



УДК 612.017.2
ББК 28.707.3

СИСТЕМА МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПОВЫШЕНИЮ АДАПТАЦИИ К УНИВЕРСИТЕТСКОЙ СРЕДЕ

Постнова Маргарита Викторовна

Кандидат биологических наук, старший научный сотрудник,
доцент кафедры биоинженерии и биоинформатики
Волгоградского государственного университета
postnova@volsu.ru, biobio@volsu.ru
Проспект Университетский, 100, 400062 г. Волгоград, Российская Федерация

Аннотация. В данной статье исследованы особенности психофизиологического статуса студентов, имеющих риск дезадаптации к университетской среде. Предложен комплекс мероприятий и видов деятельности, построенных на варьировании форм и методов с учетом реальной ситуации в академических группах, а также с учетом индивидуально-типологического подхода к психосоциальному сопровождению учащейся молодежи.

Ключевые слова: адаптация, высшая нервная деятельность, психоактивные вещества, основные образовательные программы, студент.

Введение

Проблема адаптации к образовательной среде является одной из краеугольных для теоретической и практической педагогики и, одновременно, является хорошим образцом для изучения и обоснования физиологических закономерностей адаптационного процесса.

Весь этот процесс происходит в лавинообразном потоке перестройки многих компонентов личности, ценностно-познавательной сферы и реформирования типов и форм межличностных связей и отношений. Процесс происходит в три этапа: физиологическая адаптация занимает около 2 недель; психологичес-

кая – до 2 месяцев, а полная социализация в новой образовательной среде может продолжаться до 3 лет [5; 8, с. 28].

В педагогической литературе обычно выделяют три вида адаптации: активную, пассивную и дезадаптацию [8, с. 116]. Если первые два варианта не могут быть реализованы, развивается дезадаптация, которая характеризуется повышенной конфликтностью, непониманием своей социальной роли, снижением работоспособности, ухудшением состояния здоровья. В итоге могут развиваться серьезные заболевания или может произойти форсированное расставание с образовательной средой [2; 12].

Степень адаптации первокурсника в вузе определяется множеством факторов: индивидуально-типологическими характеристиками организма человека и состоянием его здоровья; личностными качествами; ценностными ориентациями; академической активностью; социальным статусом и социальным окружением [2; 9; 12].

Первокурсник одновременно погружается в мир относительно более высокой свободы, часто – с переменой места жительства и почти всегда – со сменой режима дня. Контроль со стороны семьи резко ослабевает [2]. Еще одна проблема – принципиальные отличия системы университетского образования от среднего. Большой вес самостоятельной работы, поисковой активности, исследовательского компонента и необходимости продемонстрировать не только знания, но и практические умения и навыки в конкурентной среде являются достаточно серьезным вызовом организму. Существует и определенный дидактический барьер между преподавателем и студентом [8, с. 265]. Многими это достигается слишком большой ценой. Отсюда понятны стремления к созданию различных комплексов по оптимизации адаптации первокурсников к образовательной среде. При естественной опоре на мероприятия информационного характера, оптимизацию условий и методик обучения, институализацию консультативной помощи профильных специалистов, широкое вовлечение в научно-исследовательскую работу и внеучебную культурную жизнь университета [1, с. 58; 6], в этих программах немного места отводится собственно физиологической стороне адаптации.

Цель работы

Исследовав особенности психофизиологического статуса студенческой молодежи, имеющей предпосылки к дезадаптации к университетской образовательной среде, разработать систему мероприятий по адаптации к системе вузовского обучения.

Методика исследования

Для мониторинга адаптации студентов к образовательной среде было проведено исследование

на базе Центра социально-психологической адаптации (ЦСПА) ВолГУ. Вначале, на основании теоретического анализа, обнаруженных фактов и положений, был сформирован алгоритм обследования контингентов лиц, находящихся на различных этапах образовательной среды. В результате этого получен инструмент для выделения из данных контингентов индивидов с хорошо прогнозируемыми факторами риска дезадаптации, формирования неадекватного поведения на предъявляемые средовые воздействия (в данном случае – факторы университетской образовательной среды).

В рамках мероприятий по повышению эффективности адаптации к средовым нагрузкам на этапе «вхождения» в университетскую среду нами проведено пилотное исследование 456 первокурсников в течение первого семестра их обучения в вузе. В итоге 216 студентов 2010 г. поступления составили референтную группу, 240 студентов 2011 г. поступления – пилотную группу, в которой применялись методики индивидуально-типологического сопровождения.

