

---

## ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ИНОГОРОДНИХ СТУДЕНТОВ К УСЛОВИЯМ СТОЛИЧНОГО МЕГАПОЛИСА

Я.В. Кузьмина

Российский университет дружбы народов  
Подольское ш., 8/5, Москва, Россия, 113093

Представлены эмпирические результаты научного исследования социально-психологических критериев адаптации иногородних студентов I и III курсов экологического факультета РУДН в возрасте от 18 лет до 21 года. В ходе исследования изучались образ жизни студентов и степень воздействия социально-экономических, культурных факторов окружающей среды большого города на состояние учащихся вуза. Показана динамика адаптационного процесса иногородних студентов разных регионов.

**Ключевые слова:** иногородние студенты, социально-психологическая адаптация, экологический факторы, социально-бытовые условия, профессиональная подготовка, мегаполис.

Образование и развитие мегаполисов стало явлением повсеместным, что связано с процессами глобализации. При этом взаимоотношения городских сообществ таких урбанизационных образований усложняются и становятся взаимозависимыми во всех аспектах — экологическом, экономическом, культурном, образовательном. В ходе такого развития возникают комплексные взаимоотношения в системе «человек—среда», которые еще мало изучены. Все это в целом вызывает острую необходимость изучения комплексных факторов большого города, которые воздействуют на популяцию людей.

Город — относительно самостоятельная, сложная, динамическая система, являющаяся социальной общностью с особенностями своего формирования, развития и функционирования, многообразными связями с внешней средой, в которой взаимосвязано проявляются экологические, правовые, социальные, демографические, этнические отношения в жизнедеятельности популяции человека [2].

Миграция населения вызвана поисками не только работы, но и стремлением получить качественное образование. Молодые люди малых городов часто уезжают в большие города, в которых темп жизни и выработанные определенные культурно-социальные нормы диктуют свои требования к человеку, проживающему в этих условиях, вне зависимости от социального, этнического и территориального происхождения. У студентов, поступивших из различных регионов, возникает комплекс проблем социально-психологического плана.

При изучении социально-психологической адаптации важно уделять особое внимание иногородним студентам, поступившим для обучения в Российский университет дружбы народов (РУДН). Это связано с тем, что иногородний студент, пытаясь адаптироваться к ритму огромного города и к комплексу новых экологических и социально-психологических условий, сталкивается со многими трудностями. К ним в первую очередь можно отнести транспортную усталость, нервные перегрузки, новые социально-бытовые условия (новый коллектив, материальные

трудности, отсутствие близких и родных людей). Одним из аспектов, влияющих на процесс адаптации иногородних студентов, также является экологическое состояние территории города: повышенная загрязненность воздуха, качество питьевой воды, почвы, продуктов питания, акустическое воздействие [5].

Каждый из этих факторов может активно воздействовать (часто негативно) на процесс адаптации человека к жизни в мегаполисе и при дезадаптационных процессах может привести к ряду серьезных отклонений в здоровье человека [4].

Особое внимание в изучении адаптационных процессов следует уделять социально-психологической адаптации молодого человека, прибывшего для обучения в столичный университет, что и стало предметом нашего исследования.

Социально-психологическая адаптация — это вхождение человека в систему внутригрупповых отношений и приспособление к этим отношениям, выработка образцов мышления и поведения, которые отражают систему ценностей и норм данной группы, приобретение, закрепление и развитие умений и навыков межличностного общения в этой группе [3].

### **Организация и методы исследования**

В рамках комплексного научного исследования процессов адаптации нами было проведено анкетирование студентов I и III курсов экологического факультета РУДН.

Предложенная анкета — оригинальный авторский опросник, в котором модульно (социально-бытовые условия, образ жизни, заболевания, ценностные ориентиры) были сгруппированы вопросы.

Также в качестве объективного метода нами использовалась психофизиологическое тестирование. В качестве важного критерия оценки адаптационного процесса нами взят такой показатель, как уровень функционального состояния работы сердечно-сосудистой системы, который определялся с помощью вариационной кардиоинтервалометрии (ВКМ) прибора УПФТ «Психофизиолог».

Выборка составила 64 студента (24 юноши, 40 девушек, возраст от 17,3 до 21,4 года). Исследуемая выборка была разделена на три группы:

1) студенты — коренные москвичи, родители которых родились в Москве (контрольная группа);

2) студены, проживающие до поступления в вуз в Москве, но их родители приехали из других регионов; студенты, проживающие в Московской области;

3) студенты, проживающие до поступления в вуз в Центральном, Приволжском, Северо-Кавказском и Сибирском федеральных округах РФ.

В ходе проведенного научного исследования нами был выделен ряд вопросов, которые, на наш взгляд, наиболее ярко отражают сложность и трудность механизма адаптации регионального студента, связанные с местом жительства студента, его занятостью, посещаемостью учебных занятий, временем, которое ежедневно он тратит на дорогу, и самостоятельность принятия решения.

