



Научно-исследовательский журнал «*International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии*»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 2 / 2025, Vol. 8, Iss. 2 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.9

<sup>1</sup> Скорикова О.В.,

<sup>1</sup> руководитель сектора психологической поддержки обучающихся  
СПО центра психологической поддержки (Антикризисного центра)

### **Взаимосвязь социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов**

**Аннотация:** статья рассматривает социально-психологическую адаптацию как процесс взаимодействия личности и общества, способствующий успешному выполнению социальных ролей и самоактуализации. Этот процесс играет ключевую роль в обеспечении успешного выполнения человеком различных социальных ролей, а также в его стремлении к самоактуализации и самореализации в социальных условиях. Автор выделяет два типа адаптации: регressive и прогрессивные, последняя из которых приводит к истинной социализации. Адаптация характеризуется как регулятор психического напряжения и может принимать внешнюю, внутреннюю или смешанную форму. Основное внимание уделяется роли социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью студентов, влияющей на их академический и личностный успех. Процесс адаптации к университетской среде, особенно важный в начале обучения, включает преодоление стресса и обретение способности справляться с новыми требованиями. Процесс адаптации к университетской среде, который является особенно актуальным на начальных этапах обучения, включает в себя преодоление стрессовых ситуаций и приобретение навыков эффективного реагирования на новые вызовы и требования. Усиление социальной интеграции и эмоциональной регуляции способствует лучшим академическим результатам и удовлетворенности образовательным процессом. В статье подчеркивается важность институциональной поддержки для успешной адаптации студентов через создание благоприятной среды и предоставление ресурсов. В исследовании описаны этапы подготовки эмпирического исследования, методы и методики, использованные при его проведении, статистические данные, полученные в ходе эмпирического исследования, обсуждение его результатов.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, удовлетворенность учебной деятельностью, университетская среда, образовательный процесс, студенты

**Для цитирования:** Скорикова О.В. Взаимосвязь социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 2. С. 183 – 191.

Поступила в редакцию: 7 декабря 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 10 февраля 2025 г.; Принята к публикации: 18 марта 2025 г.

<sup>1</sup> Skorikova O.V.,

<sup>1</sup> Head of the psychological support sector for students of the Vocational School of the Center for Psychological Support (Anti-Crisis Center)

### **The relationship of socio-psychological adaptation and satisfaction with educational activities among students**

**Abstract:** the article considers socio-psychological adaptation as a process of interaction between an individual and society, contributing to the successful fulfillment of social roles and self-actualization. This process plays a key role in ensuring the successful fulfillment of various social roles by a person, as well as in his desire for self-

actualization and self-realization in social conditions. The author identifies two types of adaptation: regressive and progressive, the latter of which leads to true socialization. Adaptation is characterized as a regulator of mental tension and can take an external, internal or mixed form. The main attention is paid to the role of socio-psychological adaptation and satisfaction with students' academic activities, which affects their academic and personal success. The process of adapting to the university environment, especially important at the beginning of studies, includes overcoming stress and gaining the ability to cope with new requirements. The process of adaptation to the university environment, which is especially relevant at the initial stages of education, includes overcoming stressful situations and acquiring skills to effectively respond to new challenges and requirements. Strengthening social integration and emotional regulation contributes to better academic results and satisfaction with the educational process. The article emphasizes the importance of institutional support for the successful adaptation of students through the creation of a favorable environment and the provision of resources. The study describes the stages of preparing an empirical study, the methods and techniques used in its conduct, the statistical data obtained during the empirical study, and the discussion of its results.

**Keywords:** socio-psychological adaptation, satisfaction with academic activities, university environment, educational process, students

**For citation:** Skorikova O.V. The relationship of socio-psychological adaptation and satisfaction with educational activities among students. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (2). P. 183 – 191.