Для оценки уровня реактивности организма по порогу болевой чувствительности использовали анальгезиметр «Ugo Basile» (Италия), для человека были установлены эмпирические границы уровней: высокий – до 15,4 с, средний – в пределе от 15,5 до 30,4 с, низкий – свыше 30,5 с [7].

Хронотип устанавливали с помощью бланкового теста Хорна-Остберга, позволяющего качественно выявлять суточный хронотип человека [4, с. 114]. Определение типов высшей нервной деятельности осуществляли по методу Я. Стреляу [там же, с. 64]. При этом выявляли силу возбуждения, силу торможения и подвижность нервных процессов. По тесту Г. Айзенка оценивали типологические параметры личности – показатели экстраверсии-интроверсии и нейротизма [10, с. 75]. Для дополнительной индивидуализации характера высшей нервной деятельности использовали опросник по оценке нервно-психической реактивности [11, с. 453]. Исследование вегетативного статуса проводили по методике Р.М. Баевского с использованием серийного прибора «Ритмокардиометр» [3, с. 22].

Эффективность мероприятий оценивалась по показателям здоровья студентов, академической успеваемости и степени сохранения численности контингента, а также по результатам анкетирования с использованием профильных опросников (вредные привычки, образ жизни, потребности).

Математическая обработка результатов проведена по общепринятым требованиям для медико-биологических исследований с расчетом средних значений, их отклонений, достоверности различий между группами при численных и процентных значениях.

Результаты и их обсуждение

Основными мероприятиями, предусмотренными в программе адаптации к вузовскому образованию, были намечены:

- помощь в создании атмосферы взаимопонимания и взаимного уважения, преодолении конфликтов в учебном коллективе, развитии навыков эффективного общения;
- стабилизация физиологического и эмоционального состояния в условиях повышенных академических нагрузок (зачеты, экзамены), повышение стресс-устойчивости организма;
- предупреждение развития зависимости от психоактивных веществ (курение, потребление алкоголя и других психоактивных веществ (ПАВ));
- помощь в социальной адаптации к изменяющимся социально-экономическим условиям жизни;
- форсирование формирования знаний и навыков в медико-биологической и социально-правовой сфере, связанных с самостоятельной жизнью, поддержанием собственного здоровья и социального статуса.

Основные характеристики обследованных студентов референтной и пилотной групп представлены в таблице 1.

Как видно из представленных данных, эти группы не различались между собой по проценту студентов, отнесенных к группам риска (в пределах 20 %), имели сходное распределение по уровню реактивности и типу высшей нервной деятельности (ВНД). Сопоставление групп в целом и выделенных групп

риска выявило ожидаемые различия в структуре основных типологий. В группу риска относительно часто попадали: индивиды с неопределенным или брахиморфным соматотипом; индивиды с высоким уровнем реактивности организма; лица с крайним утренним хронотипом; с сильным неуравновешенным подвижным типом ВНД.

Сочетания отдельных типологий, отнесенные ранее к группе риска (см. табл. 1), при этом были выявлены у 38 из 52 студентов пилотной группы, то есть конкордантность двух подходов к выявлению групп риска составила 73 %. Только у 6 студентов, имеющих такие сочетания типологий, не было выявлено других критериев отнесения к группам риска. Это указывало на высокую специфичность использованного алгоритма (80 %).

Результаты анкетирования, проведенного нами на базе Центра социальной и психологической адаптации ВолГУ с этими студентами, выявили специфику их отношения к отдельным рискам дезадаптации. Использовался оригинальный опросник, направленный на получение информации о физиологической, психологической, социальной и ситуативной стороне проблемы. Кроме того, результаты тестирования позволили дифференцированно оценить предпосылки возникновения нарко-, табако- и алкогольной зависимости.

По данным этого анкетирования, около четверти учащейся молодежи (28,7 % респондентов – в референтной группе и 27,9 % – в пилотной группе) имеет хотя бы одну пробу ПАВ.

Интересны данные, полученные при анализе типологических особенностей высшей нервной деятельности, а также уровня экстраверсии и нейротизма у первокурсников, отнесенных к подгруппам риска (см. табл. 2).

