УДК 378.14:316.6

# ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ ПЕРВОКУРСНИКОВ ИЗ РАЙОНА КОНТРТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ ОПЕРАЦИИ

**А. С. Силаков, А. Н. Князева**

***Курский государственный университет***

Поступила в редакцию 1 октября 2025 г.

**Аннотация:** *в статье представлены результаты исследования особенностей адаптации к обучению в вузе курских первокурсников в сравнении с их сверстниками из Москвы и Самары. Рассмотрены основные факторы, затрудняющие процесс адаптации, в том числе для студентов, проживающих в зоне контртеррористической операции. Обнаружены значимые отличия показателей адаптивности групп обучающихся из вузов разных регионов, причем уровень адаптивности курских первокурсников выше, а ригидности – ниже, чем у московских и самарских студентов.*
**Ключевые слова:** *адаптация, адаптивность, адаптированность, обучение в вузе, первокурсник, контртеррористическая операция.*

**Abstract:** *the article presents the results of a study of the peculiarities of adaptation to university education of Kursk first-year students in comparison with their peers from Moscow and Samara. The main factors that complicate the adaptation process, including for students living in the area of the counterterrorist operation, are considered. Significant differences were found in the adaptability indicators of groups of students from universities in different regions, with the level of adaptability of first-year students in Kursk being higher and rigidity being lower than that of students from Moscow and Samara.*
**Key words:** *adaptation, adaptability, adjustment, university studies, first-year student, counter-terrorism operation.*

Частота изменений в политической, социальной, экономической и культурной сферах общества постоянно возрастает, что требует от населения оперативной адаптации к новым условиям, особенно если нет возможности их избежать. Это бывает непросто сделать, но одновременно открывает широкие возможности для саморазвития, обогащая жизненный опыт, способствуя интеллектуальному и личностному росту.

В психологии, педагогике, физиологии и других науках адаптация рассматривается как сложный и многоаспектный процесс, связанный с активным приспособлением человека к новым условиям в новой среде. Исследователи в области психологии и педагогики стремятся детально изучить механизмы адаптации личности в ходе социализации и профессионального развития, ее воздействие на поведенческие модели в образовательном процессе.

Введенный Г. Аубертом (1865) в научный оборот термин «адаптация» (от позднелатинского *adaptatio* – прилаживание, приспособление) за прошедшие полтора века стал активно использоваться не только в биологии, но и в ряде естественных и гуманитарных наук [1]. Сегодня проблема адаптации привлекает внимание ученых разных специализаций, что подтверждается многочисленными теоретическими и практическими изысканиями.

Согласно определению из Большого психологического словаря, адаптация понимается как процесс приспособления к меняющимся как внешним, так и внутренним условиям. При этом она часто подразделяется на биологический и психологический аспекты [2].

З. Фрейд раскрыл содержание процесса адаптации в рамках психоаналитического подхода как рождающегося из изначального конфликта между личностью и обществом. «Я» оказывается в положении хрупкого буфера, вынужденного вести постоянную борьбу на три фронта: обуздывать «слепые страсти» «Оно», соответствовать требованиям «Сверх-Я» и одновременно адекватно отражать объективные вызовы внешней реальности. Таким образом, в психоанализе человеческое существование предстает как перманентное

© Силаков А. С., Князева А. Н., 2025

усилие по достижению хрупкого и динамического равновесия между этими разнонаправленными силами [3].

Е. В. Андриенко интерпретирует адаптацию не как пассивное приспособление, а как имманентное измерение социализации, разворачивающееся в диалектическом единстве двух противоположных векторов – индивидуализации и интеграции. Индивидуализация – это не просто обособление, а экзистенциальный импульс личности к самоактуализации, движущей силой которого является фундаментальная потребность в утверждении собственной уникальности и самовыражения. Интеграция же представляет собой внешний процесс, направленный не на нивелирование индивидуальности, а на поиск и установление консенсуса между личностью и социумом, результатом которого становится состояние конструктивного равновесия и взаимопринятия [4].

В своем исследовании мы опираемся на определение Д. Н. Дубровина: психологическая адаптация личности представляет собой процесс трансформации внешних социальных условий и жизненных обстоятельств в индивидуальные, эффективные и качественные способы ее организации [5].

