

Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований»

<https://opi-journal.ru>

2025, Том 7, № 3 / 2025, Vol. 7, Iss. 3 <https://opi-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

УДК 378.4



## Исследование корреляции социально-психологической адаптации и функционального состояния организма студентов 1 курса

<sup>1</sup> Козлова М.А., <sup>1</sup> Козлов А.В., <sup>1</sup> Осипов И.П., <sup>2</sup> Сокунова С.Ф.,  
<sup>1</sup> Российский биотехнологический университет (РОСБИОТЕХ),  
<sup>2</sup> Государственный университет просвещения

**Аннотация:** изменения социальной среды, увеличение учебной нагрузки и необходимость самостоятельного принятия решений требуют от молодых людей более высокого уровня социально-психологической адаптации. Настоящее исследование направлено на оценку корреляции социально-психологической адаптации и функционального состояния организма, которое выражает коэффициент адаптационных возможностей студентов первого курса.

**Материалы и методы.** Методология исследования базируется на комплексном подходе, включающем оценку функционального и психоэмоционального состояния организма, выявляется коэффициент адаптационного потенциала и уровень социально-психологической адаптации. Были использованы как качественные, так и количественные методы анализа, что позволило получить объективную оценку состояния студентов и определить дальнейшие наиболее эффективные направления для коррекции. Все статистические данные обрабатывались при помощи программы IBM SPSS Statistics 27.

Результаты исследования демонстрируют, что адаптационный потенциал студентов тесно связан с их физическим здоровьем и психоэмоциональным благополучием. Отмечено, что высокий уровень социально-психологической поддержки и развитие стрессоустойчивости играют важную роль в успешной адаптации к новым условиям.

**Заключение.** Данное исследование предоставляет ценные данные о взаимосвязи социально-психологической адаптации и функционального состояния организма, что может способствовать разработке эффективных программ поддержки и адаптации студентов первого курса, учитывая индивидуальные потребности и особенности данной категории молодых людей.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, адаптационный потенциал, функциональное состояние организма, функциональные пробы, студенты, образовательное пространство

**Для цитирования:** Козлова М.А., Козлов А.В., Осипов И.П., Сокунова С.Ф. Исследование корреляции социально-психологической адаптации и функционального состояния организма студентов 1 курса // Обзор педагогических исследований. 2025. Том 7. № 3. С. 57 – 63.

Поступила в редакцию: 7 января 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 5 марта 2025 г.; Принята к публикации: 28 апреля 2025 г.

## The study of the correlation of socio-psychological adaptation and the functional state of the body of 1st year students

<sup>1</sup> Kozlova M.A., <sup>1</sup> Kozlov A.V., <sup>1</sup> Osipov I.P., <sup>2</sup> Sokunova S.F.,  
<sup>1</sup> Biotechnological University (ROSBIOTECH),  
<sup>2</sup> Federal State University of Education

**Abstract:** changes in the social environment, increased academic workload and the need for independent decision-making require a higher level of socio-psychological adaptation from young people. The present study is aimed at assessing the correlation of socio-psychological adaptation and the functional state of the body, which is expressed by the coefficient of adaptive capabilities of first-year students.

**Materials and methods.** The research methodology is based on an integrated approach that includes an assessment of the functional and psycho-emotional state of the body, identifies the coefficient of adaptive potential and the level of socio-psychological adaptation. Both qualitative and quantitative methods of analysis were used, which made it possible to obtain an objective assessment of the students' condition and determine the further most effective directions for correction. All statistical data was processed using the IBM SPSS Statistics 27 program.

The results of the study demonstrate that students' adaptive potential is closely related to their physical health and psycho-emotional well-being. It is noted that a high level of socio-psychological support and the development of stress tolerance play an important role in successful adaptation to new conditions.

**Conclusion.** This study provides valuable data on the relationship between socio-psychological adaptation and the functional state of students, which can contribute to the development of effective support and adaptation programs for first-year students, taking into account the individual needs and characteristics of this category of young people.

**Keywords:** socio-psychological adaptation, adaptive potential, functional state of the body, functional tests, students, educational space

**For citation:** Kozlova M.A., Kozlov A.V., Osipov I.P., Sokunova S.F. The study of the correlation of socio-psychological adaptation and the functional state of the body of 1st year students. *Review of Pedagogical Research*. 2025. 7 (3). P. 57 – 63.

The article was submitted: January 7, 2025;  
Approved after reviewing: March 5, 2025;  
Accepted for publication: April 28, 2025.

