

Vasiutynskyi V.O. Psychological basis of productive potential of individualism and collectivism. A productive potential of individualism and collectivism is considered as an activity agent's ability to produce necessary or desirable things, to achieve his/her goals and perform everyday tasks by using either dispositional advantages of the individualistic lifestyle or communication advantages of the collectivist one. During the series of surveys it has been shown that the modern Ukrainian youth's ideas of collectivism appears as an attractive value which focuses on effective social and personal identification, awareness of the meaning of life, achieving success, structuring interpersonal relationships, and involvement in social life context. However, the problem of individualism and collectivism is at a periphery of the citizens' value orientations. This is particularly significant because of stereotyping both categories, especially collectivism. Pragmatic meaning of individualism and collectivism is to provide opportunities for personal development and efficiency of activity. On the one hand, this is due to the collective and on the other – it may be realized as a result of the person's own efforts. At the heart of the productive potential of individualism are such features as internal energy and rational egoism. The basis of collectivism is constituted with cooperative readiness and communicative sensitivity. Internal energy appears as a combination of responsibility for one's achievements and sufficient or high vitality, providing active individual's position. Rational egoism is interpreted as a person's ability of taking care of him/herself while taking into consideration the others' needs. Cooperative readiness is a person's tendency to go into productive contact with other people, to build productive relationships, and to allocate and coordinate appropriate functions. Communicative sensitivity ensures successful accession to the space of common activities through focus on mutual likes and dislikes, acceptance and contempt, approval and condemnation.

Key words: individualism, collectivism, productive potential, internal energy, rational selfishness, cooperative readiness, communicative sensitivity.

Волнушкіна Г.В.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Волнушкіна Г.В. Соціально-психологічні особливості процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі. У статті визначено сутність механізму адаптації, розкрито соціально-психологічні особливості цього процесу, охарактеризовано можливі причини дезадаптації студентів ВНЗ. Проаналізовано результати емпіричного дослідження особливостей проходження процесу адаптації у студентів на першому році навчання у ВНЗ.

Ключові слова: психологічна готовність до навчання, мотиви вибору професії, адаптація, дезадаптація, фрустрація, саморегуляція, стрес-стійкість.

Волнушкіна Г.В. Социальная психологические особенности процесса адаптации студентов к обучению в высшем учебном заведении. В статье определена сущность механизма адаптации, раскрыты социально-психологические особенности этого процесса, охарактеризованы возможные причины дезадаптации студентов ВУЗов. Проанализированы результаты эмпирического исследования особенностей прохождения процесса адаптации студентами на первом году обучения в ВУЗах.

Ключевые слова: психологическая готовность к обучению, мотивы выбора профессии, адаптация, дезадаптация, фрустрация, саморегуляция, стресс-устойчивость.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Процес адаптації першоккурсників у студентському колективі та соціально-психологічна структура труднощів періоду адаптації займають важливе місце. Лише за останні роки проблема адаптації учнівської молоді до нового колективу стала предметом спеціальних досліджень (В. Казміренко, В. Медведєва, Г. Шевандрін). Вступаючи до вищого навчального закладу, студенти стикаються з рядом проблем,

що пов'язані з недостатньою психологічною готовністю до навчання у ВНЗ, з руйнуванням роками вироблених установок, навичок, звичок, ціннісних орієнтацій вихованців середньої школи і виробничих колективів, втрати роками закріплених взаємин з колективом та формуванням нових навичок, а також з невідмінням здійснювати психологічну саморегуляцію власної діяльності та поведінки. Зі вступом до вищого навчального закладу юнаки і дівчата потрапляють у нові, незвичні для них умови, що неминуче спричиняє руйнування динамічного стереотипу і пов'язаних з цим емоційних переживань. Тому вивчення даної теми також є важливою умовою для оптимізації психічної діяльності особистості, управління з метою максимального ефективного пристосування до мінливих умов середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження феномену адаптації до навчання у ВНЗ характеризуються певною динамікою вивчення. При цьому у кожний період вивчення акцент ставиться на тому чи іншому аспекті процесу адаптації.