Исходя из сказанного, адаптация – сложный процесс активного приспособления личности к изменяющимися условиям среды, изучаемый в психологии, социологии, педагогике и других науках. Анализ различных подходов психологии (психоанализа, бихевиоризма, гуманистической психологии и др.) показывает, что адаптация включает и внутренние механизмы психики, и внешние социальные взаимодействия. Ключевыми аспектами являются этапность процесса (от напряжения до стабилизации) и способность личности преобразовывать внешние условия в эффективные стратегии поведения.

Базовым условием успешной социализации выступает способность личности к метаморфозам – обретение психологической пластичности и выработка автономных стратегий жизни. Наглядной иллюстрацией является критически важный этап профессионального самоопределения, когда молодой человек совершает переход в пространство высшего образования. В этом контексте центральным элементом становления будущего специалиста является не столько усвоение суммы знаний, сколько формирование особого личностного модуса, характеризующегося резистентностью к неопределенности. Фундаментальным фактором продуктивного саморазвития оказывается способность к трансформации вызовов и новых трудностей в «трамплин» для психологического роста. Именно через это непрерывное взаимодействие с изменчивыми обстоятельствами – не пассивное приспособление, а активный, осмысленный поиск аутентичного модуса существования – человек обретает и отстаивает свою экзистенциальную и профессиональную нишу [6]. В психологии способности и возможности личности адаптироваться к меняющимся условиям жизни и деятельности называют адаптивностью, или адаптационным потенциалом. Адаптивность следует отличать от адаптированности, которую принято трактовать как некий результат процесса адаптации, достигнутое состояние приспособленности к изменившейся среде, условиям, требованиям, образу жизни и пр.

Проблематика адаптации первокурсников к системе высшего образования сохраняет свою актуальность в нашей стране многие десятилетия. Ее изучали Л. И. Божович, Л. С. Выготский, В. Н. Дружинин, А. В. Карпов, В. И. Ковалев, В. Т. Лисовский, А. В. Мудрик, Ю. П. Поваренков и др.

Студенчество представляет собой сообщество молодых людей, объединенных общим возрастом (как правило, от 16 до 23 лет), ведущей для этого возраста учебно-профессиональной деятельностью, уровнем образования. Эта социальная группа молодежи отличается от других специфическими чертами. К ним можно отнести организацию жизни, сосредоточение в крупных университетских центрах, особый образ жизни в вузе, студенческой группе и общежитии, относительную свободу в выборе деятельности как в учебное, так и в свободное от учебы время. Главная особенность студенчества как социальной группы состоит в его основной функции, заключающейся в подготовке к профессиональной деятельности через образовательный процесс. Помимо этого студенчество – это значимый этап в жизни, на котором происходит формирование профессиональных компетенций [7].

Вузы активно работают над обеспечением для студентов необходимых условий и ресурсов для успешной адаптации на первом курсе: тренинги, семинары, консультации по управлению временем, обучению самоорганизации и развитию навыков коммуникации и др. [8]. Первый курс – это стартовая точка в учебной и профессиональной жизни студента. Он решает множество задач, связанных с выбором профессии, установлением социальных и межличностных связей и др. Осмысление и решение проблем, с которыми сталкиваются первокурсники, открывает путь к успеху и благополучию.

Адаптация студентов к вузу – сложный процесс, включающий профессиональное, социаль-

ное и психологическое приспособление. Первокурсники сталкиваются с такими трудностями, как новый учебный режим, недостаток навыков самостоятельной работы, необходимость выстраивать отношения с окружающими и привыкать к самостоятельной жизни (последнее особенно значимо для иногородних студентов). Эти трудности часто вызывают стресс и могут привести к снижению успеваемости. Успешная адаптация критически важна для профессионального становления, что требует системной поддержки со стороны вуза, включая психолого-педагогическое сопровождение студентов на начальном этапе обучения [9].