### Введение

В современном мире адаптация к новой социально-психологической роли является ключевым элементом успешного начала любого этапа жизни. Это особенно актуально для студентов 1 курса, которые сталкиваются с необходимостью в короткие сроки адаптироваться к новой образовательной среде. «...вопрос успешной адаптации студентов первого курса как вхождение и освоение образовательного пространства, построение отношений сотрудничества, имеет важное значение» [5].

Теоретический анализ зарубежных исследований в данной области выявил, что каждый третий студент испытывает проблемы с адаптацией к условиям вуза [11-14]. Поэтому можно рассматривать адаптационный потенциал организма и социально-психологическую адаптацию студентов первых курсов высших учебных заведений как ключевые факторы успеха в учебном процессе.

Адаптационный потенциал представляет собой интегративный феномен, включающий совокупность субъективных качеств и способностей личности, которые позволяют успешно адаптировать-

ся к изменяющимся условиям окружающей среды [6].

Анализ социально-психологической адаптации и функциональных показателей, выраженных в адаптационном потенциале позволяет выявить ключевые аспекты их устойчивости и готовности к обучению на начальном этапе вузовской жизни.

В нынешнем образовательном процессе значительное внимание уделяется не только академическим успехам студентов, но и их физическому и психологическому здоровью [2, 3, 7].

Функциональные показатели студентов включают в себя спектр параметров, отражающих состояние их здоровья, уровень физической подготовленности и эмоционально-психологическое благополучие. Адаптационный потенциал, в свою очередь, характеризует способность организма справляться с внешними и внутренними вызовами, сохраняя и восстанавливая равновесие и функциональную эффективность. Рассматриваемые в данной работе вопросы являются ключевыми в понимании взаимосвязи социально-психологической

адаптации и функциональной реакции организма на новый жизненный этап [1].

Изучение данных аспектов на раннем этапе обучения в университете позволяет выявить студентов, которым потребуется дополнительная поддержка для успешной адаптации и способствует разработке эффективных стратегий содействия их общему благополучию. Осознание важности такого анализа подталкивает к более глубокому исследованию адаптационных процессов у студентов, что может привести к повышению не только их академической успешности, но и уровня жизненного удовлетворения.

### Материалы и методы исследований

В исследовании принимали участие студенты 1 курса, всего 30 человек. Основными критериями для отбора участников являлось добровольное согласие на участие в экспериментальной процедуре.

Сбор данных проводился в начале учебного года, что позволило зафиксировать исходное состояние адаптационных процессов студентов к новым условиям обучения и социализации.

Исследование проводилось при помощи:

1. Методики Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крылова «Адаптированность студентов в вузе» [4]. Данная методика представляет собой надежный инструмент для оценки уровня адаптации студентов к вузовской среде, при этом получают объективную информацию как о социальной, так и об учебной адаптации студентов [10]. Респондентам предлагается выразить свое мнение по поводу 16 суждений. Система оценивания предусматривает 3 варианта ответов: да – 2 балла, трудно сказать – 1, нет – 0. Анализ результатов градируется по показателям шкал адаптированности к учебной группе (13-16 баллов- комфортная адаптация; 9-12 – удовлетворительная; 0-8 – присутствие трудностей) и по шкале адаптированности к учебной деятельности (11-16 баллов- успешная адаптация; 7-10 – нормальная, 0-6 – наличие сложностей).

2. Определение адаптационного потенциала по Д.Н. Давиденко [9]. Для оценки адаптационного потенциала измеряется артериальное давление и частота сердечных сокращений. По формуле определяется численное значение показателя:  $АП = 0,011 \times ЧСС + 0,014 \times АД_{сис} + 0,008 \times АД_{диас} + 0,014 \times В + 0,009 \times т - 0,009 \times h - 0,27$ , где ЧСС – частота сердечных сокращений (уд/мин); АД<sub>сис</sub> и АД<sub>диас</sub> – систолическое и диастолическое артериальное давление соответственно, В – возраст (годы), т – масса тела (кг), h – рост (см). Оценить адаптационный потенциал можно по характери-

стике значений: менее 2,1 – удовлетворительная адаптация; 2,11-3,2- напряжение механизмов адаптации, 3,21-4,3 – неудовлетворительная адаптация; больше 4,3 – срыв адаптации.