Как видно из представленных данных, первокурсники подгрупп риска (в равной степени в референтной и пилотной подгруппах) характеризовались относительно большими величинами силы возбуждения (в среднем – в 1,18 раза, обе группы характеризуются $P < 0,05$) и подвижности нервных процессов (в среднем – в 1,46 раза, обе $P < 0,05$), а также показателя нейротизма (в среднем – в 1,34 раза, $P < 0,05$). По другим показателям ВНД, подгруппы риска не выделялись из референтной и пилотной групп.

Таблица 1

Основные характеристики референтной и пилотной групп обследуемых студентов

Показатели	Референтная группа (2010 г.), чел.		Пилотная группа (2011 г.), чел.	
	Всего	Группы риска (%)	Всего	Группы риска (%)
Число студентов	216	46 (21,3%)	240	52 (21,7%)
Соматотип:	Не входили в комплекс обследования		47 (19,6%)	12 (23,1%)
- долихоморфы			95 (39,6%)	8 (15,4%) *
- мезоморфы			76 (31,6%)	18 (34,6%)
- брахиморфы			22 (9,2%)	14 (26,9%) *
- неопределенный				
Реактивность:				
- высокая	83 (38,4%)	24 (52,2%) *	98 (40,8%)	28 (53,8%) *
- средняя	89 (41,2%)	8 (17,4%) *	90 (37,5%)	9 (17,3%) *
- низкая	44 (20,4%)	14 (26,9%)	52 (21,7%)	15 (28,8%)
Циркадианный хронотип:	Не входили в комплекс обследования		14 (5,8%)	10 (34,0%) *
- крайний утренний			46 (19,2%)	12 (23,1%)
- утренний			102 (42,5%)	18 (34,6%)
- дневной			59 (24,6%)	8 (15,4%) *
- вечерний			19 (7,9%)	4 (7,8%)
- крайний вечерний				
Тип ВВД:				
- сильный, неуравновешенный, подвижный	30 (13,9%)	16 (34,8%) *	31 (12,9%)	16 (30,8%) *
- сильный, уравновешенный, подвижный	32 (14,8%)	8 (17,4%)	36 (15,0%)	10 (19,2%) *
- переходный, центральный	119 (55,1%)	6 (13,0%) *	133 (55,4%)	6 (11,5%) *
- сильный, уравновешенный, малоподвижный	21 (9,7%)	2 (4,3%) *	24 (10,0%)	4 (7,7%) *
- слабый, малоподвижный	14 (6,5%)	14 (30,4%) *	16 (6,7%)	16 (30,8%) *

Примечание. * – достоверные различия между величинами в группе и подгруппах риска.

Таблица 2

Типологические особенности высшей нервной деятельности первокурсников в подгруппах риска дезадаптации к университетской образовательной среде

Показатель	Группа			
	Референтная		Пилотная	
	Всего	Подгруппы риска	Всего	Подгруппы риска
Сила возбуждения, с	47,3 ± 3,0	55,7 ± 4,7 *	47,1 ± 2,9	56,0 ± 4,9 *
Сила торможения, с	51,8 ± 3,3	58,1 ± 4,9	52,0 ± 3,5	57,9 ± 5,0
Подвижность, с	42,0 ± 2,9	61,2 ± 5,1 *	41,5 ± 2,7	59,9 ± 5,3 *
Нейротизм	9,1 ± 0,6	12,3 ± 1,1 *	9,3 ± 0,7	12,5 ± 1,1 *
Экстраверсия	12,0 ± 0,8	12,2 ± 1,0	11,6 ± 0,7	12,9 ± 1,2

Примечание. * – достоверные различия между величинами в группе и подгруппах риска.

В итоге, по результатам обследования и тестирования, в референтной и пилотной группах студентов были сформированы по три целевые подгруппы риска студентов, нуждающихся в специфической помощи.

В первую подгруппу включили индивидов, отличающихся низкой информированностью в вопросах опасности форми-

рования психической и физической зависимости от ПАВ. Вторую подгруппу составили первокурсники, характеризующиеся комплексом психофизиологических предпосылок к формированию девиантного поведения. В третью группу вошли студенты, нуждающиеся в социальном сопровождении (рис. 1).