### **Результаты и их обсуждение**

Результаты исследования показали, что 100% студентов первой группы на I и III курсе проживали с родителями либо имели собственное жилье (табл.), 70,7% студентов второй группы также проживали с родителями (табл.).

Анализ полученных результатов анкетных данных по проживанию студентов в Москве (n = 64) (%)

Федеральный округ		Живут с родителями	Живет один (собственник)	Снимают квартиры	Живут в общежитии
Центральный	Москва	97,4	2,6%	—	—
	Московская область	70,7	5,3	24,0	—
	Другие области	12,3	—	12,7	75,0
Приволжский		—	—	7,3	92,7
Северо-Кавказский		—	—	29,7	70,3
Сибирский		—	—	1,7	98,3

Студенты, приехавшие из Центрального Федерального округа (Тульская, Орловская, Курская области), снимали квартиры 12,7% и жили в общежитиях 75,0%; из Приволжского — 29,7% и 70,3%, Северо-Кавказского 29,7% и 70,3%, Сибирского — 1,7 и 8,3 соответственно.

Наличие работы у студентов взаимосвязано с посещением занятий, которое не может не отразиться на качестве подготовки студентов и их успеваемости. Посещаемость занятий у студентов-москвичей составила 98,7%, у студентов, прибывших из исследуемых регионов, — 91,4%. Особенно интересно, что при этом наличие работы выявлено в 25,3% и 28,1% соответственно (рис. 1).

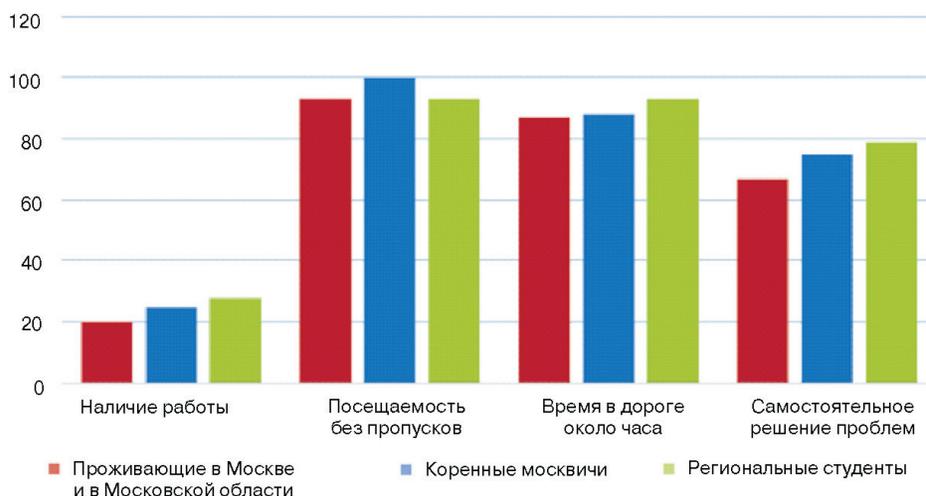


Рис. 1. Критерии процесса адаптации студентов I курса

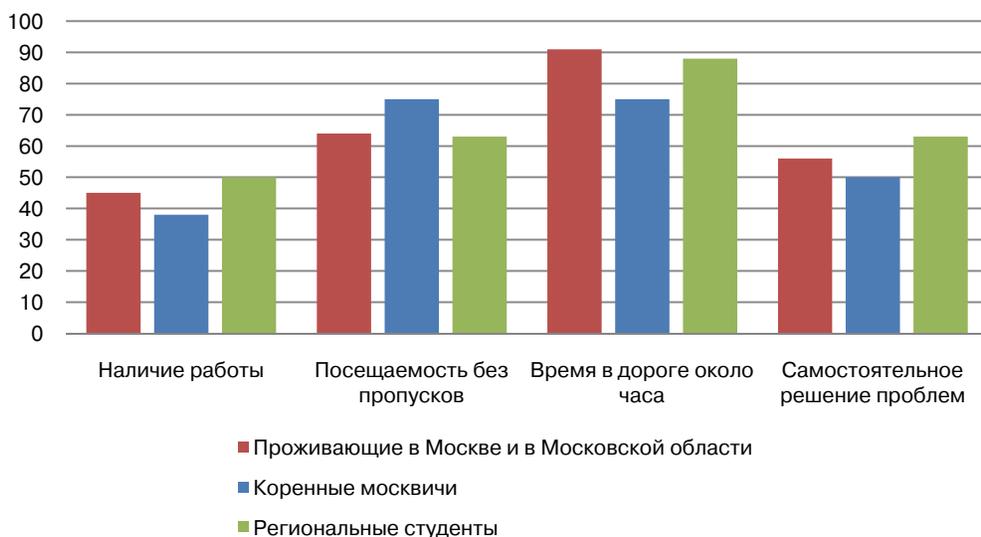
Среди факторов, влияющих на адаптационный процесс, часто оцениваемых студентами негативно, выделяется транспортная усталость. Результаты психофизиологического тестирования показали, что в 86,3% наблюдалось ухудшение работы сердечно-сосудистой системы у иногородних первокурсников. Анкетные данные показали, что 93,3% иногородних студентов-первокурсников добираются до университета около часа.