В современных условиях проблема адаптации первокурсников к системе высшего образования и освоения новой социальной роли обретает особую остроту в контексте проживания на территориях, где действует режим контртеррористической операции (КТО). Возникающие экстремальные обстоятельства служат катализатором как глубоких личностных кризисов, так и социальной напряженности. Психоэмоциональное благополучие обучающихся в данной ситуации детерминировано сложным взаимодействием индивидуально-личностных характеристик, исходного уровня тревожности и доминирующего информационного поля. При этом ключевым фактором, коренным образом трансформирующим сам процесс адаптации, является влияние специальной военной операции (СВО), которая задает принципиально иной, повышенный фон требований к психологическим ресурсам личности.

Адаптационный процесс у студентов-первокурсников из приграничных регионов, находящихся в условиях СВО и КТО, характеризуется комплексом взаимосвязанных проблем. Ключевые из них структурируются по следующим направлениям.

1. Социально-психологическое: обостренное переживание сепарации в связи с уходом из сложившегося школьного коллектива, что усугубляет чувство изоляции в новой среде.

2. Мотивационное: неустойчивость профессионального выбора, где доминирует внешний критерий (наличие бюджетного места) в ущерб внутренней мотивации и интересу к будущей деятельности.

3. Регуляторное: сниженный уровень саморегуляции, проявляющийся в психоэмоциональной лабильности и неспособности к эффективному тайм-менеджменту и распределению ресурсов.

4. Когнитивно-академическое: дефицит базовых компетенций для самостоятельной учебной деятельности в вузе, включая навыки работы с информацией (конспектирование, анализ источников учебной информации).

Дополнительным дестабилизирующим фактором выступает хронический стресс, обусловленный непосредственной близостью к зоне военного конфликта. У студентов из приграничных районов Курской области это выражается в стойком негативном психоэмоциональном фоне и повышенной аффективной реактивности, включая вспышки агрессии, что создает значительные барьеры для интеграции в академическую среду.

С февраля 2022 года Курская область, будучи приграничным регионом, подвергается систематическому негативному воздействию в условиях СВО, что выражается в регулярных обстрелах, объявлениях тревог и перемещении военной техники. Введение с августа 2024 года режима контртеррористической операции дополнительно усугубило и без того сложную оперативную обстановку. В связи с этим приобретает особую теоретическую и практическую значимость исследование специфики адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе в условиях приграничного региона. Центральными представляются вопросы о том, каким образом осуществляется их психологическая и академическая адаптация, а также с какими конкретно психоэмоциональными вызовами и дезадаптивными проявлениями они сталкиваются под воздействием хронической стрессовой нагрузки.

Целью нашего эмпирического исследования было изучение особенностей адаптации студентов 1 курса из района КТО к обучению в вузе.

Объект исследования – студенты 1 курса, проживающие в районе осуществления КТО. Предмет исследования – особенности адаптации студентов к обучению в вузе, связанные с их проживанием в районе КТО.

Гипотеза исследования состояла в предположении о том, что уровень социально-психологической адаптивности студентов-первокурсников, проживающих в районе проведения КТО, существенно отличается от уровня, которым обладают сверстники из регионов с более стабильной социально-политической обстановкой.

Методический блок исследования включал: интервью, тест «Самооценка психологической адаптивности» Н. П. Фетискина, В. В. Козлова, Г. М. Мануйлова; методику диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка; «Шкалу самооценки уровня тревожности» Ч. Д. Спилбергера – Ю. Л. Ханина. Для сопоставления полученных данных применялись U-критерий Манна – Уитни и коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Базой исследования явились ФГБОУ ВО «Курский государственный университет» (КГУ, Курск), ФГБОУ ВО «Российский государственный университет имени А. Н. Косыгина» (РГУ имени А. Н. Косыгина, Москва), Социально-гуманитарный институт (СГИ, Самара), Самарский филиал ФГБОУ ВО «Московский городской педагогический университет» (СФ МГПУ, Самара). Выборку составили 114 первокурсников (возраст 17–20 лет) из трех регионов страны. Первую группу образовал 51 студент из КГУ, т.е. первокурсники, проживающие в зоне КТО – в г. Курске. Во вторую группу вошли 63 студента из территорий, где КТО не ведется. Из них 29 респондентов из РГУ имени А. Н. Косыгина (Москва), 9 респондентов из СГИ (Самара) и 25 из СФ МГПУ (Самара). Мы объединили московских и самарских студентов в общую группу, поскольку они продемонстрировали близкие психологические показатели. Исследование было проведено в 2024/25 учебном году.