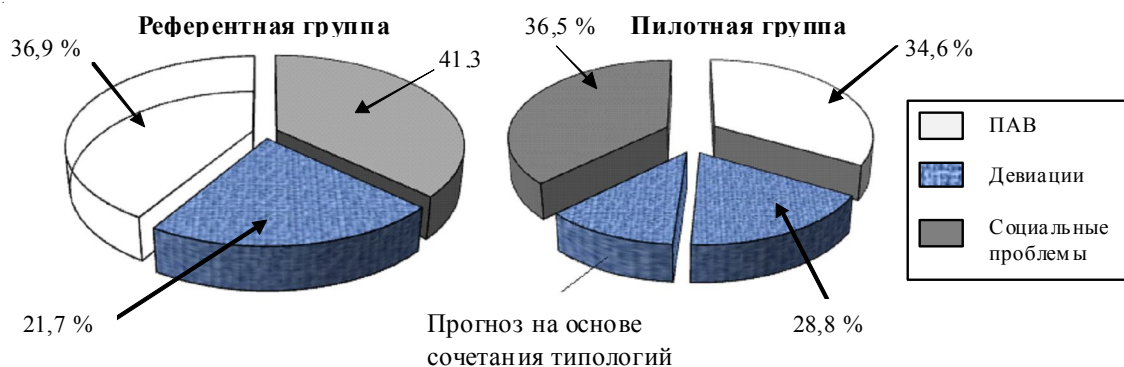


Рис. 1. Распределение подгрупп риска по целевому сопровождению в референтной и пилотных группах (% от всех первокурсников с выявленными рисками)

Как видно из диаграммы, к первой подгруппе в референтной группе было отнесено 17 человек (34,6 % от всех первокурсников с выявленными рисками), в пилотной группе – 18 (36,9 %). Необходимость в разрешении социальных проблем объединила 19 первокурсников референтной (41,3 % в структуре) и пилотной – 15 (36,5 % в структуре) групп. Склонность к девиации прогнозировалась у 10 студентов референтной группы (21,7 % от всех рисков) и 15 первокурсников пилотной группы (28,8 %). Необходимо отметить, что 6 человек были дополнительно отнесены в эту подгруппу исключительно на основании рискованного сочетания типологий.

Со всеми студентами группы риска (что не исключало работы по обращаемости с любыми другими первокурсниками и плановые мероприятия на уровне академических групп) проводили комплекс физиологического и психосоциального сопровождения. В пилотной группе объем и методики воздействия варьировали с учетом индивидуальной реактивности организма и других выявленных вариантов типологий.

В целом, в комплекс таких мероприятий входили несколько видов деятельности, построенных на варьировании форм и методов с учетом реальной ситуации в академических группах, а в пилотной группе – с учетом индивидуально-типологического подхода к психосоциальному сопровождению первокурсника.

1. *Формирование внутренней защиты от ПАВ, то есть устойчивых установок против их пробы.* Такая установка формировалась на основе максимально полной информации о ПАВ, негативных последствиях их потребления, о наиболее распространенных случаях приобщения к ПАВ, о группах риска к такому приобщению. В самих группах риска она была более жесткой и строилась на специфическом преодолении десоциализирующего влияния интереса к ПАВ с применением всего комплекса психосоциального воздействия на организм. Предпочтение отдавали альтернативной модели и модели социального окружения.

2. *Дополнительное психологическое обследование личности и оказание социально-психологической помощи в конкретной ситуации.* При необходимости сюда вхо-

дила психологическая коррекция нарушений общения у студентов, неблагоприятных форм эмоционального реагирования и стереотипов поведения, конфликтных взаимоотношений. В течение 2004 г. в режиме психологического консультирования было принято 106 человек (29 мужчин и 77 женщин). За 2010 г. в рамках комплексного консультирования в ЦСПА обслужены 104 студента (36 юношей и 68 девушек), то есть 48,1 % референтной группы, в том числе все студенты из подгрупп риска. Аналогичным образом, в 2011 г. проконсультировано и сопровождено 108 человек (48 юношей и 60 девушек), что составило 45,0 % пилотной группы, в том числе 100 % первокурсников подгрупп риска. В этом контингенте условно выделены 5 проблемных сфер, расположенных ниже в порядке частоты обращаемости первокурсников:

- межличностные проблемы (взаимоотношения со сверстниками, старшекурсниками, преподавателями, противоположным полом, принятие социальной сферы) – до 30 %;
- личностная сфера (проблемы личностного роста, самооценки, одиночества, внутриличностные конфликты, переутомление, ситуативный стресс, неуверенность в себе) – 18,5 %;
- семейная (взаимоотношения с детьми, родителями и супругами) – 18,5 %;
- академическая (боязнь экзаменов, трудности подготовки к экзаменам, выступление перед аудиторией, тренировка памяти, мотивация к обучению) – 16,5 % первокурсников, обращающихся за помощью;
- профессиональная сфера (профессиональное самоопределение, профессиональная ориентация, вопросы профессионального роста, совмещение учебы и работы) – 16,5 %.

