

# Академическая адаптация студентов: разработка и валидизация новой методики

## **Шамионов Р.М.**

ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
(ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8358-597X>, e-mail: [shamionov@mail.ru](mailto:shamionov@mail.ru)

## **Григорьева М.В.**

ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
(ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>, e-mail: [grigoryevamv@mail.ru](mailto:grigoryevamv@mail.ru)

## **Гринина Е.С.**

ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
(ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8766-9668>, e-mail: [elena-grinina@yandex.ru](mailto:elena-grinina@yandex.ru)

## **Созонник А.В.**

ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
(ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3930-2674>, e-mail: [sznnik@mail.ru](mailto:sznnik@mail.ru)

Обращается внимание на то, что диагностика академической адаптации студентов является важным звеном включения личности в образовательную среду высшего учебного заведения. Ее можно рассматривать как сложное многокомпонентное образование, требующее разработки нового инструмента, включающего оценку адаптации к образовательной среде в целом. Целью исследования явились разработка, валидизация и стандартизация оригинальной методики диагностики академической адаптации студентов к вузу. В исследовании приняли участие 419 студентов 1—4 курсов высших учебных заведений очной формы обучения в возрасте 17—26 лет, средний возраст  $M=19,6$ ,  $SD=2,8$  (мужчин 18,4%). Для оценки социо-демографических характеристик использована авторская анкета, а оценка академического потенциала проводилась с помощью методики «Адаптивность» (А.Г. Маклаков и С.В. Чермянин). Предполагалось, что академическая адаптация включает когнитивный, эмоциональный, мотивационный, психофизиологический, коммуникативный и личностный компоненты. Разработанная методика включает в себя шесть шкал, соответствующих этим компонентам, и интегральную шкалу. В процессе конструирования методики осуществлены проверка надежности, очевидной, содержательной и конвергентной валидности, стандартизация, по результатам которых выявлено, что инструмент обладает хорошими психометрическими показателями и может использоваться для научных и практических целей.

**Ключевые слова:** личность, студент, образовательная среда, диагностика, академическая адаптация, опросник.

**Финансирование.** Работа выполнена при поддержке Минобрнауки России в рамках выполнения государственного задания по теме «Академическая адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья» (проект № FSRR-2020-0003).

**Для цитаты:** 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. Том 27. № 2. С. 53—68. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2022270205>

## Evaluating Academic Adaptation in Students: A New Technique

**Rail M. Shamionov**

Saratov State University (SSU), Saratov, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8358-597X>, e-mail: [shamionov@mail.ru](mailto:shamionov@mail.ru)

**Marina V. Grigorieva**

Saratov State University (SSU), Saratov, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>, e-mail: [grigoryevamv@mail.ru](mailto:grigoryevamv@mail.ru)

**Elena S. Grinina**

Saratov State University (SSU), Saratov, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8766-9668>, e-mail: [elena-grinina@yandex.ru](mailto:elena-grinina@yandex.ru)

**Alexey V. Sozonnik**

Saratov State University (SSU), Saratov, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3930-2674>, e-mail: [sznnik@mail.ru](mailto:sznnik@mail.ru)

Evaluation of academic adaptation in students is an important aspect of their incorporation into the educational environment of university. Academic adaptation can be considered a complex multicomponent formation that requires a specially developed tool to measure an individual's ability to adapt to the educational environment in general. The aim of the research was to develop, validate and standardize a special technique for evaluating academic adaptation in university students. The study involved 419 1—4-year students aged 17—26, with the average age of  $M=19.6$   $SD=2.8$  (18.4% male). A questionnaire was used to assess socio-demographic characteristics. To assess the academic potential, we used a technique called "Adaptability" by A.G. Maklakov and S.V. Chermenin. We assumed that academic adaptation includes cognitive, emotional, motivational, psychophysiological, communicative and personal components. Our technique includes six scales matching these components and a separate integral scale. In the process of designing the technique we tested its reliability, face, content and convergent validity and standardization. The results of these testing showed that the technique has good psychometric indicators and can be used both for research and applied purposes.

**Keywords:** personality, student, educational environment, evaluation, academic adaptation, questionnaire.

---

**Funding.** The work was supported by the Ministry of Education and Science of Russia as part of the state task on "Academic adaptation of people with disabilities" (project no. FSRR-2020-0003).

**For citation:** Shamionov R.M., Grigorieva M.V., Grinina E.S., Sozonnik A.V. Evaluating Academic Adaptation in Students: A New Technique. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2022. Vol. 27, no. 2, pp. 53—68. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2022270205> (In Russ.).

## Введение

Вопросы разностороннего приспособления обучающегося к образовательным условиям на сегодняшний день выходят за рамки конкретного вуза и перестают быть эксклюзивным объектом пристального внимания его психологической службы. При переходе из основной школы в высшую обучающиеся попадают в новые условия, связанные как с содержанием профессионального знания, так и с иными формами организации образовательного процесса. Все это актуализирует адаптационный потенциал личности, заставляет открывать и рефлексировать трудности образовательного процесса в новых условиях, искать эффективные пути их преодоления. Между тем сегодня имеется явный недостаток диагностических инструментов, способных адекватно оценить адаптацию человека в образовательной среде. Имеющиеся методики направлены на оценку какой-либо отдельной ее стороны.

В исследованиях академической адаптации [5; 23] авторы акцентируют внимание на образовательном процессе, на требованиях образовательной организации и возможностях обучающихся этим требованиям соответствовать и осуществлять эффективную учебную деятельность. Говоря об адаптации студентов, А.В. Карпов определяет ее как процесс вхождения личности в совокупность ролей и форм деятельности в вузе, процесс содержательного и творческого приспособления индивида к особенностям избранной им профессии и специальности с помощью учебного процесса [9].

Предпринятые исследования различных сторон академической адаптации студентов позволили выявить ее факторы, среди которых — рефлексивные способности первокурсников по поводу трудностей, возникающих в процессе обучения, и ориентация на академические результаты [1; 6; 26].

В структуре адаптации студентов к вузу выделяют социально-психологический, психологический и деятельностный [12]; педагогический, психофизиологический, профессиональный [10]; дидактический, социальный и профессиональный [21] компоненты, а также

удовлетворенность образом жизни, управление ожиданиями и уровень мотивации [28].

В современной литературе значительное внимание уделяется вопросам академической адаптации первокурсников [1], актуальными представляются исследования психофизиологических аспектов академической адаптации студентов [3]. Концентрируется также внимание на социальных и социально-психологических аспектах адаптации студентов [4]. При этом исследовательский инструментарий представлен, как правило, комплексом диагностических методик, применение которых связано с рядом трудностей как временного, так и организационного характера.