The article was submitted: December 7, 2024; Approved after reviewing: February 10, 2025; Accepted for publication: March 18, 2025

## Введение

Студенческий возраст – это период завершения физического созревания, бурного роста самосознания, формирования мировоззрения, выбора профессии и начала вступления во взрослую жизнь. Студенческий возраст не только завершает период подготовки к взрослой жизни, но и сам по себе исключительно богат и многогранен [2]. Проблема взаимосвязи социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов является актуальной темой в области педагогической и психологической науки. Социально-психологическая адаптация студентов включает в себя процесс их интеграции в учебное окружение, формирование социальных связей, а также способность справляться с эмоциональными и психологическими нагрузками, которые возникают в процессе обучения. Удовлетворенность учебной деятельностью, в свою очередь, отражает степень, в которой студенты чувствуют себя комфортно и успешно в учебном процессе, что влияет на их мотивацию, вовлеченность и академические достижения.

Существует множество факторов, которые могут влиять на эту взаимосвязь. Например, уровень социальной поддержки, который студенты получают от однокурсников и преподавателей, может значительно способствовать их адаптации и, соответственно, повышать удовлетворенность учебной деятельностью. Низкий уровень социальной интеграции может привести к чувству одиночества и изоляции, что, в свою очередь, негативно сказывается на мотивации и удовлетворенности обучени-

ем.

Кроме того, индивидуальные характеристики студентов, такие как личностные черты, уровень самооценки и предыдущий опыт обучения, также играют важную роль в этой взаимосвязи. Студенты с развитыми социальными навыками, как правило, лучше адаптируются к новым условиям и, следовательно, испытывают большее удовлетворение от учебного процесса. Напротив, студенты, испытывающие трудности в социальной адаптации, могут сталкиваться с проблемами в учебе, что приводит к снижению удовлетворенности и даже к академическим неудачам.

Образование играет ключевую роль в формировании как индивидуальности человека, так и общества в целом. Оно питает критическое мышление, помогает людям осознать окружающий мир и свою роль в нем, а также открывает двери для профессионального роста [5].

Учебный процесс в вузе является сложной и энергозатратной задачей, требующей значительных эмоциональных и физических усилий от молодого человека. Вопрос адаптации студентов активно рассматривается психологами, которые используют различные подходы и методики [6].

Понятийные рамки адаптации в науке непрерывно развиваются и углубляются. Это связано с множеством исследований в различных областях – от физиологии до математики. Психологи адаптируют и внедряют эти концепции и модели для изучения различных форм взаимодействия человека с окружающей средой, анализируя адаптацию на различных уровнях: психофизиологическом,

психологическом и социально-психологическом [4].

Цель статьи: обоснование необходимости учёта взаимосвязи социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью в процессе обучения студентов

### Материалы и методы исследований

Социально-психологическая адаптация характеризуется таким взаимодействием личности и общества, при котором, несмотря на отсутствие длительных внешних и внутренних противоречий, личность способна выполнять свои основные задачи, легко выполнять ожидаемые обществом роли, испытывать состояние самоактуализации уверенно выражать свои творческие способности.

Социально-психологическую адаптацию можно разделить на два типа.

1. Регрессивная: проявляется как формальная адаптация, которая не приносит пользы ни обществу, ни его социальным группам, ни самому человеку.

2. Прогрессивный, когда достигается абсолютная адаптация;

Последний тип адаптации психологи определяют, как конформистский, который основан на формальном принятии индивидом социальных норм и условий. У индивида отсутствует способность подчиняться, открываться, достигать самореализации, познавать чувство собственного достоинства, проявлять творчество.

Определяются три типа адаптивности [10]:

1. внешняя адаптивность означает, что человек остаётся независимым и сохраняет свою индивидуальность, не изменяя свои внутренние установки;

2. внутренняя адаптивность предполагает полное принятие изменений, при котором происходят трансформации в концепциях и функциональных аспектах личности;

3. смешанная адаптивность характеризуется ситуацией, когда индивид частично адаптируется к социальным нормам и ценностям, при этом сохраняя свою уникальность и самоидентификацию.

Только прогрессивная адаптация способна привести к настоящей социализации человека.