3. *Тренинги с академическими группами по снятию состояния тревожности, нервно-психической напряженности, развитию свободного выражения эмоций, понимания и раскрытия своих проблем в микросоциуме, получению и предоставлению эмоциональной поддержки, расширению сферы осознания своей роли в происхождении конфликтных ситуаций, обработке*

новых приемов и способов поведения, преодолению неадекватных форм поведения, развитию навыков эффективного общения. Ежегодно тренинги были проведены в 9–10 академических группах (охват свыше 70 % референтной и пилотной групп).

4. *Профилактическая работа, направленная на пропаганду здорового образа жизни, поддержание физического и психического и здоровья, успешное разрешение межличностных конфликтов.* Она проводилась в рамках комплекса учебно-воспитательной работы с первокурсниками. Студенты подгрупп риска целенаправленно вовлекались в эти виды деятельности на всех этапах их психосоциального сопровождения.

5. *Дополнительное психофизиологическое обследование по вопросам профессионального самоопределения (проведено у 12 студентов референтной группы и 15 студентов пилотной группы).* В этом направлении явно преобладало консультирование по вопросам карьеры. Основная часть запросов касалась поиска профессионально важных качеств, необходимых для выбранной специальности, и попытки сделать прогноз о возможных перспективах и карьерном росте в данном направлении.

6. *Работа с кураторами академических групп.* В рамках Школы кураторов ВолГУ проведено обучение по темам: «Мероприятия по формированию здорового образа жизни», «Основные формы работы психолога в вузе», «Профилактика проявлений экстремизма среди студентов», «Стили взаимодействия куратора со студентами», «Студенчество и потребление ПАВ». По запросу кураторов академических групп также были проведены 4 психодиагностических обследования студентов 1–2-го курсов (всего обследованы 4 группы, 91 человек) с целью выявления уровня сплоченности группы, лидерских качеств и мотивационной сферы студентов.

Эффективность мероприятий оценивалась по показателям здоровья студентов, академической успеваемости и сохранению контингента, а также по результатам анкетирования с использованием профильных опросников (вредные привычки, образ жизни, потребности).

С целью оценки адаптационных процессов у студентов референтной и пилотной групп была проанализирована динамика показателей вариационной кардиоинтервалографии. Как известно, мода (Мо) отражает состояние гуморальных механизмов регуляции сердечного ритма, амплитуда моды (АМо) является показателем симпатических влияний на синусовый узел, индекс на-

пряжения (ИН) – интегративным показателем напряжения регуляторных систем. Показатель «LF/HF» интегративно характеризует баланс симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы [2, с. 38].

Обобщенные результаты наблюдения в рамках первого и второго этапов исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3

Динамика показателей вариационной кардиоинтервалографии в референтной и пилотных группах первокурсников в течение первого семестра

Показатель	Сроки	Группа			
		Референтная		Пилотная	
		Все	Подгруппы риска	Все	Подгруппы риска
Мо, мс	Сентябрь	732,5 ± 44,8	689,2 ± 62,9	743,8 ± 51,5	679,3 ± 57,5
	Декабрь	709,0 ± 45,3	697,3 ± 69,1	710,6 ± 58,8	705,0 ± 63,8
Амо, %	Сентябрь	10,7 ± 0,6	14,0 ± 1,2	10,9 ± 0,5	14,3 ± 1,1
	Декабрь	14,2 ± 0,8 *	11,1 ± 1,0 *	15,3 ± 0,7 *	13,1 ± 1,1
ИН	Сентябрь	4,4 ± 0,3	8,2 ± 0,7	4,2 ± 0,4	8,2 ± 0,6
	Декабрь	13,8 ± 0,9 *	18,3 ± 1,6 *	14,5 ± 1,2 *	10,7 ± 0,5 *#
LF/HF, у. е.	Сентябрь	1,42 ± 0,09	1,12 ± 0,15	1,34 ± 0,09	1,10 ± 0,10
	Декабрь	0,61 ± 0,05 *	2,10 ± 0,23 *	0,52 ± 0,05 *	1,47 ± 0,25 *#

Примечание. * – достоверные различия между величинами в сентябре и декабре; # – между величинами в референтной и пилотной группах.