3. Опрос субъективной оценки студентами их уровня социально-психологической адаптации и ее влияния на функциональные показатели организма. Студентам были заданы 2 вопроса:

Вопрос 1. Насколько влияет ваше общее самочувствие на способность справляться с возникающими жизненными ситуациями, связанными с работой, учебой, общением? Варианты ответов: а) сильно влияет; б) умеренно влияет; в) практически не влияет. Данный вопрос позволяет получить общее представление студентов о связи между адаптацией и их самочувствием.

Вопрос 2. Насколько ваша вовлеченность в социальную жизнь (общение с друзьями, участие в кружках и секциях влияет на ваше физическое здоровье? Варианты ответов: а) положительное влияние (активная жизненная позиция улучшает мое самочувствие и здоровье); б) нейтральное влияние (я не замечаю прямой связи между моей социальной жизнью и моим здоровьем); в) отрицательно влияет (активная социальная жизнь приводит к усталости, накоплению стресса и ухудшению здоровья). Социальная интеграция является важнейшим показателем социально-психологической адаптации, что дает возможность выявить ее связь с физическим здоровьем по субъективному мнению студентов.

Процедура исследования. Исследование проводилось индивидуально, участники заполняли бланки, полученные по электронной почте. Все респонденты получили обратную связь по результатам тестирования. По итогам анкетирования была вычислена корреляция социально-психологической адаптации и функциональных показателей, которые выражают адаптационные возможности студентов первого курса. Все статистические данные обрабатывались при помощи программы IBM SPSS Statistics 27.

### Результаты и обсуждения

Процесс адаптации студентов-первокурсников характеризуется сложной взаимосвязью психологических и функциональных показателей. Особое внимание было уделено социально-психологической адаптации студентов и его функциональных показателей. При анализе данных была выявлена зависимость адаптационного потенциала студента с его учебной деятельностью в вузе и учебной группой (табл. 1).

Таблица 1

Корреляционный анализ адаптационного потенциала и социально-психологической адаптированности студентов.

Table 1

Correlation analysis of adaptive potential and socio-psychological adaptability of students.

Показатели	К учебной группе	К учебной деятельности	Адаптационный потенциал
Адаптация к учебной группе	-	0,83	-0,64
Адаптация к учебной деятельности	0,83	-	-0,69
Адаптационный потенциал	-0,64	-0,69	-

Исходя из данных этой таблицы можно зафиксировать, что адаптация в учебной группе напрямую зависит от адаптации в учебной деятельности студентов. В отношении адаптационного потенциала наблюдается обратная зависимость, чем выше показатели коэффициента адаптационного потенциала, свидетельствующие о срыве адаптации, тем ниже показатели адаптации к учебной группе и учебной деятельности.

Это дает нам право делать вывод о существовании корреляции между показателями социально-

психологической адаптации и физиологическими показателями организма, выраженными в адаптационном потенциале.

Далее представлены результаты опроса студентов, которое отражает их субъективное мнение о существовании влияния самочувствия на социально-психологическую адаптацию (рис. 1).

Большинство студентов (77 %) ответили, что их самочувствие сильно влияет на способность справляться с возникающими жизненными ситуациями, связанными с работой, учебой, общением.

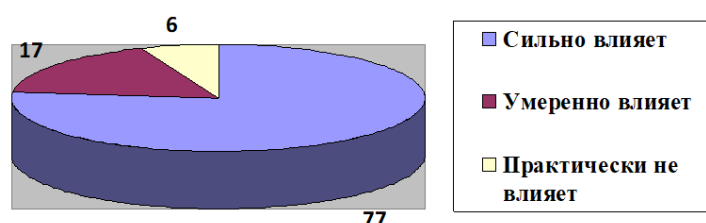


Рис. 1. Опрос субъективной оценки студентов о влиянии их самочувствия на социально-психологическую адаптацию в % соотношении.

Fig. 1. A survey of students' subjective assessment of the impact of their well-being on socio-psychological adaptation in % ratio.

Второй вопрос отражает субъективное мнение студентов о связи между социально-психологической адаптацией, выраженной в социальной интеграции с физическим здоровьем (рис. 2).

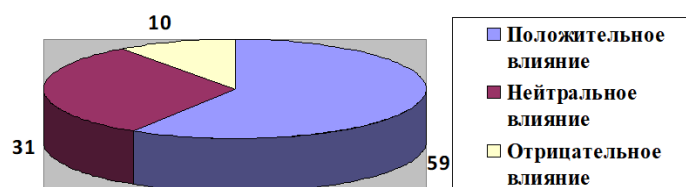


Рис. 2. Опрос субъективной оценки студентов о существовании влияния социальной интеграции на физическое здоровье в % соотношении.