Социально-психологическая адаптация считается способом защиты человека путем разрешения психического напряжения, тревог, неуверенности и страхов, возникающих при взаимодействии с окружающей средой. Процесс социально-психологической адаптации, взаимодействие личности и группы, протекает при отсутствии длительных внешних и внутренних противоречий, и личность свободно осуществляет свою первона-

чальную деятельность и соответствует ожиданиям от ролей, которые навязывает ей группа.

Роль социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов является ключевым аспектом в достижении их академического и личностного успеха. В современном образовательном пространстве, где требования к студентам постоянно возрастают, умение успешно адаптироваться к изменяющимся условиям учебного процесса становится неотъемлемой частью их развития.

Адаптация к университетской среде представляет собой длительный процесс, который в основном происходит в течение первого учебного года и особенно в начале, когда открывается множество возможностей и возникает необходимость задействовать личные ресурсы. Этот процесс следует рассматривать не только как конечный результат, подразумевающий успешное функционирование, но и как саму трансформацию, которая ведет от первой, стрессовой стадии к этапу, где преобладают благополучие и способность действовать в соответствии с новыми требованиями. Таким образом, процесс адаптации включает в себя как преодоление эмоционального напряжения, так и достижения уровня, на котором студент чувствует себя комфортно и успешно справляется с вызовами, связанными с обучением [8].

Социально-психологическая адаптация включает в себя не только способность студента находить общий язык с окружающими его людьми, такими как однокурсники, преподаватели и административный персонал, но и умение справляться с внутренними вызовами, такими как стресс, тревога и неопределенность. Этот процесс адаптации оказывает значительное влияние на удовлетворенность учебной деятельностью, поскольку студенты, успешно интегрировавшие социальные и психологические аспекты своей жизни, как правило, достигают более высоких академических успехов и испытывают больше удовольствия от образовательного процесса.

Комплексная взаимосвязь между адаптацией и удовлетворенностью проявляется в том, что студенты, которые эффективно выстраивают межличностные отношения и способны регулировать собственные эмоции, гораздо лучше справляются с академическими требованиями. Они демонстрируют большую вовлеченность в учебный процесс, активно участвуют в обсуждениях, задают вопросы и проявляют инициативу в научно-исследовательской деятельности. Это, в свою очередь, способствует более глубокому усвоению знаний и развитию критического мышления.

Социальное благополучие играет ключевую

роль в жизни молодёжи, так как значительно влияет на её ценностные ориентиры, мотивацию к образованию, а также стремление к саморазвитию и самореализации [9].

Не менее важным аспектом является поддержка, которую студенты получают от своего учебного заведения. Создание благоприятной учебной среды, что включает в себя доступ к ресурсам, консультациям и возможности участия в социальных и культурных мероприятиях, способствует формированию положительного отношения к учебе. Так, вузы и факультеты, предоставляющие поддержку и возможности для самовыражения, играют важную роль в успешной адаптации студентов.

Кроме того, личностные качества, такие как уверенность в себе, настойчивость и открытость новому опыту, также вносят значительный вклад в успешную адаптацию. Такие студенты не только легче справляются с трудностями, но и выступают в роли катализаторов позитивных изменений в своей учебной и социальной среде [2]. В процессе обучения в высших учебных заведениях происходит интенсивное становление нравственного самосознания, формирование устойчивого мировоззрения, которые представляют собой основу морально-этической культуры индивидума. На данном этапе укрепляются ценностные ориентиры и идеалы, а также развиваются моральные качества личности [7].

Изучение взаимосвязи социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов представляет собой важный аспект в понимании их общего благополучия и академической успешности. Студенческая жизнь является одним из ключевых периодов в развитии личности, когда приобретаются новые знания, формируются социальные навыки и укрепляются жизненные ценности. В этот период особую роль играет способность студентов адаптироваться к новым условиям обучения и интегрироваться в университетскую среду. Успешность обучения студентов во многом определяется возможностями психической регуляции своего состояния, поведения и деятельности [1].