Вперше інтерес до процесу адаптації до навчання у вищому навчальному закладі виник у 70-х роках. (Г. Андрєєва, М. Дяченко, В. Секун Р. Нізамов, Л. Кандибович) і був пов'язаний з виявленнями труднощів адаптації.

Наприкінці 70-х на початку 80-х років робиться спроба показати процес адаптації у динаміці (Н. Алімов, Г. Кудрявцева, В. Набаров, Т. Щєглова) та виявляються компоненти, фактори, аспекти адаптації; проте ці дослідження не мають цілеспрямованого теоретичного підходу [4].

Дослідження процесу адаптації студентів до навчання у ВНЗ 90-х років носять індивідуально-орієнтований характер (Л. Гришанов, Л. Мітіна, Г. Мкртчян, В. Цуркан) і на сьогодні трансформуються на основі соціально-філософського аспекту вивчення в особистісний підхід з акцентом на розгляді адаптації і в аспекті аналізу процесу розвитку особистості, її психологічних механізмів (Г. Балл, О. Налчаджян, Ю. Швалб) [5].

З огляду на зазначені підходи ми розглядаємо адаптацію студента до навчання у ВНЗ як процес пристосування особистісних якостей до умов даного навчального закладу і формування на цій основі нових особистісних соціально і професійно значущих якостей, що забезпечують реалізацію особистісного потенціалу студентів.

В той же час залишаються недостатньо вивченими, розрізненими аспекти індивідуально-типологічних проявів адаптації, трансформація характеристик адаптації та зв'язок їх зі змінами особистості в процесі адаптації як етапу особистісного розвитку, що й зумовило вибір напрямку дослідження [4].

Метою, що ставиться нами в статті, є визначення основних механізмів процесу адаптації до навчання, виявлення особливостей процесу адаптації студентів-першокурсників та діагностика можливої студентської дезадаптації під час навчання у ВНЗ.

Виклад основного матеріалу. У сучасному суспільстві проблема адаптації виступає однією з ключових проблем психологічної науки. Високі темпи життя, постійні інформаційні перевантаження і дефіцит часу все більше впли-

вають на психіку особистості і стають причинами різних відхилень в нормальній діяльності окремих чи багатьох функціональних систем організму. Різноманітна і тривала дія несприятливих соціальних, психологічних, економічних чинників зумовлює велику нервово-психічну напругу, яка здатна викликати різноманітні негативні прояви в поведінці і призводити до нервово-психічних розладів.

Розгляд і вивчення проблеми психологічної адаптації студента-першокурсника до умов навчання у ВНЗ передбачає насамперед конкретизацію самого поняття адаптації. Розуміння і тлумачення явища адаптації до ситуації навчання у вищому освітньому закладі може бути різним.

Як правило, проблема адаптації порушується стосовно нових, незнайомих для індивіда ситуацій, які мають для нього істотне чи навіть життєво важливе значення. Це означає, що неадаптованість може з високою ймовірністю призводити до психічного неблагополуччя індивіда, стану дистресу, серйозної загрози для його життєвих інтересів. Неадаптованість проявляється в неадекватному розумінні ситуації, у способі дій, який підвищує несприятливість та загрозовість ситуації.

Найбільш загальне розуміння психологічної адаптації до нових незвичних умов передбачає формування психологічних механізмів, завдяки яким особа забезпечує свою безпеку і адекватну орієнтацію в новій ситуації. При успішній адаптації особистість отримує можливість максимально успішної самореалізації без надмірних зусиль [7].

Отже, першокурсники мають труднощі в засвоєнні знань тому, що у них не сформувалися такі риси особистості як: готовність до навчання, здатність навчатися самостійно, контролювати і оцінювати себе, володіти своїми індивідуальними особливостями пізнавальної діяльності, вміння правильно розподілити свій робочий час для самостійної підготовки. Викладач вищого навчального закладу повинен допомогти студенту-першокурснику у подоланні цих труднощів.