## Инструменты для оценки академической адаптации

Наряду с констатацией использования психодиагностических комплексов и распространенностью применения метода анкетирования в исследовании академической адаптации студентов нельзя не отметить наличие методик, позволяющих оценить различные аспекты рассматриваемого феномена. В числе последних — методика диагностики удовлетворенности учебной деятельностью, разработанная Л.В. Мищенко [16], которая может использоваться для оценки эмоционально-оценочного отношения студентов к учебной деятельности. Для исследования когнитивного компонента может быть использован методический комплекс ROADS [35], адаптированный С.А. Корниловым и Е.Л. Григоренко [11]. Еще один аспект диагностики академической адаптации связан с возможностью оценки саморегуляции учебной деятельности, выраженности прокрастинации с использованием «Шкалы оценки академической прокрастинации PASS» [32]. Методика адаптирована и апробирована на российской выборке М.В. Зверевой [8]. «Методика исследования адаптированности студентов в вузе», разработанная Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крыловой [7], может использоваться для определения адаптированности к учебной группе и к учебной деятельности. В некоторых зарубежных исследованиях для диагностики академической адаптации используют опросник «The

academic adjustment scale (AAS)» («Шкала академической адаптации») [27; 30], который применяется в обследованиях иностранных студентов и включает три шкалы: академический образ жизни, академические достижения (успеваемости) и учебная мотивация.

Итак, наряду с актуальностью исследования академической адаптации студентов необходимо признать недостаточность методической оснащенности подобных исследований и громоздкость и неудобство психодиагностического комплекса, в большинстве случаев позволяющего оценить лишь отдельные аспекты исследуемого феномена.

Цель исследования — разработка и валидизация оригинальной методики диагностики академической адаптации студентов.

Задачи исследования:

- сформулировать перечень утверждений для оценки академической адаптации студентов, исходя из научных представлений о сложном конструкте данного феномена;

- конструирование методики в соответствии с теоретическими представлениями о компонентном составе академической адаптации;

- осуществить проверку очевидной, содержательной, конвергентной валидности и разных характеристик надежности методики.

### Процедура, методы и методики

*Выборка.* В исследовании приняли участие 419 студентов 1-4 курсов (студентов 1 курса — 292 (69,7%), 2 курса — 41 (9,8%), 3 курса — 42 (10%), 4 курса — 44 (10,5%)) высших учебных заведений очной формы обучения в возрасте 17-26 лет, средний возраст  $M=19.6$ ,  $SD=2.8$  (мужчин 18,4%), на добровольной основе, место жительства до поступления в вуз — село (13,6%), малый город (38,3%), областной центр (42,3%), мегаполис (5,7%); с преобладающими оценками в вузе: больше троек — 14,1%, четверок — 39,6%, пятерок — 46,3%; имеют хронические заболевания — 34%. Иначе говоря, данная выборка репрезентативна генеральной совокупности, для которой планируется применять предложенный опросник.

В разработке оригинальной методики диагностики академической адаптации авторский коллектив опирался на подход, в соответствии с которым академическая адаптация понимается как процесс и результат приспособления обучающегося к различным обстоятельствам образовательной среды, включающей физическую, материальную, социальную, когнитивную, экологическую составляющие. Поэтому разработка опросника академической адаптации должна была учитывать, по крайней мере, его личностный, познавательный, мотивационный, эмоционально-оценочный, коммуникативный и психофизиологический компоненты приспособления обучающегося к образовательной среде.

Основной метод исследования — опрос. Процесс разработки методики проходил в несколько этапов, в соответствии с требованиями к разработке новых методик [15]. На первом этапе исследования производилась оценка очевидной и содержательной валидности созданного перечня утверждений опросника. Первоначальная версия теста, включающая в себя 61 пункт, была предложена непрофессиональным экспертам (7 человек). Им предлагалось оценить утверждения с позиций их понятности, ясности, стилистической грамотности, адекватного подбора лексических форм.

Содержательная валидность устанавливалась путем экспертных оценок. Четырем экспертам — психологам СГУ, продолжительное время занимающимся научной разработкой проблем адаптации, адаптационной готовности, было предложено оценить утверждения опросника на предмет их соответствия исследуемому феномену по 4-балльной шкале.

На следующем этапе проведен отбор утверждений в окончательный вариант опросника. Далее на основе анализа графика нормализованного простого стресса, выполненного в рамках эксплораторного факторного анализа и подкрепленного результатами конфирматорного факторного анализа, выделены 6 факторов (шкал), соответствующих предварительной гипотезе о распределении вопросов по шкалам; определены коэффициенты корреляции каждого утверждения с показателями шкал и интегративным показа-

телем академической адаптации. По результатам данного этапа получена окончательная версия методики, которая вместе с инструкцией и ключами приводится в приложении.

На третьем этапе исследования проведена оценка надежности методики, которая отражает точность диагностических измерений и устойчивость ее результатов к действию случайных факторов. Были оценены надежность по внутренней согласованности, надежность частей опросника.

На четвертом этапе нами проведено исследование конвергентной валидности. Для этого использована методика, показавшая хорошие психометрические данные — многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина [13]. Методика направлена на оценку адаптационного потенциала — интегральной характеристики, включающей устойчивую совокупность индивидуально-психологических и личностных свойств, обеспечивающих адаптацию [14]. Вторым важным показателем валидности может служить связь адаптации с успеваемостью, поэтому также измерялась текущая (предшествующая) успеваемость студентов. Этот показатель замерялся по количеству оценок в зачетной книжке: преимущественно «3» — 1, больше «4» — 2, больше «5» — 3.

Для оценки социально-демографических характеристик испытуемых разработана анкета, включающая параметры пола, возраста, семейного положения и места проживания до поступления в вуз, уровня дохода, стилей воспитания в родительской семье, нарушений здоровья и др.

Для обработки первичных данных применялась статистическая программа IBM SPSS Statistics + PS IMAGO PRO, включающая программу AMOS для проведения моделирования с помощью структурных уравнений.

## Результаты

В результате оценок пунктов методики профессиональными экспертами ряд формулировок были скорректированы, а несколько удалены из опросника в силу их неясности или двойственности понимания. В результате реализации процедуры содержательной валидации

для каждого пункта был рассчитан средний балл приемлемости. На основании этих расчетов из первоначального опросника удалены пункты, получившие низкие баллы (менее 2.7). Итоговый вариант опросника включает 44 пункта.

Для подтверждения гипотезы о шестикомпонентной структуре академической адаптации и соответствующем распределении пунктов опросника, разработанных в соответствии с ней, проведен конфирматорный факторный анализ. Он подтвердил (рис.) обоснованность шестифакторной модели (CMIN=1497.546; df=834; p=0.000; CFI=0.933; RMSEA=0.044; PCLOSE=0.999; SRMR=0.060; GFI=0.863; AGFI=0.838).

Первый фактор объединяет показатели личностного компонента академической адаптации, включив девять вопросов методики, касающихся способности к саморегуляции в процессе обучения. Ответы на вопросы дают представление о способностях и стремлении студента планировать и организовывать собственную учебную деятельность, ставить учебные цели, приспосабливаться к изменяющимся условиям образования, организовывать жизненное пространство вокруг себя в процессе обучения.