Социально-психологическая адаптация включает в себя множество аспектов: от формирования новых социальных связей и взаимодействия с однокурсниками до умения справляться с учебными нагрузками и стрессом. Удовлетворенность учебной деятельностью, в свою очередь, отражает качество восприятия образовательного процесса, личные достижения и уровень мотивации студента. Она также зависит от понимания и поддержки со стороны преподавателей и административного

персонала университета. Социально-психологическая адаптация охватывает множество аспектов: от создания новых социальных контактов и взаимодействия с однокурсниками до освоения методов управления учебными нагрузками и стрессовыми ситуациями. Уровень удовлетворенности учебным процессом, в свою очередь, является отражением восприятия образовательной среды, индивидуальных успехов и мотивации студента. Эта удовлетворенность также зависит от поддержки и понимания со стороны преподавателей и сотрудников администрации университета [3]. Период обучения в вузе приобретает особую значимость благодаря развитию ключевых направлений для студентов первого курса. Во-первых, это усовершенствование учебно-познавательной активности, которое проявляется в способности студентов анализировать, структурировать и обобщать значительные объемы теоретической информации. Во-вторых, важным аспектом является сфера взаимодействия, в рамках которой формируются навыки командной работы и эффективного межличностного общения. Кроме того, развитие самосознания становится не менее значимо, где важным аспектом является формирование мотивации и адекватного восприятия собственных достоинств и недостатков. Эти компоненты способствуют не только личностному росту студентов, но и их успешной адаптации к требованиям учебной среды. Таким образом, именно этот учебный период служит основой для формирования ключевых компетенций, необходимых для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности.

Цель исследования : изучить взаимосвязь социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов.

Для исследования взаимосвязь социально-психологической адаптации и удовлетворенности учебной деятельностью у студентов было предпринято эмпирическое исследование, которое включало подготовительный, эмпирический и аналитический этапы.

База и выборка эмпирического исследования: ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», Выборка составила 80 человек – студентов 1 курса в возрасте 18-20 лет.

Этапы:

1. Подготовительный: анализ теоретических источников по проблеме исследования, подбор методик согласно цели исследования.

2. Эмпирический: исследование факторов социально-психологической адаптации и удовлетворённости учебной деятельностью первокурс-

ников посредством подобранного пакета диагностических методик.

3. Аналитико-обобщающий: обработка, анализ и описание результатов исследования.

Для достижения цели исследования использовались следующие методики:

1. Методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса – Даймонд

2. Методика «Адаптированность студентов в вузе» (Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова).

3. Тест-опросник удовлетворенности учебной деятельности (УУД) Л.В. Мищенко

### Результаты и обсуждения

Корреляционные связи исследовались с помощью расчёта коэффициента линейной корреляции Пирсона

Значимые корреляционные связи между социально-психологической адаптацией и удовлетворенностью учебной деятельностью студентов представлены в табл. 1.

Таблица 1

Значимые корреляционные связи между социально-психологической адаптацией и удовлетворенностью учебной деятельностью студентов.

Significant correlations between socio-psychological adaptation and satisfaction with students' educational activities.

Показатели	R Пирсона	p-уровень значимости
Адаптивность&Общая удовлетворенность учебной деятельностью	0,227	p>0,05
Адаптивность&Удовлетворенность взаимоотношениями с однокурсниками	0,286	p>0,05
Принятие себя & Удовлетворенность учебным процессом	-0,284	p>0,05
Принятие себя & Удовлетворенность воспитательным процессом	0,232	p>0,05
Непринятие себя& Удовлетворенность избранной профессией	0,224	p>0,05
Принятие других & Удовлетворенность учебным процессом	0,439	p>0,01
Принятие других & Удовлетворенность избранной профессией	-0,319	p>0,01
Непринятие других& Общая удовлетворенность учебной деятельностью	-0,222	p>0,05
Непринятие других& Удовлетворенность избранной профессией	-0,373	p>0,01
Эмоциональный комфорт& Удовлетворенность учебным процессом	0,250	p>0,05
Эмоциональный комфорт& Удовлетворенность взаимоотношениями с однокурсниками	-0,235	p>0,05
Внешний контроль& Удовлетворенность учебным процессом	-0,329	p>0,01
Ведомость & Удовлетворенность учебным процессом	0,359	p>0,01
Эскапизм& Удовлетворенность воспитательным процессом	0,458	p>0,01
Адаптированность к учебной группе&Удовлетворенность воспитательным процессом	- 0,265	p>0,05
Адаптированность к учебной группе& Удовлетворенность взаимодействием с преподавателями	0,248	p>0,05

