализ видов адаптационной готовности в выборках студентов и преподавателей с помощью иерархического кластерного анализа позволил сделать следующие выводы.

1. Виды адаптационной готовности у преподавателей выделяются более четко по сравнению с группой студентов. У студентов наблюдается большее разнообразие видов адаптационной готовности и более диффузное их разграничение.

2. Основными видами адаптационной готовности у преподавателей являются: «Готовность к эмоциональной саморегуляции на основе снижения неопределенности»; «Ориентация на результат деятельности и отсутствие стремления к самоизменениям»; «Принятие неопределенности и выбор действий в зависимости от ситуации»; «Готовность к приспособлению к новым людям, настойчивости к делам и свободному проявлению эмоций»; «Готовность брать ответственность в делах на себя и возложение ответственности в социальных контактах на окружающих» и «Оптимальная и комплексная адаптационная готовность».

3. Основными видами адаптационной готовности у студентов являются: «Несформированная адаптационная готовность и эскапизм»; «Трудности формирования адаптационной готовности в социальных контактах»; «Эмоциональная саморегуляция и толерантность к неопределенности»; «Оптимальная и комплексная адаптационная готовность».

4. У студентов выявлены трудности формирования адаптационной готовности, связанные с непониманием сути изменений, своих состояний в новых ситуациях и непониманием окружающих людей.

Список источников

1. Григорьева М.В. Понятийный аппарат психологии адаптации личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2014. Т. 3. № 3. С. 259–263.
2. Григорьева М.В. Адаптационная готовность личности в современных условиях развития общества: НИР: грант № 15-06-10624. Российский гуманитарный научный фонд; 2015.
3. Хмелькова О.В. Адаптационная готовность обучающихся общеобразовательной школы в динамичной образовательной среде: автореф. дис. ... канд. психол. наук // ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». 2021. 188 с.
4. Шаров А.А., Хмелькова О.В., Суслowa О.И. Изучение феномена адаптационной готовности в психолого-педагогическом аспекте: современное состояние и перспективы // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 2. С. 17.
5. Иванчин С.А. Динамика адаптационной готовности к учебной деятельности у иностранных студентов // Пензенский психологический вестник. 2021. № 1 (16). С. 82–89.
6. Константинов В.В., Иванчин С.А. Теоретические основания изучения адаптационной готовности личности к учебной деятельности у иностранных студентов в условиях вузовского образования // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 6. С. 64.
7. Максимова Н.А. К вопросу о формировании адаптационной готовности у иностранных студентов // Пензенский психологический вестник. 2023. № 2 (21). С. 48–60.
8. Кодоева А.Ч. Моделирование процесса учебно-профессиональной адаптации курсантов к обучению в вузе // Kant. 2019. № 1 (30). С. 47–51.
9. Володина Д.В., Юрьева Ю.С. О проблемах адаптации студентов первого курса (на примере технического вуза) // Современный ученый. 2020. № 4. С. 50–57.
10. Старовойтова Л.И., Аришина Э.С. Методика формирования психологической готовности студентов социального университета к профессиональной деятельности // ЦИТИСЭ. 2019. № 2 (19). С. 47.
11. Кудряшова С.К., Серикова Л.А., Неясова И.А. Формирование готовности студентов педагогического вуза к реализации социально-педагогической функции // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2021. Т. 10. № 2 (35). С. 259–262.
12. Басюк В.С., Жуковский С.В. Адаптационная готовность офицера как фактор его профессиональной устойчивости в экстремальных ситуациях // Ценности и смыслы. 2023. № 2 (84). С. 72–87.
13. Коновалова М.Д., Селиванова Ю.В., Хмелькова О.В., Шаров А.А., Щетинина Е.Б. Соотношение показателей личностного самоопределения и адаптационной готовности студентов с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2021. № 201. С. 211–221.
14. Самойлов Н.Г. Формирование адаптивного потенциала и резерва у спортсменов высокой квалификации // Психолого-педагогический поиск. 2024. № 1 (69). С. 105–111.
15. Шлыкова Е.В. Субъективные факторы готовности к риску в контексте адаптации к бифуркационной среде // Социологическая наука и социальная практика. 2022. Т. 10. № 4 (40). С. 81–95.
16. Шаров А.А., Локаткова О.Н. Взаимосвязь личностных стратегий формирования адаптационной готовности и ее структурных компонентов у субъектов высшего образования // Педагогика современности. 2024. № 1-2 (28). С. 76–79.
17. Басюк В.С., Жуковский С.В. Адаптационная готовность офицера как фактор его профессиональной устойчивости в экстремальных ситуациях // Ценности и смыслы. 2023. № 2 (84). С. 72–87.
18. Шаров А.А., Хмелькова О.В. Интегративные структурные компоненты адаптационной готовности студентов с ограниченными возможностями здоровья // Перспективы науки и образования. 2021. № 3 (51). С. 290–301.
19. Шамионов Р.М., Григорьева М.В., Гринина Е.С., Созонник А.В. Академическая адаптация студентов: разработка и валидизация новой методики // Психологическая наука и образование. 2022. Т. 27. № 2. С. 53–68.
20. Григорьева М.В. Психодиагностическая методика «Адаптационная готовность личности» // Общество: социология, психология, педагогика. 2017. № 10. С. 73–75.