Второй фактор объединяет показатели эмоционально-оценочного компонента академической адаптации. По ответам респондентов можно выяснить степень удовлетворенности различными аспектами обучения: процессом и результатом, взаимоотношениями с однокурсниками и преподавателями, выраженностью положительных эмоций.

Третий фактор соотносится с познавательным компонентом академической адаптации. По ответам этой шкалы можно судить о развитии умений быстро и эффективно обрабатывать, запоминать информацию; переключать внимание с содержания одной на содержание другой дисциплины; о стремлении включить новый материал в структуры уже имеющегося знания; об уровне развития речи и использовании ее в процессе познания; развитии логического мышления и способности к моделированию трудных учебных ситуаций и выхода из них; использовании анализа, синтеза и антиципации в процессе обучения.

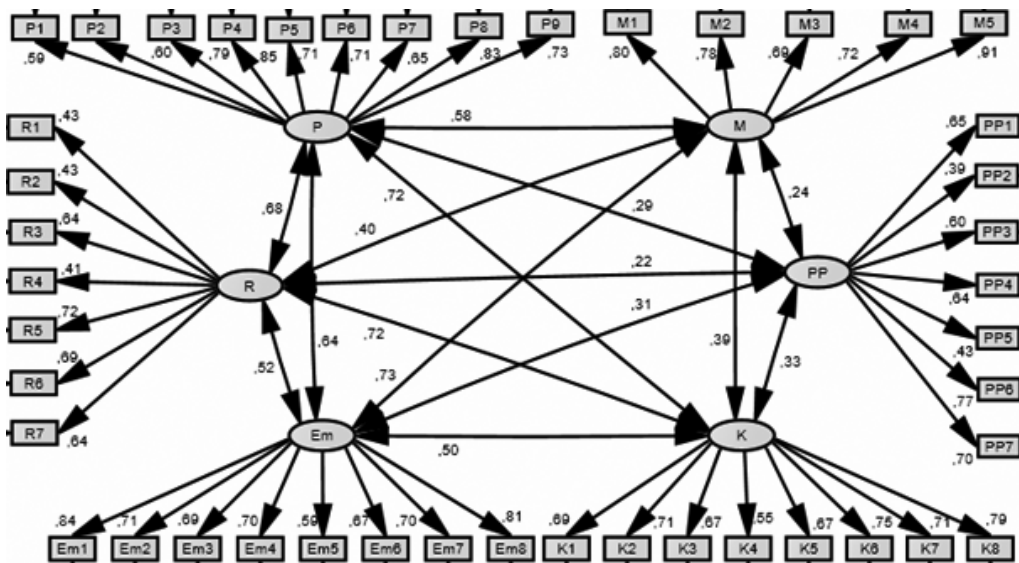


Рис. Предполагаемая модель для проверки факторного анализа, выполненного на основе SEM

Четвертый фактор объединяет показатели мотивационного компонента академической адаптации студентов. По этой шкале можно выявить наиболее типичные учебно-профессиональные мотивы и их силу. В большей степени мотивированное профессиональное обучение способствует и стремлению к приспособлению в образовательном процессе.

Пятый фактор свидетельствует о выраженности/невывраженности психофизиологического компонента академической адаптации студентов. По результатам этой шкалы выявляются эмоциональное, интеллектуальное и физическое напряжение студентов в процессе обучения; наличие отрицательных соматических явлений; самооценка влияния обучения на обострение хронических заболеваний.

Шестой фактор, соотносимый с коммуникативным компонентом академической адаптации студентов, дает представление об умениях и навыках студентов, способствующих организации взаимоотношений с другими субъектами образования: развитой речи как способа коммуникации, контактности, стремлении пре-

зентовать себя окружающим, способности взаимодействовать с однокурсниками.

Таким образом, результаты факторного анализа могут служить основанием для распределения вопросов по соответствующим шкалам. В результате ответов на вопросы методики оценивается средний показатель по каждому компоненту академической адаптации. Он варьирует от 1 до 7 баллов. Подсчитывается также общий показатель, который определяется как сумма средних оценок по шести компонентам.

В результате эксплораторного анализа установлено, что все 6 компонентов включены в один единый фактор (табл. 1). Коэффициенты факторных нагрузок достаточны для содержательной интерпретации. Это свидетельствует о том, что все компоненты академической адаптации организованы по принципу совместной изменчивости. Однако наименее слабым элементом в ней является психофизиологический компонент.

Как видно из табл. 2, средние оценки по каждому компоненту академической адаптации студентов немного сдвинуты в сторону согласия с утверждениями вопросов. Значе-

Таблица 1

**Результаты факторного анализа компонентов академической адаптации**

Компонент академической адаптации	Компонента
	1
Личностный компонент	0.838
Эмоционально-оценочный компонент	0.787
Познавательный компонент	0.767
Мотивационный компонент	0.698
Коммуникативный компонент	0.700
Психофизиологический компонент	0.417

ния асимметрии и эксцесса компонентов и общего показателя академической адаптации не превышают приемлемых значений [18], свидетельствующих о нормальности распределения (см. табл. 1). Проверка внутренней согласованности на основе корреляций компонентов и интегрального показателя также дала приемлемый результат: все корреляции находятся на высоком уровне значимости ( $r=0.42-0.84$ ,  $p<0.01$ ).

Из результатов корреляционного анализа между показателями академической адап-

тации студентов и показателями опросника «Адаптивность» видно, что все взаимосвязи значимы, следовательно, имеется концептуальная схожесть измеряемых с помощью этих двух методик явлений.

Корреляционный анализ показателей академической адаптации и текущей успеваемости студентов позволяет сделать вывод об их сопряженности, что подтверждает гипотезу о более высокой учебной успешности студентов с высокими показателями академической адаптации.

Таблица 2

**Одномерные статистические показатели компонентов и общего результата академической адаптации студентов, корреляции с показателем адаптационного потенциала (МЛО)**

Компоненты	M (SD)	Альфа	Асимметрия (SD)	Эксцесс (SD)	Коэффициенты корреляции		
					с интегральной оценкой академической адаптации	с адаптационным потенциалом	с успеваемостью
Личностный (самоорганизация)	5.36 (0.98)	0.91	-0.51 (0.12)	0 (0.24)	0,79**	-0.37**	0.27**
Эмоционально-оценочный	5.26 (1.06)	0.90	0.57 (0.12)	0.21 (0.24)	0,77**	-0.34**	0.16**
Познавательный	5.39 (0.91)	0.89	-0.38 (0.12)	-0.24 (0.24)	0,73**	-0.30**	0.18**
Мотивационный	5.69 (1.23)	0.87	-1.27 (0.12)	1.18 (0.24)	0,70**	-0.27**	0.12*
Психофизиологический	4.30 (1.15)	0.80	-0.08 (0.12)	-0,26 (0.24)	0,50**	-0.41**	0.10*
Коммуникативный	5.43 (0.91)	0.81	-0.65 (0.12)	0.42 (0.24)	0,65**	-0.36**	0.16**
Интегральная оценка академической адаптации	31.44 (4.35)	0.79	-0.44 (0.12)	0.54 (0.24)	1	-0.52**	0.22**

Условные обозначения: M — среднее; SD — стандартное отклонение; \*\* — уровень значимости корреляций  $p<0,01$ .