У соціальній адаптації виділяють дві форми:

- *активну*, коли суб'єкт прагне впливати на середу з метою її зміни (наприклад, зміни цінностей, форм взаємодії і діяльності, які він повинен засвоїти);
- *пасивну*, коли суб'єкт не прагне до такого впливу і зміни.

Соціальна адаптація студентів поділяється на такі види:

- *професійну адаптацію* – пристосування до характеру, змісту, умовам і організації навчального процесу, формування навичок самостійності в навчальній і науковій роботі;
- *соціально-психологічну адаптацію* – пристосування особистості до групи, взаємовідносин в ній, формування власного стилю поведінки [2].

При цьому соціально-психологічна адаптація являє собою оволодіння особистістю ролі під час входження в нову соціальну ситуацію – це конкретний процес соціалізації.

Нерідко соціально-психологічна дезадаптація породжує втрату сформованих позитивних установок і відносин студента-першокурсника. Важким наслідком дезадаптації є стан напруженості, зниження активності у навчанні, зниження інтересу до громадської роботи, погіршення поведінки, невдачі на

першій сесії, а в ряді випадків - втрата віри у свої можливості, розчарування у життєвих планах [5].

С. Самигін зазначає, що адаптація студентів до навчального процесу закінчується в кінці 2-го на початок 3-го навчального семестру. Студенти стикаються із труднощами, що обумовлені відсутністю психологічної готовності до освоєння обраної професії, що негативно позначається на ході процесу адаптації.

Розрізняють три форми адаптації студентів-першокурсників до умов ВНЗ:

1. *Формальна адаптація* – стосується пізнавально-інформаційного пристосування студентів до нового оточення, до структури вищої школи, до вимог і своїх зобов'язань;

2. *Суспільна адаптація* – це процес внутрішньої інтеграції груп студентів-першокурсників і інтеграція цих груп зі студентським оточенням в цілому;

3. *Дидактична адаптація* – стосується підготовки студентів до нових форм і методів навчальної роботи у вищій школі [2].

Соціально-психологічна адаптація особистості в групі чи колективі забезпечується завдяки функціонуванню певної системи механізмів: рефлексії, емпатії, прийому соціального зворотного зв'язку тощо. Соціальна адаптація - процес і результат активного пристосування індивіда до групи, до умов соціального середовища, до суспільних умов життя, що змінюються чи вже змінилися.

Показниками успішної соціальної адаптації виступає високий соціальний статус індивіда в певному середовищі, його психологічне задоволення цим середовищем і його найбільш важливими елементами, зокрема, задоволення роботою, її організацією, умовами і змістом тощо. Показниками низької соціальної адаптації є переміщення суб'єкта в інше соціальне середовище, відхилення у поведінці. Успішність соціальної адаптації залежить від характеристики середовища і суб'єкта. Більшість дослідників стверджують, що адаптацію можна розглядати як складову соціалізації і як її механізм.

Отже, соціалізація постає як єдність адаптації та активності особистості: засвоєння норм і цінностей соціального середовища відбувається у взаємозалежності і взаємозв'язку з активністю індивіда.

Очевидно, що початок навчання у вищій школі є для студента ситуацією новою, незнайомою і, з соціально-психологічної точки зору, потенційно загрозливою. Ця потенційна загроза зумовлена недостатньою обізнаністю щодо системи явних і неявних вимог, контролю, формальних і неформальних санкцій, які визначають ситуацію навчання у вищому навчальному закладі. Актуалізація цієї потенційної загрози може проявитися в майбутньому, наприклад, у академічній неуспішності, поганих стосунках у студентській групі і, як наслідок, руйнації певних ілюзій, зниженні самооцінки, фрустрації і, насамперед, втраті інтересу до навчання.

Отже, порушення проблеми соціально-психологічної адаптації першокурсника у ВНЗ обумовлені реально існуючими проблемами.