References

1. Grigoryeva M.V. Ponyatiyny apparat psikhologii adaptatsii lichnosti [Conceptual apparatus of psychology of personality adaptation]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya – Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2014, vol. 3, no 3, pp. 259–263 (in Russian).
2. Grigoryeva M.V. *Adaptatsionnaya gotovnost' lichnosti v sovremennykh usloviyakh razvitiya obshchestva: NIR: grant no 15-06-10624. Rossiyskiy gumanitarnyy nauchnyy fond* [Adaptive readiness of the individual in modern conditions of development of society: Research: grant no. 15-06-10624. Russian Humanitarian Scientific Foundation]. 2015 (in Russian).
3. Khmelkova O.V. *Adaptatsionnaya gotovnost' obuchayushchikhsya obshcheobrazovatel'noy shkoly v dinamichnoy obrazovatel'noy srede. Avtoref. dis. kand. psikhol. nauk* [Adaptation readiness of students of a comprehensive school in a dynamic educational environment. Abstract of thesis. cand. psy. sci.]. Saratov, 2021. 188 p. (in Russian).
4. Sharov A.A., Khmel'kova O.V., Suslova O.I. Izucheniye fenomena adaptatsionnoy gotovnosti v psikhologo-pedagogicheskom aspekte: sovremennoye sostoyaniye i perspektivy [Study of the phenomenon of adaptation readiness in the psychological and pedagogical aspect: current state and prospects]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya – World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2020, vol. 8, no. 2, pp. 17 (in Russian).
5. Ivanchin S.A. Dinamika adaptatsionnoy gotovnosti k uchebnoy deyatel'nosti u inostrannykh studentov [Dynamics of adaptation readiness for educational activities among foreign students]. *Penzenskiy psikhologicheskiy vestnik – Penza psychological newsletter PSYCHOLOGY-NEWS.RU*, 2021, no. 1 (16), pp. 82–89 (in Russian).
6. Konstantinov V.V., Ivanchin S.A. Teoreticheskiye osnovaniya izucheniya adaptatsionnoy gotovnosti lichnosti k uchebnoy deyatel'nosti u inostrannykh studentov v usloviyakh vuzovskogo obrazovaniya [Theoretical foundations for studying the adaptive readiness of an individual to educational activities in foreign students in the context of higher education]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya – World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2020, vol. 8, no. 6, p. 64 (in Russian).
7. Maksimova N.A. K voprosu o formirovani adaptatsionnoy gotovnosti u inostrannykh studentov [On the issue of developing adaptive readiness in foreign students]. *Penzenskiy psikhologicheskiy vestnik – Penza Psychological Newsletter PSYCHOLOGY-NEWS.RU*, 2023, no 2 (21), pp. 48–60 (in Russian).
8. Kodoeva A.Ch. Modelirovaniye protsessa uchebno-professional'noy adaptatsii kursantov k obucheniyu v vuze [Modeling the process of educational and professional adaptation of cadets to study at a university]. *Kant*, 2019, no. 1 (30), pp. 47–51 (in Russian).
9. Volodina D.V., Yur'eva Yu.S. O problemah adaptatsii studentov pervogo kursa (na primere tekhnicheskogo vuza) [On the problems of adaptation of first-year students (using a technical university as an example)]. *Sovremennyy uchenyy – Modern Scientist*, 2020, no. 4, pp. 50–57 (in Russian).
10. Starovoytova L.I., Arishina E.S. Metodika formirovaniya psikhologicheskoy gotovnosti studentov sotsial'nogo universiteta k professional'noy deyatel'nosti [Methodology for the formation of psychological readiness of students of a social university for professional activity]. *CITISE – CITISE*, 2019, no 2 (19), p. 47 (in Russian).
11. Kudryashova S.K., Serikova L.A., Neyasova I.A. Formirovaniye gotovnosti studentov pedagogicheskogo vuza k realizatsii sotsial'no-pedagogicheskoy funktsii [Formation of readiness of students of pedagogical higher education institution for implementation of social and pedagogical function]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya – Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, 2021, vol. 10, no. 2 (35), pp. 259–262 (in Russian).
12. Basyuk V.S., Zhukovskiy S.V. Adaptatsionnaya gotovnost' ofitsera kak faktor ego professional'noy ustoychivosti v ekstremal'nykh situatsiyakh [Adaptation readiness of an officer as a factor in his professional stability in extreme situations]. *Tsenosti i smysly*, 2023, no. 2 (84), pp. 72–87 (in Russian).
13. Konovalova M.D., Selivanova Yu.V., Khmel'kova O.V., Sharov A.A., Shchetinina E.B. Sootnosheniye pokazateley lichnostnogo samoopredeleniya i adaptatsionnoy gotovnosti studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v usloviyakh inklyuzivnogo obrazovaniya [The ratio of indicators of personal self-determination and adaptive readiness of students with disabilities in the context of inclusive education]. *Izvestiya Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gertsena – Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, 2021, no. 201, pp. 211–221 (in Russian).
14. Samoylov N.G. Formirovaniye adaptivnogo potentsiala i rezerva u sportsmenov vysokoy kvalifikatsii