## Обсуждение результатов

Имеющиеся методики оценки академической адаптации студентов позволяют оценить, как правило, наиболее очевидные его стороны — социально-психологическую и/или деятельностьную. При этом для психологической службы вуза необходим более тонкий инструмент, способный оценить различные стороны академической адаптации студентов, который можно было бы использовать и в случае проблем в адаптации студентов, и для их предупреждения.

Принципиальным моментом при разработке новой методики стала опора авторов на фундаментальные труды отечественных и зарубежных психологов по проблеме адаптации вообще [2; 17; 20] и академической адаптации в частности [27; 29; 31]. В результате разработки и валидизации методики на оценку академической адаптации студентов нами использован метод конфирматорного факторного анализа, что позволило подтвердить гипотезу о 6-компонентной структуре академической адаптации.

В процессе апробации методики показаны ее надежность по внутренней согласованности и конвергентная валидность. Все шкалы методики продемонстрировали высокую внутреннюю согласованность (альфа Кронбаха > 0.8). Сопоставление результатов методики с существующими методиками на интегральную оценку адаптационного потенциала, академическую успеваемость показало наличие высокозначимых связей, что говорит о высокой конструктивной валидности методики.

Выделенные шкалы соответствуют представлениям о структуре адаптации студентов [25], а также представлениям о ее нарушениях в различных условиях жизнедеятельности студентов [18]. Одним из достоинств новой методики является ее комплексность, разносторонность и в то же время возможность интегральной оценки. Еще одним достоинством методики является то, что она может быть использована для работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья [33]. В конструкции методики учтены вопросы, касающиеся трудностей, испытываемых ими в процессе обучения.

Полученные данные свидетельствуют о тесной сопряженности характеристик академической адаптации с показателями личностного адаптационного потенциала, что свидетельствует о том, что адаптационные способности личности могут проявляться в разных ипостасях приспособления студентов к академической среде. Личностный компонент академической адаптации отражает способность студента планировать и организовывать собственную учебную деятельность, ставить учебные цели, приспособляться к изменяющимся условиям образования, что согласуется с пониманием академической адаптации с точки зрения саморегуляции личности [6], ее самоорганизации [21] и их согласованности [36]. Эмоционально-оценочный компонент академической адаптации характеризует выраженность положительных эмоций в связи с различными аспектами академической жизни. Эта сторона академической адаптации отмечается во многих исследованиях (например, Ф.Б. Березин [2], Ю.А. Боханкова [4] и ряд других). Познавательный компонент, по результатам данного исследования, характеризует способность студента к обработке больших массивов информации, эффективной ее организации для понимания, распознавания и т.п. Эти данные согласуются с прежними результатами, в которых отмечается, что когнитивная составляющая процесса академической адаптации студентов представляет собой способность к перестройке процессов запоминания, понимания и мыслительной деятельности (развитие отвлеченного мышления) [22]. Мотивационный компонент является ведущим в структуре академической адаптации [10]. Однако в нашем исследовании ряд его индикаторов, выделенных на основе теоретического анализа, были исключены в силу низкой интегрированности с другими характеристиками. Психофизиологический компонент отражает степень напряжения студентов в процессе обучения в силу некоторых психофизиологических особенностей. Включение этого компонента согласуется с исследованиями, в кото-



рых отмечается существенное значение для академической адаптации студентов физиологических процессов и их особенностей [23]. В результате исследования одним из компонентов академической адаптации выделен коммуникативный компонент. Действительно, как следует из прежних исследований, социально-психологическая сторона адаптации студентов имеет весьма важное значение [7; 34]. В то же время в соответствии с результатами исследований Салиховой с соавторами наиболее проблемными в адаптации студентов являются разные аспекты интеграции личности в новые социальные общности [21].

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют о согласованности структуры методики, направленной на выявление различных компонентов академической адаптации, с результатами прежних исследований. В процессе апробации методики показано, что она обладает хорошими психометрическими показателями, что делает ее пригодной для измерения интегрального показателя академической адаптации студентов, а также различных ее компонентов и применения в научных и практических целях.

### **Заключение**

Сильная дифференциация академической адаптации студентов и ее связь с качеством высшего образования, успешностью процесса, а также с состоянием психологического здоровья обучающихся обуславливают необходимость разработки надежной и валидной методики для определения как ее компонентов, так и интегральной оценки.

Описанная здесь авторская методика основана на системно-структурном и экпсихологическом подходах, направлена на выявление адаптационных явлений на разных уровнях, охватывает все возможные варианты адаптационного взаимодействия студентов с образовательной средой организации высшего образования.

Для разработки шкал и вопросов методики использовались процедуры экспертного оценивания, эксплораторный и confirma-

торный факторный анализ, позволившие выделить и описать шкалы, соответствующие компонентам академической адаптации — личностному (регулятивному), эмоционально-оценочному, познавательному, мотивационному, психофизиологическому и коммуникативному.

При разработке методики учтены все психометрические требования, соблюдены этапы профессиональной разработки и оценены необходимые психометрические показатели — надежность по внутренней согласованности, надежность частей опросника, а также конвергентная валидность. Основные психометрические показатели новой методики находятся в пределах значимости либо приемлемости.

Сила корреляционных связей шкал методики с общим показателем академической адаптации и адаптационным потенциалом, а также факторные нагрузки (в результате эксплораторного факторного анализа компонентов) позволяют сделать вывод о большом весе в академической адаптации студентов личностного, когнитивного и эмоционально-оценочного компонентов.

Методика полностью готова к использованию в психологической практике для оценки степени адаптации студентов или ее компонентов, а также для научных целей.

Результаты теоретического и эмпирического исследования позволяют также сделать вывод о перспективах использования инструмента для научных исследований. В частности, понимание адаптации как явления динамического равновесия личности и среды предполагает возможное нарушение адаптации на любом участке взаимодействия с этой средой. Поэтому перспективны сравнительные исследования компонентов академической адаптации на разных этапах обучения в вузе, исследования опосредующих академическую адаптацию и продуктивность обучения в вузе социально-психологических и психологических переменных, наконец, изучение психолого-педагогических условий академической адаптации студентов в среде высшего учебного заведения.