Адаптацію до умов навчання у ВНЗ проходять, у тій чи іншій формі, всі першокурсники. Проте цей процес не відбувається автоматично. Навіть на випускному курсі можна виявити особистостей, які «застрягли» на етапі адаптації,

пройшли його невдало, і в результаті не змогли скористатися багатьма можливостями, які надає навчання у ВНЗ. Процес навчання є підпорядкованим багатьма факторам, і не всі вони сприяють успішній адаптації. Тому уявлення деяких першокурсників про процес навчання виявляються хибними, навіть наївними. Досить часто такі уявлення призводять до фрустрації і розчарування: заняття виявляються не настільки цікавими, підготовка до занять – надто рутинною, а саме студентське життя - не таким радісним і світлим, як здавалося. Саме тоді і починається адаптаційний процес, метою якого є, окрім іншого, знаходження нових особистісних сенсів у навчальному процесі і власне у статусі студента [2].

Слід зазначити, що першокурсники суттєво різняться за такою ознакою, як здатність реагувати на проблемні ситуації, що виникають навколо них, «бачити» їх у зародку. Чутливість до змін в оточуючому соціальному середовищі позитивно впливає на адаптаційні здібності особистості. Водночас слід зазначити, що як надмірна, так і низька чутливість до таких змін гальмує процес адаптації [4].

Розглянемо конкретні психологічні проблеми адаптації першокурсників, які виявилися є найбільш типовими. Залежно від походження їх можна класифікувати на мотиваційні, раціональні та поведінкові.

1. *Мотиваційні проблеми.* Досить багато особистісних проблем першокурсників визначається їх мотивацією до навчання. Однією з таких проблем є емоційна залежність від оцінки та від викладача. Причиною подібних проблем є інфантильність як особистісна риса, яка спричиняє специфічний тип мотивації навчання. Таким студентам притаманне бажання відповідати зовнішнім стандартам, які задаються в дитинстві (як правило, батьками, шкільними вчителями та іншими авторитетними особами). Орієнтація на заданий стандарт, взаємозв'язок самооцінки і зовнішньої оцінки призводить до високої емоційної вразливості.

Подібна мотивація навчання відображається і на стосунках у групі, спричиняючи відповідні проблеми міжособистісних контактів. Зокрема, це проблема конформності відносно групи. Першокурсник відтворює звичний стереотип шкільної поведінки. Подібна конформність досить часто виступає перешкодою у навчанні: першокурсник не задає запитань і соромиться підняти руку на семінарі, щоб не викликати негативної реакції у групи.

2. *Проблеми раціонального порядку.* До цієї категорії належать проблеми, спричинені необізнаністю першокурсника щодо системи навчання. Вступивши на перший курс університету, студент має певні, як правило, неусвідомлені або частково усвідомлені очікування стосовно способів викладу навчального матеріалу, контролю знань, системи регламентації поведінки студента, які пізніше можуть виявитись хибними [4].

3. *Проблеми, пов'язані з поведінковими проявами.* Студентська спільнота, як і будь-яка інша, виробляє певну негласну, але загальноприйнятну систему правил поведінки. Тому певні стреси, переживання, фрустрації можуть обумовлюватися незвичністю цієї системи для першокурсника. Вони пов'язані, як правило, або з неправильною інтерпретацією першокурсником поведінки інших, або з неузгодженістю власної поведінки з прийнятими в студентському середовищі нормами [3].

Окремо варто виділити ще дві групи проблем:

- проблеми приїжджих (сільських) студентів;
- проблеми інтелектуально чи творчо обдарованих першокурсників.

Приїжджі студенти, крім адаптації до умов навчання у вищому закладі освіти, проходять ще й адаптацію до умов життя у новому для них місті, а разом з тим і до життя в гуртожитку. Все це спричиняє цілий комплекс нових специфічних проблем [7].

Обдаровані студенти досить часто переживають розчарування як у сфері навчання, так і в сфері міжособистісних стосунків. Організація навчального процесу, як правило, оптимальна для студентів «середнього рівня» і занадто спрощена для обдарованого студента. Крім того, процес адаптації обдарованого студента до стосунків у своїй академічній групі є набагато важчим і тривалішим. Нерідко він відчуває себе «білою вороною»; його поведінка сприймається групою негативно; в результаті він не може реалізувати себе в міжособистісних стосунках [6].