Обратимся к результатам, полученным в ходе исследования.

Как показали данные интервью, у первокурсников из Курской, Московской и Самарской областей, несмотря на региональные различия, общие тенденции в социально-психологической адаптации к вузу схожи. Большинство во всех трех регионах положительно оценили первый семестр, отметив интересные учебные дисциплины, доброжелательную атмосферу в вузе и комфортные условия обучения. Часть студентов, независимо от региона, столкнулась с такими трудностями, как высокая учебная нагрузка, стресс перед экзаменами и сложности в организации учебного процесса. Тем не менее во всех трех регионах большинство опрошенных заявили, что не испытывали значительных сложностей в ходе адаптации: в Курске таких первокурсников было 76 %, в Москве 70 % и в Самаре – 60 %.

Общение с однокурсниками большинство студентов во всех трех регионах оценили как комфортное. Лишь небольшая доля респондентов испытывала дискомфорт из-за отсутствия близких дружеских связей или личностных особенностей, таких, к примеру, как застенчивость.

Уровень переживаемого стресса оказался распределен неравномерно: в Курске и в Самаре примерно половина студентов отметили наличие негативных переживаний, связанных с учебой и внешними обстоятельствами, в Москве таких было 40 %. Основными причинами стресса, по мнению первокурсников, стали: подготовка к сессии, личные проблемы и в отдельных случаях – внешние факторы, такие как ракетная опасность в Курске.

Результаты исследования по методике «Самооценка психологической адаптивности» показали, что в Курской области 49 % студентов, по их мнению, хорошо адаптированы, в то время как 33 % испытывают определенные трудности в адаптации. У московских первокурсников ситуация выглядит несколько иначе: 51 % студентов считают, что успешно адаптированы, но при этом такое же число, по их собственному признанию, нуждается в помощи. Особое внимание вызывает тот факт, что 6 % молодых людей находятся в зоне критического риска. В Самаре ситуация следующая: 37 % студентов считают себя хорошо приспособленными к вузовской среде, а 57 % сталкиваются с трудностями. При этом 28 % находятся в группе риска дезадаптации.

Результаты исследования по шкале тревожности Ч. Д. Спилбергера – Ю. Л. Ханина выявили следующие особенности эмоционального состояния студентов 1 курса в разных регионах. В Курской области 25 % студентов демонстрируют высокий уровень ситуативной тревожности, что свидетельствует о переживании острого стресса, в то время как у 49 % ситуативная тревожность находится на среднем уровне. При этом личностная тревожность повышена у 43 % обучающихся. Это означает, что почти половина студентов в регионе, где проводится КТО, склонна к хронической тревожности как личностной особенности.

Интересно, что в Москве ситуация выглядит схожим образом: высокий уровень ситуативной тревожности наблюдается у 24 % первокурсников, тогда как 65 % демонстрируют средний уровень, что является типичным в период адаптации. Однако личностная тревожность остается серьезной проблемой: 45 % студентов 1 курса московского вуза имеют устойчиво повышенный уровень тревожности. В Самаре 23 % студентов испытывают высокую ситуативную тревожность, у 41 % она находится на среднем уровне. Личностная тревожность также остается достаточно распространенной: 41 % обучающихся на 1 курсе склонны к хронической тревоге.

Применение методики Г. Айзенка показало, что в Курске 49 % первокурсников устойчивы к стрессу, но 10 % имеют низкую стрессоустойчивость. 57 % проявляют умеренную поведенческую гибкость, тогда как 4 % отличаются ригидным поведением в условиях стресса. Около 10 % нуждаются в психологической поддержке. В Москве 62 % первокурсников хорошо справляются со стрессом, но 4 % переживают высокий уровень стресса. 55 % демонстрируют среднюю гибкость, при этом 14 % ригидны в поведении. Психологическая помощь требуется 14 % студентов. В Самаре

59 % устойчивы к стрессу, 9 % – уязвимы. 62 % обладают средней поведенческой гибкостью, 6 % проявляют ригидность в поведении.