## Приложение

**Инструкция:** Ответьте на следующие вопросы, касающиеся Ваших переживаний, отношений и самочувствия в связи с обучением в вузе, с использованием 7-балльной шкалы, где 1 — означает абсолютную невыраженность признака, а 7 — абсолютно полную выраженность признака. Постарайтесь отвечать вдумчиво и честно.

Полностью согласен 1 2 3 4 5 6 7 Полностью не согласен

Обозначение	Вопросы	Баллы						
		1	2	3	4	5	6	7
P1	Вы выполняете все задания вовремя и в срок, не откладывая на долгое время	1	2	3	4	5	6	7
P2	Во время лекций и практических занятий Вы делаете пометки для себя, чтобы лучше понять материал	1	2	3	4	5	6	7
P3	Оцените степень своей самоорганизации в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P4	Вы стремитесь к достижению поставленных целей, связанных с обучением	1	2	3	4	5	6	7
P5	Вы стремитесь приспособиться к условиям обучения	1	2	3	4	5	6	7
P6	Вы обладаете хорошими возможностями самоорганизации в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P7	Вы уверены в успешности преодоления возникающих трудностей в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
P8	Вы способны к эффективному планированию своей учебной деятельности	1	2	3	4	5	6	7
P9	У Вас получается организовать жизненное пространство вокруг себя в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
E1	Вы удовлетворены процессом обучения в вузе	1	2	3	4	5	6	7
E2	Вы удовлетворены взаимоотношениями с преподавателями	1	2	3	4	5	6	7
E3	Вы удовлетворены результатами обучения в вузе	1	2	3	4	5	6	7
E4	Вы удовлетворены информационной средой вуза (интернетом, библиотекой, сайтами, компьютерными классами и др.)	1	2	3	4	5	6	7
E5	Вы удовлетворены возможностью реализации бытовых потребностей (столовая, туалеты, покупка канцтоваров)	1	2	3	4	5	6	7
E6	Вы удовлетворены удобством помещений лекционных аудиторий, лабораторных, спортзала, актового зала и др.	1	2	3	4	5	6	7
E7	Вы удовлетворены возможностью реализации досуга в образовательном пространстве университета	1	2	3	4	5	6	7
E8	Оцените выраженность своих положительных эмоций, связанных с обучением	1	2	3	4	5	6	7
K1	В процессе обучения Вы легко переключаетесь с одной дисциплины на другую	1	2	3	4	5	6	7
K2	Вы легко ориентируетесь в источниках информации (книги, журналы, интернет) при подготовке к занятиям в вузе	1	2	3	4	5	6	7
K3	Как правило, Вы стараетесь соотнести новый материал с уже известным Вам	1	2	3	4	5	6	7
K4	В целом при вашем желании Вы можете запомнить большие массивы информации, организуя свою память и процесс запоминания	1	2	3	4	5	6	7
K5	Вы хорошо владеете языком обучения и способны излагать учебный материал без особых усилий	1	2	3	4	5	6	7
K6	Вы легко определяете закономерности и причинно-следственные связи в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7

Обозначение	Вопросы	Баллы						
		1	2	3	4	5	6	7
K7	Вы умеете мысленно представлять ситуации и их варианты развития в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
K8	Вы умеете анализировать случившееся и учитывать результаты анализа в дальнейшем процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
M1	Вам интересно содержание материала, предметы Вашего профиля	1	2	3	4	5	6	7
M2	Вы учитесь, чтобы получить профессию, по которой намерены работать	1	2	3	4	5	6	7
M3	Вы учитесь, чтобы обеспечить свое будущее	1	2	3	4	5	6	7
M4	Вы учитесь, чтобы стать профессионалом своего дела	1	2	3	4	5	6	7
M5	Вам нравится выбранная профессия	1	2	3	4	5	6	7
PP*1	Вы испытываете эмоциональное напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*2	Вы испытываете интеллектуальное напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*3	Вы испытываете физическое напряжение в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*4	У Вас бывают головные боли в процессе обучения	1	2	3	4	5	6	7
PP*5	Вы ощущаете разницу в своей приспособленности к процессу обучения в сравнении с другими студентами	1	2	3	4	5	6	7
PP*6	Обычно в процессе обучения Вы испытываете физический дискомфорт или неприятные ощущения (мышечное напряжение, онемение конечностей и др.)	1	2	3	4	5	6	7
PP*7	Симптомы хронических расстройств во время Вашего обучения усугубляются	1	2	3	4	5	6	7
R1	Вы довольны взаимоотношениями с однокурсниками	1	2	3	4	5	6	7
R2	Вы умеете контактировать с незнакомым человеком	1	2	3	4	5	6	7
R3	У Вас получается открыто выражать мысли и доказывать свою точку зрения	1	2	3	4	5	6	7
R4	Вы легко кооперируетесь с другими, чтобы выполнить какое-то учебное задание	1	2	3	4	5	6	7
R5	Вы говорите так, что окружающие Вас понимают	1	2	3	4	5	6	7
R6	Вы стремитесь показывать себя с лучшей стороны	1	2	3	4	5	6	7
R7	Вы можете легко взаимодействовать со своими однокурсниками во время обучения и вне занятий	1	2	3	4	5	6	7

Ключ. Подсчитываются баллы по каждому компоненту следующим образом:

Личностный компонент (самоорганизация)

$$ЛК = \sum P_i / 9$$

Эмоционально-оценочный компонент

$$ЭК = \sum E_i / 8$$

Познавательный компонент

$$ПК = \sum P_i / 8$$

Мотивационный компонент

$$М = \sum M_i / 5$$

Психофизиологический компонент

$$ПФК = \sum PP_i / 7$$

(\*обратная шкала: 7 6 5 4 3 2 1)

Коммуникативный компонент

$$КК = \sum R_i / 7$$

Интегральная оценка академической адаптации

$$АА = ЛК + ЭК + ПК + М + ПФК + КК$$

При проведении процедуры **стандартизации** первичные результаты респондентов после преобразования в z-шкалу были отнесены к одному из пяти интервалов (табл. 1).

Таблица 1

**Нормативные показатели методики**

Диапазон значений/после z-преобразования	Интерпретация	Интегративный показатель СБ	
		Человек (%)	Интервал
Более $\bar{M} + 2\sigma (\geq 2)$	Значительно выше нормы	7 (1,67%)	$\geq 40,14$
$[\bar{M} + \sigma; \bar{M} + 2\sigma] ([1; 2])$	Несколько выше нормы	60 (14,32%)	35,73-39,73
$[\bar{M} - \sigma; \bar{M} + \sigma] ([-1; +1])$	Норма	290 (69,21%)	27,23-35,63
$[\bar{M} - 2\sigma; \bar{M} - \sigma] ([-2; -1])$	Несколько ниже нормы	50 (11,93%)	23,46-27,15
Менее $\bar{M} - 2\sigma (\leq 2)$	Значительно ниже нормы	12 (2,86%)	$\leq 22,74$

Процентное распределение испытуемых по выделенным группам близко к нормативному распределению (~2.3%; ~13.7%; ~68%). Произведенное далее преобразование «сырых» баллов в стены приведено в табл. 2.