Показателями умеренной адаптации, как в референтной, так и пилотной группе, стало возрастание значений АМо (в 1,33 и 1,40 раза соответственно, оба $P < 0,05$) и индекса напряжения (в 3,14 и 3,45 раза соответственно, оба $P < 0,01$) при снижении отношения LF/HF в сторону активности симпатического отдела вегетативной нервной системы (в 2,33 раза – в референтной группе, в 2,58 раза – в пилотной группе, оба $P < 0,01$). Различий по динамике кардиоинтервалографии между группами в целом зафиксировано не было.

В то же время в подгруппах риска процесс адаптации сопровождался в референтной группе небольшим снижением АМо (в 1,26 раза, $P < 0,05$), но возрастанием индекса напряжения (в 2,23 раза, $P < 0,05$) и отношения LF/HF (в 1,88 раза, $P < 0,01$). В аналогичных подгруппах пилотной группы зарегистрированы существенно более мягкие и адекватные изменения показателей: незначи-

тельное уменьшение АМо (в 1,09 раза, $P > 0,2$), умеренное возрастание индекса напряжения (в 1,30 раза, $P < 0,05$) и отношения LF/HF (в 1,34 раза, $P < 0,05$). В целом это свидетельствовало о более эффективном течении процесса адаптации к университетской образовательной среде у представителей пилотной группы, в особенности – из числа выделенных подгрупп риска.

Мониторинг усвоения основных образовательных программ (ООП) оценивали по показателям балльно-рейтинговой системы ВолГУ. Все первокурсники референтной и пилотной групп вначале были занесены в единую базу, так что после математической обработки вариационного ряда были выделены пять классов: крайне высокий уровень усвоения ООП, высокий, средний, низкий и крайне низкий уровень. Результаты по уровням усвоения ООП первокурсниками групп риска существенно отличались от таковых в группах в целом (табл. 4).

Процентное распределение первокурсников референтной и пилотной групп по уровню усвоения основных образовательных программ к концу первого семестра

Уровень усвоения	Референтная группа			Пилотная группа		
	1-й модуль	2-й модуль	3-й модуль	1-й модуль	2-й модуль	3-й модуль
	Вся группа					
Крайне низкий	3,3	3,9	5,1	3,7	3,7	4,1
Низкий	15,8	18,2	23,2 *	16,3	17,1	17,9
Средний	50,4	50,7	37,0 *	49,6	48,8	44,7
Высокий	18,4	20,2	25,1	18,3	19,1	22,5
Крайне высокий	12,1	7,0	9,6	12,1	11,3	10,8
	Подгруппы риска					
Крайне низкий	6,5	8,7 #	13,0 *#	5,8	7,7 #	7,7
Низкий	19,6	30,4 #	34,8 *#	19,2	25,0	26,9
Средний	50,0	43,6	39,1 *	52,0	46,2	46,2
Высокий	19,6	13,0	10,9 *#	19,2	17,3	15,4
Крайне высокий	4,3 #	4,3	2,2 #	3,8 #	3,8 #	3,8 #

Примечание. * – достоверные изменения в течение семестра; # – между величинами в референтной и пилотной группах.

Как видно из представленных данных, даже успешно адаптированные студенты демонстрировали на начальном этапе обучения широкий разброс уровня усвоения ООП: от среднего до крайне высокого при небольшом проценте крайне низких показателей. К концу первого семестра происходило закономерное сужение разброса данных с преобладанием средних показателей. Студенты, отнесенные к группе риска, вначале показывали преимущественно высокий уровень усвоения ООП, но затем кривая распределения у них сместилась к более низким показателям, а крайне высокие показатели практически полностью отсутствовали.

В референтной группе достаточно показательным было постепенное увеличение в течение первого семестра доли студентов, имеющих низкий или крайне низкий уровень усвоения ООП (с 19,1 % до 28,3 % в целом), что свидетельствовало о неэффективной адаптации или постепенном нарастании дезадаптации к образовательному процессу у этой части студентов. Доля студентов с показателями выше среднего сохранялась в интервале 27,2–34,7 %, но не была стабильной по составу студентов и их численности. В подгруппах риска референтной группы доля плохо успевающих студентов увеличивалась еще более показательно (с 26,1 % до 37,8 %). Доля первокурсников с уровнем усвоения ООП выше среднего неуклонно снижалась – с 23,9 % до 13,1 %. Именно студенты подгрупп риска, не

смотря на проводимые с ними комплексные мероприятия, составляли основную часть первокурсников референтной группы, имеющих проблемы с адаптацией к образовательному процессу.