Fig. 2. A survey of students' subjective assessment of the existence of the influence of social integration on physical health in % ratio.

Социальная интеграция является важнейшим показателем социально-психологической адаптации. И большинство студентов подтверждают прямое влияние их активной социальной жизни на физическое состояние (59 %).

Таким образом, из результатов опроса студентов выявлено влияние как самочувствия на социально-психологическую адаптацию, так и социальной интеграции на физическое состояние. Из этого можно установить взаимосвязь между социально-психологической адаптацией и физическим состоянием у студентов.

#### Выводы

В проведенном исследовании можно подчеркнуть ряд важных аспектов.

В ходе теоретико-методологического анализа научно-практической литературы и исследований зарубежных и отечественных ученых была выявлена актуальность тематики данной статьи. Во всем мире специалисты сталкиваются с проблемой социально-психологической дезадаптации студентов. Поэтому значительное внимание уделяется не только академическим успехам, но и физическому, психическому здоровью обучающихся. Физическое и психическое здоровье необходимо рассматривать как неотделимые части одного целого.

Результаты исследования позволили обнаружить, что значительная часть студентов испытывает трудности с адаптацией к новой социальной и учебной среде, что отражается на их физиологических и психологических показателях. Было зафиксировано, что успешность социально-психоло-

гической адаптации студента в вузе напрямую зависит от начального уровня функциональных возможностей организма. Установлена связь между адаптацией к учебной группе, учебной деятельности и функциональными показателями, которые выражаются в коэффициенте адаптационного потенциала.

Результаты субъективного опроса показали, что большинство студентов замечают влияние их самочувствия на социально-психологическую адаптацию, влияние социальной интеграции на их физическое состояние. Результаты опроса подтверждают взаимосвязь между социально-психологической адаптацией и физическим состоянием студентов.

Таким образом, внимание к функциональному состоянию и адаптационному потенциалу студентов на начальном этапе их обучения в высшем учебном заведении позволит повысить эффективность учебного процесса, снизить уровень стресса среди студентов и способствовать их гармоничной адаптации к новой социальной среде. Это важно, поскольку физиологические показатели, отражающие физическое состояние организма тесно связаны с качеством жизни человека и его социально-психологическим благополучием. Своевременное выявление проблем адаптации помогает предотвратить развитие дезадаптивных механизмов и различных форм девиаций, обеспечивая своевременную и эффективную поддержку личности в процессе приспособления к изменяющимся условиям социальной среды.

#### Список источников

1. Бартенева А.К., Бергис Т.А. Взаимосвязь адаптации с психологическим здоровьем человека в современных условиях жизни // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2023. № 03 (80). С. 223 – 228.
2. Борзова Т.А. Мотивация студентов к обучению в современном вузе // Мир науки культуры и образования, 2023. № 5 (102). С. 11 – 13.
3. Гордиенко В.И., Осинин А. И. Влияние физической культуры на академическую успеваемость студентов // Научные высказывания. 2024. № 11 (58). С. 67 – 69.
4. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование. 2010. № 2. С. 1 – 12.
5. Иванов А.В., Козлова М.А., Козлов А.В. Применение социально-психологических тренингов для успешной адаптации первокурсников колледжа с разным уровнем эгоцентризма // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4. № 8. С. 245 – 249.
6. Кулумбегова Л.А. К вопросу об адаптационном потенциале личности // Наука, образование, тенденции и перспективы развития. 2015. № 74. С. 165 – 168.
7. Рогалева Г.И. Адаптация первокурсников в вузовском образованном пространстве // Вестник Бурятского государственного университета. 2011. № 5. С. 221 – 225.
8. Сафонова Л.В. Психология социальной работы: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. М.: Издательский центр «Академия», 2012. 256 с.

9. Ситдииков Ф.Г. Зиятдинова Н.И., Зефиоров Т.Л. Физиологические основы диагностики функционального состояния организма: учебное пособие к практическим занятиям по физиологии для бакалавров, магистров. Казань, КФУ, 2019. 105 с.
10. Barbara K. Mable. Conservation of adaptive potential and functional diversity: integrating old and new approaches // *Conservation Genetics*, 2018. P. 89 – 100.
11. Gnatyshina E.A., Bogachev A.N., Uvarina N.V., Savchenkov A.V. First Year Students' Social-Psychological Adaptation To Higher Education Requirements Factor Analysis. In S. K. Lo (Ed.), *Education Environment for the Information Age. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. Future Academy*, 2019. Vol. 69. P. 354 – 363.
12. Mutambara J., Bhebe V. An Analysis of the Factors Affecting Students' Adjustment at a University in Zimbabwe. *International Education Studies*. 2012. № 5 (6). P. 244 – 250.
13. Tang W., Dai Q. Depressive symptoms among first-year Chinese undergraduates: The roles of socio-demographics, coping style, and social support. *Psychiatry Research*. 2018. P. 89 – 96.
14. Waghachavare B.V., Dhumale B.G., Kadam R.Y., Gore D.A. A Study of Stress among Students of Professional Colleges from an Urban area in India. *Sultan Qaboos Univ Med J.m*. 2015. № 13 (3). P. 429 – 436.