Таблица 2

**Перевод «сырых» баллов в стены интегрального показателя академической адаптации**

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Баллы	<22,74	22.75— 24,91	24.92— 27.01	27.02— 29.20	29.21— 31.39	31.40— 33.58	33.59— 35.77	35.78— 37.96	37.97— 40,13	>40,14

Выделенные тестовые нормы позволяют при работе с методикой производить интерпретацию выраженности академической адаптации (нижней границей интервала нормативных значений является уровень выраженности 4 стена, верхней — 7).

**Литература**

- Акимова С.В., Кожевникова О.В. Факторы успешности академической адаптации на начальном этапе обучения в университете [Электронный ресурс] // Universum: психология и образование: электрон. науч. журнал. 2015. № 8(18). URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/2516> (дата обращения: 28.05.2020).
- Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. 260 с.
- Берестнева О.Г., Шаропин К.А. Построение моделей адаптации студентов к обучению в вузе // Известия Томского политехнического университета. 2004. Том 307. № 5. С. 131—135.
- Бохонкова Ю.А. Социально-психологическая адаптация первокурсников к условиям учебных заведений: монография. М.: МГУ, 2016. 199 с.
- Виноградова Ю.В., Рябкова С.Л., Скопина Ю.И. Академическая адаптация иностранных граждан (на примере ННГАСУ) // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 12-4(54). С. 11—13.
- Григорьева М.В., Шамяионов Р.М., Голубева Н.М. Роль рефлексии в адаптационном процессе студентов к условиям обучения в вузе // Психологическая наука и образование. 2017. Том 22. № 5. С. 23—30. DOI:10.17759/pse.2017220503
- Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2010. № 2. URL: [https://psyjournals.ru/files/27814/psyedu\\_ru\\_2010\\_2\\_Dubovitskaya\\_KriloVA.pdf](https://psyjournals.ru/files/27814/psyedu_ru_2010_2_Dubovitskaya_KriloVA.pdf) (дата обращения: 22.05.2020).
- Зверева М.В. Адаптация опросника PASS на российской выборке // Психологическая наука и образование. 2015. Том 20. № 1. С. 79—84. DOI:10.17759/pse.2015200109
- Карпов А.В., Орел В.Е., Тернопол В.Я. Психология профессиональной адаптации: монография. Ярославль: Институт «Открытое общество», РПО, 2003. 161 с.
- Ковалев В.И., Дружинин В.Н. Мотивационная сфера личности и ее динамика в процессе профессиональной подготовки // Психологический журнал. 1982. Том 3. № 6. С. 33—44.
- Корнилов С.А., Григоренко Е.Л. Методический комплекс для диагностики академических, творческих и практических способностей // Психологический журнал. 2010. Том 31. № 2. С. 90—103.
- Лагерев В.В. Адаптация студентов к условиям обучения в техническом вузе и особенности

организации учебно-воспитательного процесса с первокурсниками. М.: НИИВО, 1991. 48 с.

13. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстренных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16—24.

14. Маклаков А.Г., Сидорова А.А. Формирование адаптационного потенциала личности и его развитие в процессе обучения в вузе // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2011. Т. 5. № 4. С. 41—51.

15. Митина О.В. Разработка и адаптация психологических опросников. М.: Смысл, 2011. 235 с.

16. Мищенко Л.В. К проблеме диагностики отношения студентов к учебной деятельности // Вестник практической психологии образования. 2007. № 3. С. 122—128.

17. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности: формы, механизмы и стратегии. Ереван: Изд-во Арм. ССР, 1988. 263 с.

18. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. СПб.: Речь, 2004. 392 с.

19. Разживина М.И., Уланова Н.Н. Особенности адаптационных ресурсов студентов вузов с ограниченными возможностями здоровья // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2018. Том 6. № 2(21). С. 322—332.

20. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. 479 с.

21. Салихова Н.Р., Фахрутдинова А.Р. Трудности адаптации первокурсников к обучению в вузе // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2021. № 1. С. 97—113.

22. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Психология вузовской адаптации. Ярославль: ЯрГУ, 2009. 115 с.

23. Степанчикова О.Л., Хицова Л.Н. Половозрастные, физиологические и психические аспекты становления адаптации студентов к учебной деятельности // Вестник ВГУ: Химия. Биология. Фармация. 2006. № 2. С. 169—172.

24. Терещенко Т.М., Федотова Л.А. Академическая адаптация иностранных студентов в образовательном пространстве педагогического вуза // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. 2020. № 3(146). С. 68—73.

25. Цымбалюк А.Э., Мишучкова Е.Ю., Сидорова С.С. Психологическая структура учебно-профессиональной адаптации студентов

педагогического вуза // Ярославский педагогический вестник. 2017. № 6. С. 233—237.

26. Шамионов Р.М., Гринина Е.С. Характеристики академической адаптации обучающихся на разных уровнях образования в России // Перспективы науки и образования. 2021. № 4(52). С. 370—380. DOI:10.32744/pse.2021.4.24

27. Anderson J.R., Guan Y., Koc Y. The academic adjustment scale: Measuring the adjustment of permanent resident or sojourner students // International Journal of Intercultural Relations. 2016. Vol. 54. P. 68—76. DOI:10.1016/j.ijintrel.2016.07.006

28. Baker R.W., Siryk B. Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ): Manual. Los Angeles: Western Psychological Services, 1989.

29. Gerdes H., Mallinckrodt B. Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention // Journal of Counseling & Development. 1994. Vol. 72. № 2. P. 281—288. DOI:10.1002/j.1556-6676.1994.tb00935.x

30. Jean D. The Academic and Social Adjustment of First-Generation College Students. Seton Hall University Dissertations and Theses (ETDs), 2010. 133 p.