В пилотной группе наблюдалось более стабильное распределение студентов по уровню усвоения ООП в течение первого семестра. Доля первокурсников с уровнем усвоения ниже среднего варьировала в интервале от 20,0 % до 22,0 %, с уровнем усвоения выше среднего – от 30,4 % до 33,3 %. В подгруппах риска доля студентов с плохой успеваемостью нарастала не столь интенсивно (с 25,0 % до 34,6 %), а доля хорошо успевающих студентов снижалась на меньшие величины (с 23,0 % до 19,2 %), в сравнении с аналогичными данными в референтной группе (см. рис. 2).

Повторное обследование в Центре социально-психологической адаптации ВолГУ с выявлением психосоциальных «портретов» первокурсников подгрупп риска свидетельствовало о наличии в референтной группе значительной доли студентов, нуждающихся в помощи для дальнейшей адаптации в вузе. Только 70 % первокурсников референтной группы успешно справились с адаптацией и были уже с первых месяцев обучения активно вовлечены в вузовскую среду. Остальные студенты нуждались в проведении с ними активной профилактической психосоциальной работы, они по-прежнему были отнесены к подгруппам риска.

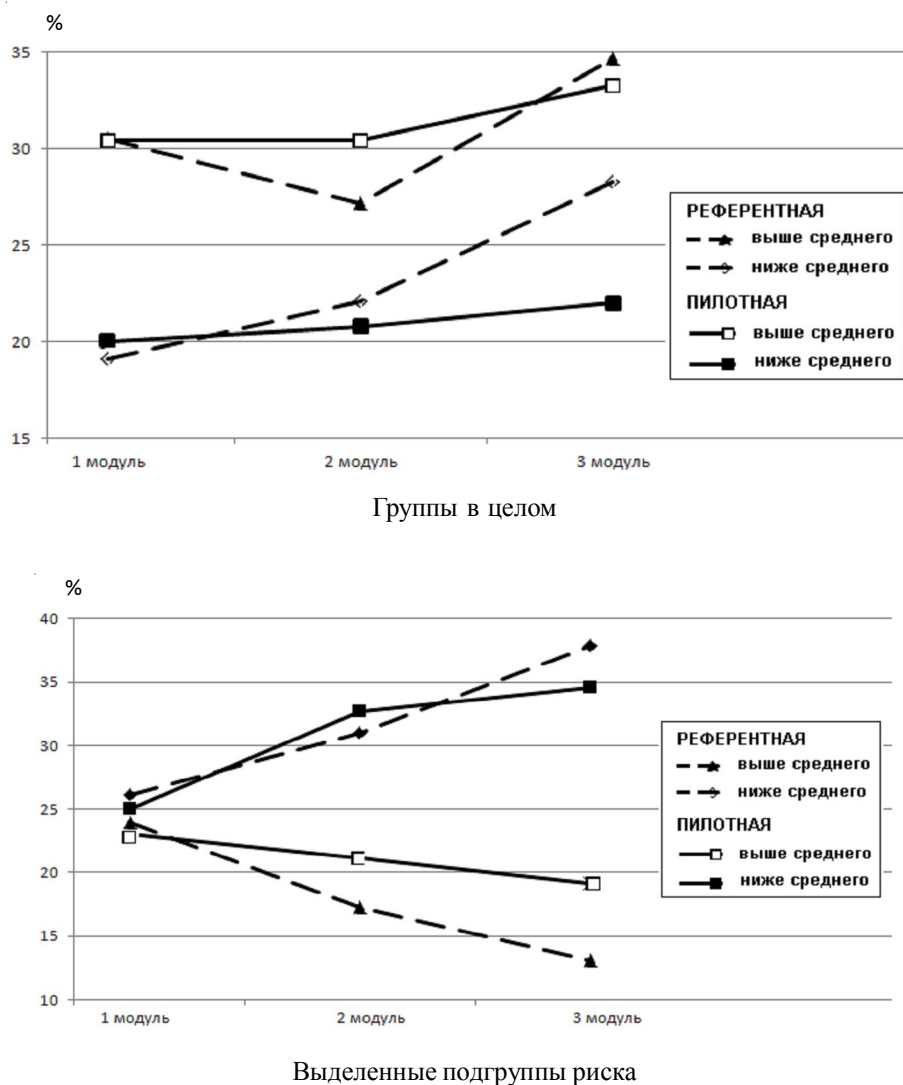


Рис. 2. Процентное распределение уровня усвоения ООП студентами-первокурсниками референтной и пилотной групп

В пилотной группе результаты были несколько лучше: процент первокурсников, успешно справившихся с адаптацией, составлял до 80 %, часть проблем у студентов подгрупп риска пилотной группы была успешно разрешена, и они оставлены в этом статусе до конца первого года обучения исключительно из профилактических соображений.