Данные мониторинга московских служб контроля над состоянием воздушного бассейна г. Москвы показывают частое повышенное содержание поллютантов в ат-

мосферном воздухе, повышенный уровень шумового загрязнения и вибрации, приводящий к постоянным головным болям, повышенной усталости, тревожности и агрессивности иногородних студентов.

Проявление признаков депрессии отмечается в ответах (92,8%) иногородних студентов. Они тоскуют по родителям, близким друзьям и знакомым, которые в проблемной ситуации могли бы поддержать их. Этот момент уже сам по себе является дистрессовым. Хотя это фактор ускоряет процессы социального созревания у иногородних студентов (79,1%), которые стараются решать возникшие проблемы самостоятельно.

Среди студентов III курса можно отметить рост числа студентов, которые занимаются подработкой, процент которых составит 50,7% (рис. 2) иногородних студентов и 38,2% у москвичей. Безусловно, это отражается (в сравнении с I курсом) на посещаемости занятий, которая снизилась (63,4% и 75,1% соответственно). Данная тенденция является отрицательной в процессе обучения студентов.



**Рис. 2.** Критерии процесса адаптации студентов третьего курса

Также как у первокурсников, большая часть третьекурсников тратят на дорогу около часа (88,3% иногородних студентов и 75,8% студентов-москвичей). Анализ анкетных данных показал, что проблемы социально-бытового плана стоят не так уж остро. У многих иногородних студентов (70,9%) процесс социально-психологической адаптации прошел успешно. Они освоились (88,9%), наладили социально-бытовую среду (79,8%), у них появились новые друзья и знакомые (77,5%), которые стали помогать в решении каких-либо проблем (54,8%). Таким образом, иногородние студенты III курса становятся психологически и социально устойчивыми.

\*\*\*

Для преодоления трудностей, связанных с привыканием к новому месту обучения, студенту необходимо поменять установки на характер обучения (мотивация), забыть стереотипы школьного поведения, обучения и жизни в небольшом

городе, а также чаще обращаться за помощью в решении разных вопросов к руководителям, преподавателям и кураторам групп.

От успешности адаптации студента к образовательной среде вуза во многом зависит дальнейшая профессиональная карьера и личностное развитие будущего специалиста, так как дезадаптационные процессы являются началом многих заболеваний взрослого населения, которые закладываются в детско-подростковом и юношеском возрасте [1].

С целью повышения адаптивных свойств и устойчивости психики, а также для оптимизации учебного процесса и подготовки полноценных специалистов на протяжении всего процесса обучения целесообразно регулярно проводить психологическую диагностику, выявлять функциональное состояние иногородних студентов и проводить профилактическую коррекцию выявленных нарушений.

Таким образом, изучение адаптации студенческой молодежи в новой социокультурной среде является важным и практико-ориентированным направлением образовательного процесса. Важным моментом изучения остаются такие стороны адаптиогенеза, как скорость протекания отдельных видов адаптации (экологической, физиологической, психосоциальной) в зависимости от типа личности, взаимовлияние различных видов адаптации; формирование различных моделей адаптации; управление адаптивным процессом.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

- [1] *Артюнина Г.П., Игнаткова С.А.* Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учеб. пособие для высшей школы. — 3-е изд. — М.: Академический проект, 2009.
- [2] *Архипов А.И.* Экономическая безопасность: оценки, проблемы, способы достижения // Вопросы экономики. — 1994. — С. 39—43.
- [3] *Березин Ф.Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека. — Л.: Наука, 1988.
- [4] *Болотов Б.В.* Здоровье человека в нездоровом мире. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2009.
- [5] *Витенберг Е.В.* Социально-психологические факторы адаптации к социальным и культурным изменениям. — СПб., 1994.

### **FEATURES OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION NONRESIDENT STUDENTS TO CONDITIONS OF THE CAPITAL MEGALOPOLIS**

**Ya.V. Kuzmina**

The Peoples' Friendship University of Russia  
*Podolskoe shosse, 8/5, Moscow, Russia, 113093*

In article empirical results of scientific research of social and psychological criteria of adaptation of nonresident students of I and III courses of Ecological Faculty of PFUR at the age from 18—21 are presented. During research the way of life of students and extent of influence of social and economic, cultural factors and environment of the big city on a condition of higher education institution were studied. Dynamics of adaptable process of nonresident students of different regions is shown.

**Key words:** nonresident students, social and psychological adaptation, ecological factors, social conditions, vocational training, megalopolis.