31. Pennebaker J.W., Colder M., Sharp L.K. Accelerating the coping process // Journal of Personality and Social Psychology. 1990. Vol. 58. № 3. P. 528—537. DOI:10.1037/0022-3514.58.3.528

32. Solomon L.J., Rothblum E.D. Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates // Journal of Counseling Psychology. 1984. Vol. 31. № 4. P. 503—509. DOI:10.1037/0022-0167.31.4.503

33. Shamionov R.M., Grigoryeva M.V., Grinina E.S., Sozonnik A.V. Characteristics of Academic Adaptation and Subjective Well-Being in University Students with Chronic Diseases // Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ. 2020. Vol. 10. P. 816—831. DOI:10.3390/ejihpe10030059

34. Shmeleva Z.N. Socialization and adaptation of foreign students from China and Mongolia at Krasnoyarsk state agrarian university // Baltic Humanitarian Journal. 2021. Vol. 10. № 3(36). P. 214—216. DOI:10.26140/bgz3-2021-1003-0053

35. Sternberg R.J. The Rainbow Project: Enhancing the SAT through assessments of analytical, practical and creative skills // Intelligence. 2006. Vol. 34. № 4. P. 321—350. DOI:10.1016/j.intell.2006.01.002

36. Zinchenko Yu.P., Morosanova V.I., Kondratyuk N.G., Fomina T.G. Conscious self-regulation and self-organization of life during the COVID-19 pandemic // Psychology in Russia: State of the Art. 2020. Vol. 13. № 4. P. 168—182. DOI:10.11621/pir.2020.0411

## References

1. Akimova S.V., Kozhevnikova O.V. Faktory uspešnosti akademicheskoj adaptatsii na nachal'nom etape obucheniya v universitete [Elektronnyy resurs] [The factors of successful academic adjustment at the initial

stage of university education]. *Universum: psikhologiya i obrazovanie* // *Universum: Psychology and Education*, 2015, no. 8(18). Available at: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/2516> (Accessed 28.05.2020). (In Russ.).

2. Berezin F.B. Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka [Mental and psychophysiological adaptation of a person]. Leningrad: Nauka, 1988. 260 p. (In Russ.).
3. Berestneva O.G., Sharopin K.A. Postroenie modelei adaptatsii studentov k obucheniyu v vuze [Building models of students' adaptation to study at the university]. *Izvestiya Tomskogo politekhnicheskogo universiteta // Bulletin of the Tomsk Polytechnic University*, 2004, Vol. 307, no. 5, pp. 131—135. (In Russ.).
4. Bokhonkova Yu.A. Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya pervokursnikov k usloviyam uchebnykh zavedenii: monografiya [Socio-psychological adaptation of freshmen to the conditions of educational institutions: a monograph]. Moscow: MGU, 2016. 199 p. (In Russ.).
5. Vinogradova Yu.V., Ryabkova S.L., Skopina Yu.I. Akademicheskaya adaptatsiya inostrannykh grazhdan (na primere NNGASU) [Engineering academic adaptation of foreign citizens (NNGASU experience)]. *Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal // International research journal*, 2016, no. 12-4(54), pp. 11—13. (In Russ.).
6. Grigor'eva M.V., Shamionov R.M., Golubeva N.M. Rol' refleksii v adaptatsionnom protsesse studentov k usloviyam obucheniya v vuze [Role of Self-Reflection in the Process of Student Adaptation to University]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2017, Vol. 22, no. 5, pp. 23—30. DOI:10.17759/pse.2017220503 (In Russ.).
7. Dubovitskaya T.D., Krylova A.V. Metodika issledovaniya adaptirovannosti studentov v vuze [Elektronnyi resurs] [Method of Research of Students Adaptability in the Higher Educational Establishment]. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya = Psychological-Educational Studies*, 2010, no. 2. Available at: [https://psyjournals.ru/files/27814/psyedu\\_ru\\_2010\\_2\\_Dubovitskaya\\_KriloVA.pdf](https://psyjournals.ru/files/27814/psyedu_ru_2010_2_Dubovitskaya_KriloVA.pdf) (Accessed 22.05.2020). (In Russ.).
8. Zvereva M.V. Adaptatsiya oprosnika PASS na rossiiskoi vyborke [Adaptation of the PASS Questionnaire on Russian sample]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2015, Vol. 20, no. 1, pp. 79—84. DOI:10.17759/pse.2015200109 (In Russ.).
9. Karpov A.V., Orel V.E., Ternopol V.Ya. Psikhologiya professional'noi adaptatsii: monografiya [Psychology of professional adaptation: monograph]. Yaroslavl: Institut «Otkrytoe obshchestvo», RPO, 2003. 161 p. (In Russ.).
10. Kovalev V.I., Druzhinin V.N. Motivatsionnaya sfera lichnosti i ee dinamika v protsesse professional'noi podgotovki [The motivational sphere of personality and its dynamics in the process of training]. *Psikhologicheskii zhurnal // Psychological journal*, 1982, Vol. 3, no. 6, pp. 33—44. (In Russ.).
11. Kornilov C.A., Grigorenko E.L. Metodicheskii kompleks dlya diagnostiki akademicheskikh, tvorcheskikh i prakticheskikh sposobnostei [Procedural complex for assessment of academic, creative and practical abilities]. *Psikhologicheskii zhurnal // Psychological journal*, 2010, Vol. 31, no. 2, pp. 90—103. (In Russ.).
12. Lagerev V.V. Adaptatsiya studentov k usloviyam obucheniya v tekhnicheskome vuze i osobennosti organizatsii uchebno- vospitatel'nogo protsessa s pervokursnikami [Adaptation of students to the conditions of study at a technical university and the features of the organization of the educational process with freshmen]. Moscow: NIIVO, 1991. 48 p. (In Russ.).
13. Maklakov A.G. Lichnostny adaptatsionny potencial: ego mobilizatsiya i prognozirovaniye v ekstremnykh situatsiyah [Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in emergency conditions]. *Psikhologicheskii zhurnal // Psychological Journal*, 2001, Vol. 22, no. 1, pp. 16—24. (In Russ.).
14. Maklakov A.G., Sidorova A.A. Formirovaniye adaptatsionnogo potenciala lichnosti i ego razvitiye v protsesse obucheniya [Formation of the adaptive potential of the individual and its development in the process of studying at the university]. *Vestnik LGU imeni A.S. Pushkina [Bulletin of the Pushkin State University]*, 2011, Vol. 5, no. 4, pp. 41—51. (In Russ.).
15. Mitina O.V. Razrabotka i adaptatsiya psikhologicheskikh oprosnikov [Development and adaptation of psychological questionnaires]. Moscow: Publ. Smysl, 2011. 235 p. (In Russ.).
16. Mishchenko L.V. K probleme diagnostiki otnosheniya studentov k uchebnoi deyatel'nosti [To the problem of diagnosing student attitudes towards learning activities]. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya // Bulletin of Psychological Practice in Education*, 2007, no. 3, pp. 122—128. (In Russ.).
17. Nalchadzhyan A.A. Sotsial'no-psikhicheskaya adaptatsiya lichnosti: formy, mekhanizmy i strategii [Socio-psychological adaptation of personality: forms, mechanisms and strategies]. Yerevan: Arm. SSR, 1988. 263 p. (In Russ.).
18. Nasledov A.D. Matematicheskie metody psikhologicheskogo issledovaniya. Analiz i interpretatsiya dannykh [Mathematical methods of psychological research. Analysis and interpretation of data]. Saint-Petersburg: Rech', 2004. 392 p. (In Russ.).
19. Razzhivina M.I., Ulanova N.N. Osobennosti adaptatsionnykh resursov studentov vuzov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Peculiarities of adaptation resources of students of high school with restricted health possibilities]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitiye // Personality world: health, adaptation, development*, 2018, Vol. 6, no. 2(21), pp. 322—332. (In Russ.).
20. Rean A.A., Kudashev A.R., Baranov A.A. Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriya.