Заключение

Проведенное пилотное исследование свидетельствует о том, что изменения, внесенные в алгоритм выявления подгрупп риска неполной адаптации или срыва адапта-

ции к университетской образовательной среде, позволяют более полно выявить в контингенте первокурсников индивидов, имеющих такие риски. Целенаправленная работа, проводимая с этими студентами с учетом индивидуального набора типологий и функционального состояния организма, приносит в практику психосоциальной работы недостающий физиологический компонент. Это позволяет увеличить процент первокурсников, успешно адаптирующихся к образовательной среде, в особенности – из подгрупп риска социальной дезадаптации, склонности к употреблению ПАВ и девиантному поведению.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абашкина, Е. В. Одаренный первокурсник: социальная и психологическая адаптация в вузе : монография / Е. В. Абашкина, В. В. Новачадов. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2011. – 102 с.
2. Адаптация первокурсников: проблемы и тенденции / Л. Н. Воронина, Ю. Р. Вишневецкий, Я. В. Дидковская, С. И. Минеева // Университетское управление. – 2001. – № 4 (18) – С. 38–39.
3. Баевский, Р. М. Анализ variability сердечного ритма при использовании различных электрокардиографических аппаратов : метод. рекомендации / Р. М. Баевский, Г. Г. Иванов, Л. В. Чирейкин. – М. : [б. и.], 2002. – 53 с.
4. Елисеев, О. П. Конструктивная типология и психодиагностика личности : монография / О. П. Елисеев. – Бук. изд. – Псков : Псков. обл. ин-т усоверш. учителей, 1994. – 280 с.
5. Здоровье учащихся как базовая адаптивная и социальная ценность / Э. М. Казин, Е. К. Айдаркин, А. И. Федоров [и др.] // Валеология. – 2008. – № 3. – С. 18–24.
6. Исаев, А. В. Система образования – анализ тенденций развития / А. В. Исаев // Образование и общество. – 2012. – № 1. – С. 15–19.
7. Мулик, А. Б. Универсальный метод оценки уровня общей неспецифической реактив-

- ности организма человека и традиционных видов лабораторных животных / А. Б. Мулик // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 11, Естественные науки. – 2012. – № 2 (4). – С. 11–15.
8. Новиков, Д. А. Введение в теорию управления образовательными системами / Д. А. Новиков. – М. : Эгвес, 2009. – 320 с.
9. Психофизиологический статус одаренных старшеклассников, имеющих устойчивые научно-образовательные предпочтения / Ю. А. Мулик, Е. В. Абашкина, С. Н. Шевцова, В. В. Новачадов // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 11, Естественные науки. – 2011. – № 1 (1). – С. 105–113.
10. Рабочая книга практического психолога : технология эффективной профессиональной деятельности (пособие для специалистов, работающих с персоналом). – М. : ИД Красная площадь, 1996. – 400 с.
11. Райгородский, Р. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / Р. Я. Райгородский. – Самара : Изд. дом «Бах-рач-М», 2001. – 672 с.
12. Johnson, W. Genetic and environmental influences on academic achievement trajectories during adolescence / W. Johnson, M. McGue, W. G. Iacono // Develop. Psychol. – 2006. – Vol. 42. – P. 514–532.

SYSTEM OF MEASURES TO IMPROVE THE ADAPTATION OF UNIVERSITY ENVIRONMENT

Postnova Margarita Viktorovna

PhD in Biology, Senior Research Associate, Associate Professor,
 Department of Bioengineering and Bioinformatics,
 Volgograd State University
 postnova@volsu.ru, biobio@volsu.ru
 Prospect Universitetsky, 100, 400062 Volgograd, Russian Federation

Abstract. In this article the features of the psycho-physiological status of students at risk of maladjustment to the university environment. The complex of measures and activities built on varying forms and methods, taking into account the real situation in academic groups, as well as the individual-typological approach to psychosocial support for students.

Key words: adaptation, higher nervous activity, substance use, basic educational programs, student.