Корреляционный анализ показал, что:

При повышении адаптивности у студентов повышается общая удовлетворенность учебной деятельностью (0,227 при p= 0,05) и удовлетворенность взаимоотношениями с однокурсниками (0,286 при p= 0,05). При повышении адаптивности у студентов увеличивается общая удовлетворенность учебной деятельностью, потому что адаптивные студенты лучше справляются с изменениями и новыми вызовами, что снижает уровень стресса и тревожности. Они развиваются навыки решения проблем и критического мышления, что делает обучение более интересным и увлекательным. Кроме того, такие студенты легче устанавливают социальные связи и взаимодействуют с преподавателями и сокурсниками, создавая

поддерживающую учебную среду. Высокая адаптивность также помогает им воспринимать трудности как возможности для роста, что способствует позитивному отношению к учебному процессу и повышает общую удовлетворенность. При повышении адаптивности у студентов увеличивается общая удовлетворенность взаимоотношениями с однокурсниками, потому что адаптивные студенты лучше справляются с социальными взаимодействиями и изменениями в группе. Они открыты к новым знакомствам, легче устанавливают контакты и активно участвуют в совместной деятельности, что способствует созданию дружеской атмосферы. Адаптивные студенты также более терпимы к различиям и способны эффективно разрешать конфликты, что укрепляет взаимопонимание и доверие в группе. В

результате, такие положительные взаимодействия приводят к более глубоким и удовлетворительным отношениям с однокурсниками.

При возрастании принятия себя у студентов снижается удовлетворенность учебным процессом (- 0,284, при  $p= 0,05$ ), но повышается удовлетворенность воспитательным процессом (0,232, при  $p= 0,05$ ). При возрастании принятия себя у студентов может снижаться удовлетворенность учебным процессом, потому что они становятся менее критичными к своим достижениям и результатам. Это может привести к снижению мотивации к учебе и стремлению к самосовершенствованию, так как студенты могут начать воспринимать свои текущие навыки и знания как достаточные. Кроме того, повышенное принятие себя может вызвать ощущение комфорта и стабильности, что иногда приводит к отсутствию стремления к новым вызовам и активному участию в учебном процессе, что в итоге снижает удовлетворенность от обучения. При возрастании принятия себя у студентов повышается удовлетворенность воспитательным процессом, потому что они становятся более уверенными в себе и открытыми к взаимодействию с окружающими. Это способствует созданию положительной атмосферы, в которой студенты чувствуют себя комфортно, выражая свои мысли и идеи. Принятие себя также помогает развивать эмоциональную устойчивость, что позволяет лучше справляться с трудностями и конфликтами в группе.

При принятии других у студентов повышается удовлетворенность учебным процессом (0,439, при  $p = 0,01$ ), но снижается удовлетворенность избранной профессией (- 0,319, при  $p= 0,01$ ). При принятии других у студентов повышается удовлетворенность учебным процессом, так как это способствует созданию поддерживающей и дружелюбной атмосферы, что делает обучение более комфортным и эффективным. Студенты, принимающие окружающих, чаще взаимодействуют и сотрудничают, что улучшает их вовлеченность в учебный процесс. Однако снижение удовлетворенности избранной профессией может быть связано с тем, что студенты, сосредоточенные на принятии других, могут меньше внимания уделять своим профессиональным целям и амбициям. Это может привести к чувству несоответствия между их личными ценностями и выбранной карьерой, что вызывает сомнения в правильности выбора профессии.