Praktika [Psychology of personality adaptation. Analysis. Theory. Practice]. Saint-Petersburg: Prain-EVROZNAK, 2006. 479 p. (In Russ.).

21. Salikhova N.R., Fakhrutdinova A.R. Trudnosti adaptatsii pervokursnikov k obucheniyu v vuze [Difficulties of adaptation of first-year students to study at a university]. Vestnik RGGU. Ser. Psikhologiya. Pedagogika. Obrazovanie // Bulletin of the Russian State University. Series: Psychology. Pedagogy. Education, 2021, no. 1, pp. 97—113.

22. Smirnov A.A., Zhivaev N.G. Psikhologiya vuzovskoi adaptatsii [Psychology of university adaptation]. Yaroslavl: YarGU, 2009. 115 p. (In Russ.).

23. Stepanchikova O.L., Khitsova L.N. Polovozrastnye, fiziologicheskie i psikhicheskie aspekty stanovleniya adaptatsii studentov k uchebnoi deyatel'nosti [Gender, age, physiological and mental aspects of the formation of students' adaptation to educational activities]. Vestnik VGU: Khimiya. Biologiya. Farmatsiya // Bulletin of VSU: Chemistry. Biology. Pharmacy, 2006, no. 2, pp. 169—172.

24. Tereshchenko T.M., Fedotova L.A. Akademicheskaya adaptatsiya inostrannykh studentov v obrazovatel'nom prostranstve pedagogicheskogo vuza [Academic adaptation of foreign students in the educational environment of the pedagogical university]. Izvestiya Volgogradskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta // Izvestiya of the Volgograd State Pedagogical University, 2020, no. 3(146), pp. 68—73. (In Russ.).

25. Tsybalyuk A.E., Mishuchkova E.Yu., Sidorova S.S. Psikhologicheskaya struktura uchebno-professional'noi adaptatsii studentov pedagogicheskogo vuza [Psychological Structure of Educational and Professional Adaptation of Pedagogical University Students]. Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik // Yaroslavl Pedagogical Bulletin, 2017, no. 6, pp. 233—237. (In Russ.).

26. Shamionov R.M., Grinina E.S. Kharakteristiki akademicheskoi adaptatsii obuchayushchikhsya na raznykh urovnyakh obrazovaniya v Rossii [Characteristics of students' academic adaptation at different levels of education in Russia]. Perspektivy nauki i obrazovaniya // Perspectives of Science and Education, 2021. Vol. 52, no. 4, pp. 370—380. DOI:10.32744/pse.2021.4.24

27. Anderson J.R., Guan Y., Koc Y. The academic adjustment scale: Measuring the adjustment of permanent resident or sojourner students. *International Journal of Intercultural Relations*, 2016. Vol. 54, pp. 68—76. DOI:10.1016/j.ijintrel.2016.07.006

28. Baker R.W., Siryk B. Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ): Manual. Los Angeles: Western Psychological Services, 1989.

29. Gerdes H., Mallinckrodt B. Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention. *Journal of Counseling & Development*, 1994. Vol. 72, no. 2, pp. 281—288. DOI:10.1002/j.1556-6676.1994.tb00935.x

30. Jean D. The Academic and Social Adjustment of First-Generation College Students. Seton Hall University Dissertations and Theses (ETDs), 2010. 133 p.

31. Pennebaker J.W., Colder M., Sharp L.K. Accelerating the coping process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990. Vol. 58, no. 3, pp. 528—537. DOI:10.1037/0022-3514.58.3.528

32. Solomon L.J., Rothblum E.D. Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 1984, no. 31, pp. 503—509. DOI:10.1037/0022-0167.31.4.503

33. Shamionov R.M., Grigorieva M.V., Grinina E.S., Sozonnik A.V. Characteristics of Academic Adaptation and Subjective Well-Being in University Students with Chronic Diseases. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ.*, 2020. Vol. 10, no. 3, pp. 816—831. DOI:10.3390/ejihpe10030059

34. Shmeleva Z.N. Socialization and adaptation of foreign students from China and Mongolia at Krasnoyarsk state agrarian university. *Baltic Humanitarian Journal*, 2021. Vol. 10, no. 3(36), pp. 214—216. DOI:10.26140/bgz3-2021-1003-0053

35. Sternberg R.J. The Rainbow Project: Enhancing the SAT through assessments of analytical, practical and creative skills. *Intelligence*, 2006. Vol. 34, no. 4, pp. 321—350. DOI:10.1016/j.intell.2006.01.002

36. Zinchenko Yu.P., Morosanova V.I., Kondratyuk N.G., Fomina T.G. Conscious self-regulation and self-organization of life during the COVID-19 pandemic. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2020. Vol. 13, no. 4, pp. 168—182. DOI:10.11621/pir.2020.0411

### Информация об авторах

Шамيونов Раиль Мунирович, зав. кафедрой социальной психологии образования и развития, ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» (ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8358-597X>, e-mail: shamionov@mail.ru

Григорьева Марина Владимировна, зав. кафедрой педагогической психологии и психодиагностики, ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» (ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>, e-mail: grigoryevamv@mail.ru

*Гринина Елена Сергеевна*, доцент кафедры реабилитационных технологий в образовании, ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» (ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8766-9668>, e-mail: [elena-grinina@yandex.ru](mailto:elena-grinina@yandex.ru)

*Созонник Алексей Владимирович*, доцент кафедры социальной психологии образования и развития, ФГБОУ ВО «Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» (ФГБОУ ВО СГУ имени Н.Г. Чернышевского), г. Саратов, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3930-2674>, e-mail: [sznnik@mail.ru](mailto:sznnik@mail.ru)

### **Information about the authors**

*Rail M. Shamionov*, Head of the Department of Social psychology of Education and Development, Saratov State University (SSU), Saratov, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8358-597X>, e-mail: [shamionov@mail.ru](mailto:shamionov@mail.ru)

*Marina V. Grigorieva*, Head of the Department of Educational Psychology and Psychodiagnostics, Saratov State University (SSU), Saratov, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2541-2186>, e-mail: [grigoryevamv@mail.ru](mailto:grigoryevamv@mail.ru)

*Elena S. Grinina*, Associate Professor, Department of Rehabilitation Technologies in Education, Saratov State University (SSU), Saratov, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8766-9668>, e-mail: [elena-grinina@yandex.ru](mailto:elena-grinina@yandex.ru)

*Alexey V. Sozonnik*, Associate Professor, Department of Social Psychology of Education and Development, Saratov State University (SSU), Saratov, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3930-2674>, e-mail: [sznnik@mail.ru](mailto:sznnik@mail.ru)

Получена 07.12.2020

Received 07.12.2020

Принята в печать 09.04.2022

Accepted 09.04.2022