

ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ В ВУЗЕ

**Алексеев Сергей
Дмитриевич студент 2
курса ФП-15 ФТИ СВФУ**

Адаптация

биофизиологическая
непосредственная

социально-психологическая

НО
психологически

психофизиологическая

ассимиляция

Стадии адаптации личности студента-первокурсника по мнению Е. В. Осипчуковой

- начальная ступень
- стадия терпимости
- аккомодация

Тест самооценки психических состояний Айзенка

- **НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА**

- Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

- **Интерпретация результатов теста**

I. Тревожность:

- 0-7 баллов – тревожность отсутствует;
- 8-14 баллов – тревожность средняя, допустимого уровня;
- 15-20 баллов – высокая тревожность.

II. Фрустрация:

- 0-7 баллов – имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей;
- 8-14 баллов – средний уровень, фрустрация имеет место;
- 15-20 баллов – у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. Агрессивность:

- 0-7 баллов – вы спокойны, выдержаны;
- 8-14 баллов – средний уровень агрессивности;
- 15-20 баллов – вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. Ригидность:

- 0-7 баллов – ригидности нет, легкая переключаемость;
- 8-14 баллов – средний уровень;
- 15-20 баллов – сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Тест самооценки психических состояний Айзенка

тестируемые	I курс				II курс			
Порядковые номера результатов	1	2	3	4	1	2	3	4
1	11	8	11	12	10	8	10	13
2	7	8	13	12	9	6	6	8
3	10	8	14	14	13	7	13	12
4	9	9	8	11	9	7	6	11
5	12	8	4	11	9	11	9	10
6	8	10	4	14	12	9	8	9
7	16	13	9	14	12	12	7	13
8	13	11	12	13	14	9	16	17

Выводы:

- Понятие «адаптация» - это процесс взаимодействия личности и социальной среды, процесс активного приспособления личности к изменившейся среде, освоения относительно стабильных условий среды, как перестройка профессиональной деятельности в соответствии с новыми условиями.
- Все виды адаптации довольно тесно связаны между собой. Невозможно проходить адаптацию в чем-то по отдельности.
- Адаптация это процесс ,во-первых,непрерывный, так как не прекращается ни на один день, а во вторых,колебательный,поскольку даже в течение одного дня происходит переключение в самые разные сферы:деятельность,общение, самосознание.