Повышенное непринятие других студентами ведет к снижению общей удовлетворенности

учебной деятельностью (- 0,222, при  $p= 0,05$ ), а также снижению удовлетворенности избранной профессией (- 0,373, при  $p= 0,01$ ). Повышенное непринятие других студентами приводит к снижению общей удовлетворенности учебной деятельностью, поскольку создает негативную атмосферу, в которой учащиеся чувствуют себя изолированными и некомфортно. Это мешает эффективному взаимодействию и сотрудничеству, что негативно сказывается на вовлеченности и мотивации. Кроме того, непринятие может способствовать конфликтам и стрессу, что ухудшает общее восприятие учебного процесса. Снижение удовлетворенности избранной профессией также может быть следствием этого непринятия, так как студенты могут ощущать, что их личные ценности и социальные связи не соответствуют профессиональным требованиям, что вызывает сомнения в правильности выбора карьеры.

Возрастание эмоционального комфорта ведет к удовлетворенности учебным процессом (0,250, при  $p = 0,05$ ), но снижению удовлетворенности взаимоотношениями с однокурсниками (- 0,235, при  $p = 0,05$ ). Возрастание эмоционального комфорта способствует удовлетворенности учебным процессом, так как создает позитивную атмосферу, в которой студенты чувствуют себя расслабленно и уверенно, что улучшает их вовлеченность и мотивацию к обучению. Однако это же повышение комфорта может привести к снижению удовлетворенности взаимоотношениями с однокурсниками, если студенты начинают изолироваться в своем эмоциональном состоянии или меньше взаимодействовать с группой. Это может уменьшить количество социальных связей и совместных активностей, что негативно сказывается на восприятии отношений с другими учащимися.

Повышенный внешний контроль студентов ведет к снижению удовлетворенности учебным процессом (- 0,329, при  $p= 0,01$ ). Повышенный внешний контроль студентов снижает удовлетворенность учебным процессом, поскольку создает атмосферу давления и ограничений, в которой учащиеся чувствуют себя менее свободными в своем обучении. Это может вызывать стресс и тревогу, что негативно сказывается на их мотивации и вовлеченности. Когда студенты ощущают, что их действия и решения находятся под постоянным контролем, они могут терять интерес к учебе и воспринимать процесс как навязанный, а не как возможность для личностного и профессионального роста.

Повышенная ведомость ведет к повышению удовлетворенности учебным процессом (0,359, при  $p=0,01$ ). Повышенная ведомость способствует увеличению удовлетворенности учебным процессом, поскольку она обеспечивает студентам четкие ожидания и структуру, что помогает им лучше организовать свое время и усилия. Когда учащиеся имеют доступ к регулярной обратной связи и информации о своем прогрессе, это создает чувство контроля и уверенности в своих способностях. Кроме того, такая прозрачность способствует более активному вовлечению в учебный процесс, так как студенты понимают, какие аспекты требуют внимания и улучшения. В результате это повышает их мотивацию и удовлетворенность от обучения.

Возрастание эскапизма у студентов ведет к повышению удовлетворенности воспитательным процессом (0,458, при  $p=0,01$ ). Возрастание эскапизма у студентов может вести к повышению удовлетворенности воспитательным процессом, поскольку позволяет учащимся временно отвлекаться от стрессов и трудностей учебной жизни. Эскапизм, проявляющийся через различные формы досуга, такие как игры, фильмы или чтение, предоставляет студентам возможность расслабиться и восстановить эмоциональное равновесие. Это может создать положительное восприятие воспитательного процесса, так как студенты находят в нем поддержку и возможность для личной самореализации.