Вибірку досліджуваних склали 65 студентів I курсу Університету «Україна», інституту соціальних технологій. Дослідження проводилось в два етапи – наприкінці першого та наприкінці другого семестрів навчання. Для досягнення мети нами використовувався такий діагностичний інструментарій: методика визначення стрес-стійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге, методика «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком), методика соціально-психологічної адаптації (СПА) К. Роджерса і Р. Даймонда.

Аналіз отриманих результатів дослідження показав, що у першому семестрі дуже низький рівень стрес-стійкості та соціальної адаптації - 38% першокурсників виявили низький опір стресу, а вже в другому семестрі низький опір стресу було діагностовано у 23% студентів (рис.1).

Межовий показник опору стресу у першому семестрі отримали 59 % першокурсників, а в другому семестрі – 41%.

Найвищий, тобто кращий ступінь опору стресу у першому семестрі було зареєстровано у 17% досліджуваних, а у другому семестрі цей показник зріс до 26%, що свідчить про досить помітні позитивні зрушення у першокурсників щодо адаптаційних можливостей та стрес-стійкості. Це може бути пов'язано з тим, що наприкінці другого семестру, навіть не дивлячись на вимоги, що зростають, на велику кількість інформації, що необхідно засвоїти та обробити, особистість все ж знаходить ресурс для ефективної діяльності та зростають її адаптивні можливості.

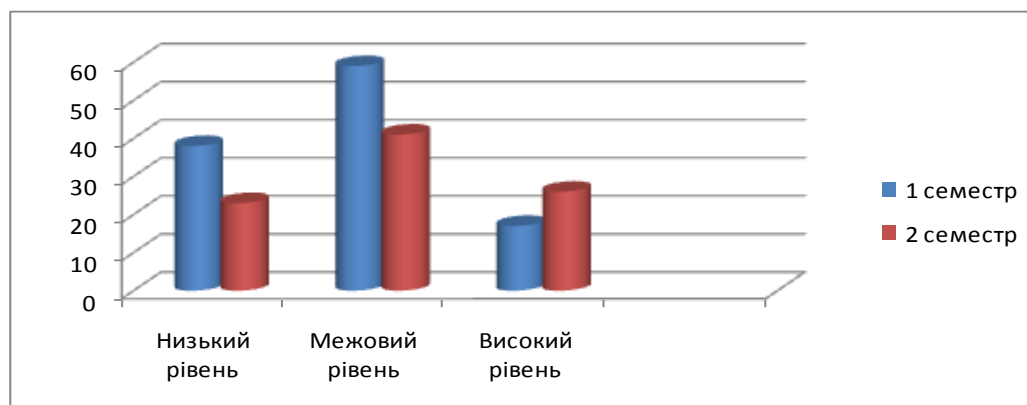


Рис. 1. Показники стрес-стійкості та соціальної адаптації

Результати, отримані за методикою «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком) свідчать про те, що у першому семестрі середній показник тривожності становив 13%, а наприкінці другого семестру знизився до 10,5% опитуваних першокурсників (рис.2). При цьому середній показник фрустрованості змінився з 11,5% в першому семестрі на 7,5% у другому.

Результати за показником агресивності зменшилась у досліджуваних першокурсників у другому семестрі порівняно з першим. Зокрема, у першому семестрі середнє число становило 9 %, а у другому семестрі цей показник знизився до 7 %.