- [Formation of adaptive potential and reserve in highly qualified athletes]. *Psikhologo-pedagogicheskiy poisk – Psychological and pedagogical search*, 2024, no. 1 (69), pp. 105–111 (in Russian).
15. Shlykova E.V. Sub'ektivnye faktory gotovnosti k risku v kontekste adaptatsii k bifurkatsionnoy srede [Subjective factors of risk readiness in the context of adaptation to a bifurcation environment]. *Sotsiologicheskaya nauka i sotsial'naya praktika*, 2022, vol. 10, no. 4 (40), pp. 81–95 (in Russian).
 16. Sharov A.A., Lokatkova O.N. Vzaimosvyaz' lichnostnykh strategiy formirovaniya adaptatsionnoy gotovnosti i ee strukturnykh komponentov u sub'ektov vysshego obrazovaniya [The relationship between personal strategies for the formation of adaptive readiness and its structural components in subjects of higher education]. *Pedagogika sovremennosti*, 2024, no. 1-2 (28), pp. 76–79 (in Russian).
 17. Basyuk V.S., Zhukovskiy S.V. Adaptatsionnaya gotovnost' ofitsera kak faktor ego professional'noy ustoychivosti v ekstremal'nykh situatsiyakh [Adaptation readiness of an officer as a factor in his professional stability in extreme situations]. *Tsennosti i smysly*, 2023, no. 2 (84), pp. 72–87 (in Russian).
 18. Sharov A.A., Khmel'kova O.V. Integrativnye strukturnye komponenty adaptatsionnoy gotovnosti studentov s ograniченными возможностями zdorov'ya [Integrative structural components of adaptive readiness of students with disabilities]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya – Perspectives of Science and Education*, 2021, no. 3 (51), pp. 290–301 (in Russian).
 19. Shamionov R.M., Grigoryeva M.V., Grinina E.S., Sozonnik A.V. Akademicheskaya adaptatsiya studentov: razrabotka i validizatsiya novoy metodiki [Academic adaptation of students: development and validation of a new methodology]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovaniye – Psychological Science and Education*, 2022, vol. 27, no 2, pp. 53–68 (in Russian).
 20. Grigoryeva M.V. Psikhodiagnosticheskaya metodika "Adaptatsionnaya gotovnost' lichnosti" [Psychodiagnostic technique "Adaptive readiness of the individual"]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika – Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*, 2017, no. 10, pp. 73–75 (in Russian).

Информация об авторе:

Григорьева М.В., заведующий кафедрой педагогической психологии и психодиагностики, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского; профессор кафедры военной педагогики и психологии, Саратовский военный ордена Жукова Краснознаменный институт войск национальной гвардии Российской Федерации (ул. Астраханская, 83, Саратов, Россия, 410012).

E-mail: grigoryevamv@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>

SPIN-код: 2697-8659

Scopus Author ID: 57205549456

ResearcherID: GNP-1494-2022

Information about the author:

Grigoryeva M.V., Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of Educational Psychology and Psychodiagnostics, Saratov National Research State University named after N.G. Chernyshevsky; Professor of the Department of Military Pedagogy and Psychology, Saratov Military Order of Zhukov Red Banner Institute of the National Guard Troops of the Russian Federation (ul. Astrakhanskaya, 83, Saratov, Russian Federation, 410012).

E-mail: grigoryevamv@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>

SPIN-code: 2697-8659

Scopus Author ID: 57205549456

ResearcherID: GNP-1494-2022

Статья поступила в редакцию 30.07.2024; принята к публикации 24.04.2025

The article was submitted 30.07.2024; accepted for publication 24.04.2025