---

### References

1. Barteneva A.K., Bergis T.A. The relationship between adaptation and psychological health of a person in modern living conditions. *The world of pedagogy and psychology: international scientific and practical journal*. 2023. No. 03 (80). P. 223 – 228.
2. Borzova T.A. Motivation of students to study at a modern university. *The world of science, culture and education*, 2023. No. 5 (102). P. 11 – 13.
3. Gordienko V.I., Osinin A.I. The influence of physical education on the academic performance of students. *Scientific statements*. 2024. No. 11 (58). P. 67 – 69.
4. Dubovitskaya T.D., Krylova A.V. Methodology for studying the adaptability of students at the university. *Psychological science and education*. 2010. No. 2. P. 1 – 12.
5. Ivanov A.V., Kozlova M.A., Kozlov A.V. Application of socio-psychological trainings for successful adaptation of college first-year students with different levels of egocentrism. *Review of pedagogical research*. 2022. Vol. 4. No. 8. P. 245 – 249.
6. Kulumbegova L.A. On the issue of the adaptive potential of the individual. *Science, education, trends and development prospects*. 2015. No. 74. P. 165 – 168.
7. Rogaleva G.I. Adaptation of first-year students in the university educational space. *Bulletin of the Buryat State University*. 2011. No. 5. P. 221 – 225.
8. Safonova L.V. *Psychology of social work: a textbook for students of higher vocational education institutions*. Moscow: Publishing Center "Academy", 2012. 256 p.
9. Sitdikov F.G. Ziyatdinova N.I., Zefirov T.L. Physiological foundations of diagnostics of the functional state of the body: a tutorial for practical classes in physiology for bachelors and masters. Kазan, KFU, 2019. 105 p.
10. Barbara K. Mable. Conservation of adaptive potential and functional diversity: integrating old and new approaches. *Conservation Genetics*, 2018. P. 89 – 100.
11. Gnatyshina E.A., Bogachev A.N., Uvarina N.V., Savchenkov A.V. First Year Students' Social-Psychological Adaptation To Higher Education Requirements Factor Analysis. In S. K. Lo (Ed.), *Education Environment for the Information Age. European Proceedings of Social and Behavioral Sciences. Future Academy*, 2019. Vol. 69. P. 354 – 363.
12. Mutambara J., Bhebe V. An Analysis of the Factors Affecting Students' Adjustment at a University in Zimbabwe. *International Education Studies*. 2012. No. 5 (6). P. 244 – 250.
13. Tang W., Dai Q. Depressive symptoms among first-year Chinese undergraduates: The roles of socio-demographics, coping style, and social support. *Psychiatry Research*. 2018. P. 89 – 96.
14. Waghachavare B.V., Dhumale B.G., Kadam R.Y., Gore D.A. A Study of Stress among Students of Professional Colleges from an Urban area in India. *Sultan Qaboos Univ Med J.m*. 2015. No. 13 (3). P. 429 – 436.

### Информация об авторах

Козлова М.А., кандидат педагогических наук, доцент, SPIN-code: 7079-2176, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4138-0903>, SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57222587591>, Российский биотехнологический университет (РОСБИОТЕХ), 7012946@bk.ru

Козлов А.В., преподаватель, SPIN-code: 4935-4109, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6347-7007>, SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57222584567>, Российский биотехнологический университет (РОСБИОТЕХ)

Осипов И.П., ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-7315-2861>, Российский биотехнологический университет (РОСБИОТЕХ), oip1005@mail.ru

Сокунова С.Ф., доктор педагогических наук, профессор, SPIN-code: 6352-3301, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-3340-5366>, SCOPUS: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57226677239>, Государственный университет просвещения, soksf@mail.ru

© Козлова М.А., Козлов А.В., Осипов И.П., Сокунова С.Ф., 2025