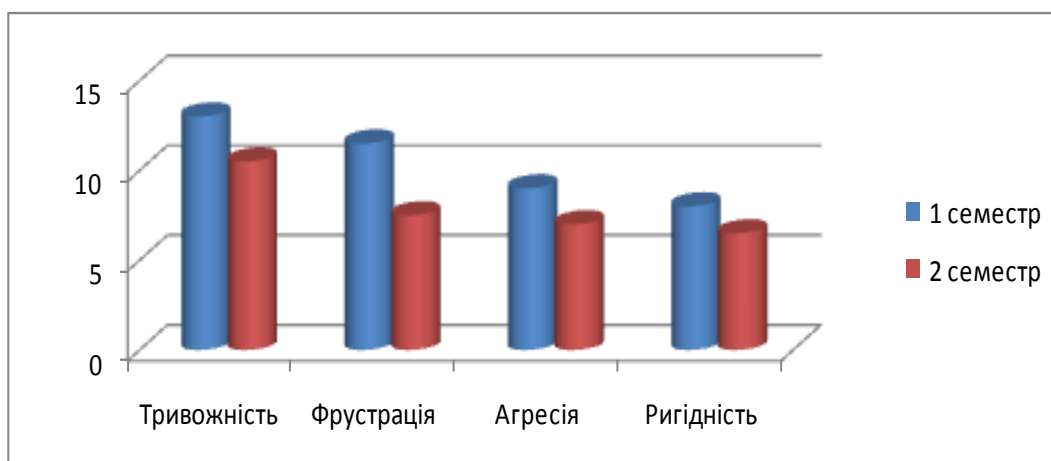


Рис.2 Середні показники за методикою «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком)

Середні показники ригідності також знизились у другому семестрі в порівнянні з першим. Зокрема, сильно виражена ригідність, тобто незмінність поведінки, поглядів та суджень, навіть якщо вони не відповідають дійсності зменшилась з 8% у першому семестрі до 6,5%.

Результати, отримані за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда наступні - середні показники прийняття себе і інших, емоційного комфорту зросли в другому семестрі, що свідчить про те, що у студентів проходить процес адаптації.

Зокрема, показником *адаптація* середні значення в групі студентів перших курсів потрапляють у норму в другому семестрі порівняно з першим. Це свідчить про те, що основний процес адаптації студентів до навчання у ВНЗ відбувається протягом першого семестру навчання але не закінчується. Показники *самоприйняття, прийняття інших, ітернальності*, теж зростають протягом навчання. Це свідчить про дорослішання особистості, про прийняття ними інших людей такими, якими вони є, що в свою чергу зумовлює почуття глибокої важливості, спільності між людьми. Це і є чинник соціальної адаптації разом з самоприйняттям, ітернальністю та неуніканням. Показники *емоційного комфорту* у студентів у другому семестрі кращі, ніж в першому. Але загалом можна припустити, що комфортність перебування у ВНЗ зростає разом із адаптованістю.

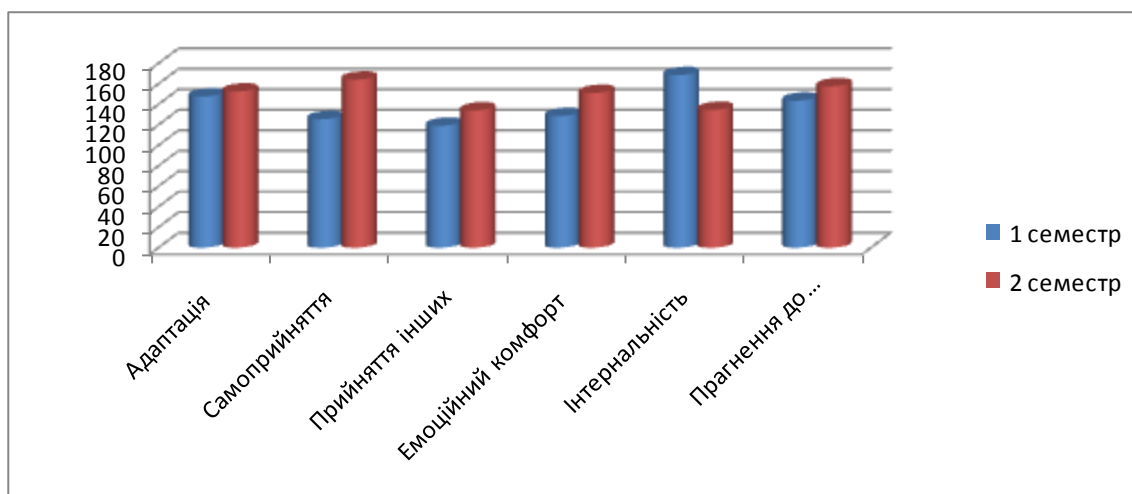


Рис.3 Показники за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда

Цікавим є показник *прагнення до домінування* – середнє значення зростає у другому семестрі у порівнянні з першим. Прагнення домінувати можна розглядати як альтернативний варіант соціальної адаптації.