Адаптированность к учебной группе ведет к снижению удовлетворенности воспитательным процессом (- 0,256, при  $p=0,05$ ), но повышению удовлетворенности взаимодействием с преподавателями (0,248 при  $p=0,05$ ). Адаптированность к учебной группе может приводить к снижению удовлетворенности воспитательным процессом, так как студенты, успешно интегрировавшиеся в коллектив, могут сталкиваться с давлением социальных норм и ожиданий, что создает стресс и снижает общую удовлетворенность. В то же время, такая адаптация может способствовать повышению удовлетворенности взаимодействием с преподавателями, поскольку студенты, чувствующие себя частью группы, становятся более открытыми к общению и сотрудничеству с преподавателями. Это взаимодействие может восприниматься как поддержка и помощь в учебном процессе, что в итоге повышает удовлетворенность именно в этой области.

## Выводы

Социально-психологическая адаптация определяется как взаимодействие личности и общества, позволяющее личности выполнять свои задачи и роли, испытывать состояние самоактуализации. Она делится на два типа: регressive, которая не приносит пользы ни обществу, ни индивиду, и прогрессивная, ведущая к абсолютной адаптации. Прогрессивная адаптация способствует реальной социализации человека. Она также служит защитой от психического напряжения, тревог и страхов в условиях взаимодействия с окружающей средой.

Для студентов социально-психологическая адаптация и удовлетворенность учебной деятельностью имеют ключевое значение для их академического и личностного успеха. Умение находить общий язык с окружением, справляться с внутренними вызовами, и поддержка учебного заведения формируют положительное отношение к учебе. Личностные качества, такие как уверенность и открытость, способствуют успешной адаптации. Исследования подтверждают, что хорошо адаптированные студенты чаще выражают удовлетворенность учебой, менее подвержены тревоге и эмоциональному напряжению.

В результате проведенного эмпирического исследования выявлено 16 значимых корреляционных связей между социально-психологической адаптацией и удовлетворенностью учебной деятельностью у студентов.

Исследование, посвященное изучению взаимосвязи между социально-психологической адаптацией и удовлетворенностью учебной деятельностью, выявляет сложные и многогранные отношения между этими аспектами студенческой жизни. Важно отметить, что адаптация к новому учебному окружению и условиям, особенно в начале учебного процесса, является критическим этапом, влияющим на общее восприятие студентом своего образовательного опыта.

Таким образом, комплексный подход к поддержке студентов в процессе адаптации может стать ключевым элементом повышения их удовлетворенности учебной деятельностью. Образовательные учреждения должны уделять внимание разработке программ, нацеленных на смягчение адаптационных трудностей и формирование благоприятной учебной среды, чему будут способствовать как индивидуальные консультативные услуги, так и групповые мероприятия, способствующие социальной интеграции и академической вовлеченности.

### Список источников

1. Бенелли А.В. Психологические особенности воспитания и обучения в аспекте развития личности студента // Высшее образование для XXI века: роль гуманитарного образования в контексте технологических и социокультурных изменений: XV Международная научная конференция. Доклады и материалы: в 2-х ч. Москва, 14-16 ноября 2019 года / Под общей ред. И.М. Ильинского. Том Часть 2. Москва: Московский гуманитарный университет, 2019. С. 287 – 292.
2. Вергун Т.В., Чупаха И.В. Психологопедагогические аспекты формирования личности в процессе обучения в высшем учебном заведении // Экономические и гуманитарные исследования регионов. 2023. № 3. С. 16 – 20.
3. Григорьева В.П. Особенности социально-психологической адаптации студентов первого курса к образовательному процессу в вузе // Молодой ученый. 2021. № 43 (385). С. 59 – 61.
4. Заборовская О.С. Факторы адаптации студентов вуза // Язык. Общество. Медицина : материалы XVI Республиканской студенческой научно-практической конференции и XIII Республиканского научно-практического семинара «Формирование межкультурной компетентности в учреждениях высшего образования при обучении языкам», Гродно, 18 ноября 2016 года. Гродно: Гродненский государственный медицинский университет, 2017. С. 233 – 236.
5. Ковальчук В.К. Роль высшей школы в формировании личности студента: современные реалии // Общество и государство. 2023. № 3 (43). С. 14 – 18.
6. Кураченко И.В. К вопросу адаптации студентов к учебному процессу // Современное образование: преемственность и непрерывность образовательной системы «школа – университет – предприятие»: материалы XIV международной научно-методической конференции, Гомель, 02 февраля 2023 года. Гомель: Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины, 2023. С. 228 – 229.
7. Маскалянова С.А., Саранча Е.В. Особенности развития морально-нравственной культуры личности современных студентов в условиях виртуального информационного пространства // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. 2021. № 4. С. 62 – 65.
8. Найденова Е.В., Морозова А.С. Взаимосвязь между адаптированностью и психическим состоянием в учебной деятельности у студентов 1 курса // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. 2023. Т. 6. № 4. С. 99 – 108.
9. Сухова Е.Е., Черкесова Е.А. Социальное благополучие современного студенчества // Творческое наследие Э.В. Ильинского и современность. 2023. № 9. С. 104 – 114.
10. Тамкова Е.А., Дианова Н.Ф. Социально-психологическая адаптация: классификация и механизмы // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2021. № 5-3 (56). С. 142 – 145.