За кореляційними даними значущий взаємозв'язок існує між шкалами Соціальної адаптації Холмса і Раге зі шкалами соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда (дані наведені в таблиці 1).

В даному випадку можна говорити про узгодженість обраних нами методик, та про те, що показники позитивно корелюють між собою, тобто при підвищенні рівня емоційного комфорту у спілкуванні та взаємодії підвищується рівень соціальної адаптації, та навпаки. Негативна ж кореляція показника адаптації та показників дезадаптації, емоційного дискомфорту, домінування та відходу від проблем свідчать про те, що підвищення цих показників різко знижує адаптаційні можливості особистості.

Таблиця 1

Достовірні кореляційні зв'язки між показниками методик соціальної адаптації Холмса і Раге, самооцінки психічних станів (за Г. Айзенком) та соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда

	Адаптація	Дезадаптація	Емоційний комфорт	Емоційний дискомфорт	Домінуючий	Фрустрація	Трижність	Відхід від проблеми
Соціальна адаптація	,78**	-,94**	,55**	-,63**	-,63**	,72**	,53	-,43*

** кореляція значима на рівні 0,001; * кореляція значима на рівні 0,05

Як можна побачити із результатів дослідження, для студентів, які пристосовуються до нових умов і не відчують дискомфорту під час навчального процесу, соціальна адаптація проходить значною мірою добре з емоційно позитивним забарвленням. Ті ж, у кого виникає відчуття невпевненості, хто від-

чуває дискомфорт під час навчання, не в змозі вирішувати ті чи інші проблеми і завдання, в тих емоційний стан дискомфорту виникає як результат несвідомого співвіднесення попередніх очікувань першокурсника від навчання у ВНЗ та його перших вражень від цього процесу, тому адаптація проходить значно важче і це може говорити про те, що такі юнаки мають більшу схильність до дезадаптації.

Висновки. Аналіз теоретичних джерел та результати проведеного емпіричного дослідження дозволили зробити наступні висновки.

Адаптацію до умов навчання у вищому закладі освіти проходять, у тій чи іншій формі, всі першокурсники.

Основні симптоми психологічної дезадаптації проявляються у підвищенні показника емоційного збудження, тривожності, зниженні комунікабельності, емоційної стійкості, самоконтролю, соціальної сміливості; появі почуття неповноцінності у стосунках із товаришами, вчителями, батьками, а в поведінці в цілому – надмірна сором'язливість, зниженні успішності, недостатній увазі й зосередженість на заняттях, скаргах на погане самопочуття, сон; втраті інтересу до навчання, школи. Внаслідок цих проявів розвиваються: непродуктивні форми реагування; симптоми порушення поведінки; емоційні розлади різного ступеня.

Основна причина дезадаптації полягає у неузгодженості між інтелектуальним, творчим, особистісним потенціалом студента, з одного боку, і можливостями його реалізації, з іншого. Ще однією важливою причиною дезадаптаційної поведінки студентів до умов навчання у вищому закладі освіти є відмінності шкільного та студентського колективів, а також проблеми спілкування та уміння налагоджувати контакти в цілому.

Адаптація може бути успішною і неуспішною. Очевидно, успішна адаптація до умов навчання залежить від вибору певної стратегії навчальної діяльності і напрацювання операційних механізмів для її здійснення.

Психологічна робота з першокурсником повинна включати в себе ознайомлення з ситуацією і типовими проблемами навчання у ВНЗ; мотиваційний компонент, формування чутливості до змін в оточуючому середовищі і разом з тим позитивного мислення, щоб забезпечити змогу конструктивно сприйняти ці зміни.

Важливим елементом для адекватної адаптації до студентського життя є розширення першокурсниками своєї самосвідомості, здатності до самостійного переборення невпевненостей, страхів і тривог, вміння усвідомлено вибирати значення, цінності, смисли, тобто постійно самовдосконалюватись у процесі особистісного саморозвитку.

На основі цього можна зробити висновок, що профілактику складнощів адаптаційного процесу доцільно було б проводити у випускних класах шкіл. Це міг би бути тренінг адаптаційної мобільності, спрямований на підвищення чутливості до змін, установки сприймати нові умови життя без стресу, здатності швидко змінювати свою поведінку

Перспективи подальших досліджень полягають в розробці ефективних засобів підвищення адаптаційних можливостей студентів при вступі та протягом всього навчання у ВНЗ.

Список використаних джерел

1. Алексеева Т.В. Психологичні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01 / Т.В. Алексеева; Київ. нац. ун-т ім. Т.Шевченка. – К., 2004. – 20 с.
2. Калитеевская Е.В. Адаптация и развитие: выбор психотерапевтической стратегии/ Е. Калитеевская // Психологический журнал. – 1995. – т.10. - № 1. – С. 27-33.
3. Кинелев С.В. Адаптация личности как социальное явление/С.В.Кинелев // Психологический журнал. – 1991. – т. 12. – № 4. – С. 41-49
4. Петрова Н.И. Уровень самоактуализации студентов и их социально-психологическая адаптация/Н.И.Петрова // Психологический журнал. – 2003. – т.24 - №3. – С. 116-120.
5. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика // СПб.: прайм-ЕВРО-Знак, 2006. – 242с.
6. Розов В.І. Формування і розвиток механізмів адаптивної психофізіологічної саморегуляції у студентів /В.І.Розов // Проблеми вищої школи. Наук.-метод. зб. – К., 1994. — Вип.. 81. - С. 87-92.
7. Слоботчиков И.М. Переживание одиночества в контексте проблем психологической адаптации студентов психолого-педагогических вузов/ И.М.Слоботчиков // Психологическая наука и образования. – 2005. - №4. – С. 71-77.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Alekseeva T.V. Psihologichni faktori ta proyavi procesu adaptacii studentiv do navchannya u vishchomu navchal'nomu zakladi: Avtoref. dis. kand. psihol. nauk: 19.00.01 / T.V. Alekseeva; Kiiv. nac. un-t im. T.Shevchenka. – K., 2004. – 20 s.
2. Kaliteevskaya E.V. Adaptaciya i razvitie: vybor psihoterapevticheskoj stratngii/ E. Kaliteevskaya // Psihologicheskij zhurnal. – 1995. – t.10. - № 1. – S. 27-33.
3. Kinelev S.V. Adaptaciya lichnosti kak social'noe yavlenie/S.V.Kinelev // Psihologicheskij zhurnal. – 1991. – t. 12. – № 4. – S. 41-49.
4. Petrova N.I. Uroven' samoaktualizacii studentov i ih social'no-psihologicheskaya adaptaciya/N.I.Petrova // Psihologicheskij zhurnal. – 2003. – t.24 - №3. – S. 116-120.
5. Rean A.A., Kudashev A.R., Baranov A.A. Psihologiya adaptacii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika // SPb.: prajm-EVRO-Znak, 2006. – 242 s.
6. Rozov V.I. Formuvannya i rozvitok mekhanizmv adaptivnoї psihofiziologichnoї samoreguljacii u studentiv /V.I.Rozov // Problemi vishchoї shkoli. Nauk.-metod. zb. – K., 1994. – Vip.. 81. - S. 87-92.
7. Slobotchikov I.M. Perezhivanie odinochestva v kontekste problem psihologicheskoy adaptacii studentov psihologo-pedagogicheskikh vuzov/ I.M.Slobotchikov // Psihologicheskaya nauka i obrazovaniya. – 2005. – №4. – S. 71-77.

Volnushkina G.V. Psychosocial features of students' adaptation to study at higher educational institutions. In the article the essence of the mechanism of adaptation reveals social and psychological characteristics of the process, described possible causes maladjustment university students. The results of empirical research of features passing the adaptation process of the students in the first year in high school.

Key words: psychological readiness for learning, motives of choice of profession, adaptation, exclusion, frustration, self-regulation, stress resistance.