### References

1. Benelli A.V. Psychological features of education and training in the aspect of student personality development. Higher education for the 21st century: the role of humanitarian education in the context of technological and socio-cultural changes: XV International scientific conference. Reports and materials: in 2 parts. Moscow, November 14-16, 2019. Under the general editorship of I.M. Ilyinsky. Volume Part 2. Moscow: Moscow University for the Humanities, 2019. P. 287 – 292.
2. Vergun T.V., Chupakha I.V. Psychological and pedagogical aspects of personality formation in the process of studying in a higher educational institution. Economic and humanitarian studies of the regions. 2023. No. 3. P. 16 – 20.
3. Grigorieva V.P. Features of socio-psychological adaptation of first-year students to the educational process at the university. Young scientist. 2021. No. 43 (385). P. 59 – 61.
4. Zaborovskaya O.S. Factors of Adaptation of University Students. Language. Society. Medicine: Proceedings of the XVI Republican Student Scientific and Practical Conference and the XIII Republican Scientific and Practical Seminar "Formation of Intercultural Competence in Higher Education Institutions in Teaching Languages", Grodno, November 18, 2016. Grodno: Grodno State Medical University, 2017. P. 233 – 236.
5. Kovalchuk V.K. The Role of Higher Education in the Formation of a Student's Personality: Modern Realities. Society and State. 2023. No. 3 (43). P. 14 – 18.
6. Kurachenko I.V. On the issue of students' adaptation to the educational process. Modern education: continuity and continuity of the educational system "school – university – enterprise": materials of the XIV international scientific and methodological conference, Gomel, February 02, 2023. Gomel: Francisk Skorina Gomel State University, 2023. P. 228 – 229.

7. Maskalyanova S.A., Sarancha E.V. Features of the development of moral and ethical culture of the personality of modern students in the context of the virtual information space. Bulletin of the Voronezh State University. Series: Problems of Higher Education. 2021. No. 4. P. 62 – 65.
8. Naidenova E.V., Morozova A.S. The relationship between adaptability and mental state in educational activities of 1st year students. Innovative science: psychology, pedagogy, defectology. 2023. Vol. 6. No. 4. P. 99 – 108.
9. Sukhova E.E., Cherkesova E.A. Social well-being of modern students. Creative heritage of E.V. Ilyenkov and modernity. 2023. No. 9. P. 104 – 114.
10. Tamkova E.A., Dianova N.F. Social and psychological adaptation: classification and mechanisms. International journal of humanitarian and natural sciences. 2021. No. 5-3 (56). P. 142 – 145.

### **Информация об авторе**

**Скорикова О.В.**, руководитель сектора психологической поддержки обучающихся СПО центра психологической поддержки (Антикризисного центра), [olgaolga87@bk.ru](mailto:olgaolga87@bk.ru)

© Скорикова О.В., 2025