Для проверки связи адаптивности первокурсников с указанными выше психологическими особенностями был проведен статистический анализ с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Выявлены статистически значимые связи у курских первокурсников. В частности, личностная тревожность демонстрирует сильную отрицательную корреляцию с адаптивностью ($r_s = –0,51$ при $p < 0,01$), что указывает на то, что чем выше тревожность, тем ниже уровень адаптивности. По всей видимости, хронический стресс, приводящий к формированию выраженной личностной тревожности, оказывает существенное негативное воздействие на способность успешно адаптироваться к образовательной среде вуза. Прямая отрицательная связь выявлена также между адаптивностью и фрустрированностью ($r_s = –0,40$ при $p < 0,01$). В то же время отсутствует статистически значимая связь между адаптивностью к вузу и агрессивностью ($r_s = –0,18$ при $p < 0,05$). Иными словами, для адаптационных процессов, протекающих у первокурсников, уровень их агрессивности безразличен. Полученные результаты подтверждают, на наш взгляд, ключевую роль тревожности и фрустрированности в процессе адаптации к вузу курских первокурсников в условиях КТО.

Сравнение психологических показателей первой группы первокурсников (курских, проживающих в приграничье, сопредельном с регионами боестолкновений, и находящихся в условиях КТО) со второй группой студентов 1 курса (московских и самарских, проживающих вне зоны КТО) по U-критерию Манна – Уитни выявило существенные различия, статистически значимые при $p < 0,05$. Уровень адаптивности у курских первокурсников достоверно выше, чем в двух других городах, относящихся к «стабильным» регионам. В Курске ее усредненный показатель равен 5,45, тогда как в Москве он оказался равен 4,38 и в Самаре – 4,74. Данный факт подтвержден посредством U-критерия Манна – Уитни: его значение $p = 0,019$ при $p < 0,05$.

Курские студенты продемонстрировали статистически значимо более низкий уровень ригидности, чем их сверстники их «стабильных» регионов. У первых ее усредненный показатель равен 8,55, а у московский и самарских студентов – 9,71. Различия подтверждены с помощью U-критерия Манна – Уитни: его значение $p = 0,059$ при $p < 0,05$. Считаем, что выявленный факт свидетельствует, с одной стороны, о лучшей поведенческой гибкости в нестабильных условиях, провоцирующих стресс у первокурсников из приграничного региона с режимом КТО, с другой, – о том, что, несмотря на формально стабильную обстановку, Москва, являясь столичным мегаполисом, может представлять собой более стрессогенную среду для первокурсников, чем такой областной центр, как Курск. Одновременно у студентов 1 курса из Москвы и Самары уровень агрессивности оказался достоверно выше, нежели у курских студентов (усредненный показатель у первых 8,76, у вторых – 8,09). Возможно, достаточно высокий уровень агрессивности у первокурсников из мегаполисов служит защитной реакцией на переживаемый стресс. При этом заметим, что показатели личностной тревожности и фрустрированности не обнаружили значимых межрегиональных различий. По нашему мнению, это указывает на схожесть влияния на студентов новых условий обучения, независимо от местных особенностей.

Итак, наше исследование подтвердило гипотезу о различиях в уровне адаптивности к обучению в вузе у студентов 1 курса из региона КТО (Курск) и «стабильных» регионов (Москва, Самара), но с неожиданными результатами. Уровень адаптивности курских первокурсников оказался заметно выше, чем у московских и самарских студентов, как и поведенческой гибкости (различия значимы при $p < 0,05$). Причем в Курске выявлена прямая отрицательная связь адаптивности с личностной тревожностью и фрустрированностью. Остальные психологические показатели не различаются между регионами (при $p > 0,05$), что подчеркивает особую роль адаптивности как ключевого маркера региональной специфики.

Предполагаем, что полученные результаты могут быть связаны как с компенсаторными механизмами, актуализированными у курских студентов (к ним отнесем социальную сплоченность всего населения, в том числе молодежи, в условиях КТО, поддержку вуза, активное использование адаптивных стратегий), так и со скрытыми стресс-факторами в «стабильных» регионах (так называемый мегаполисный стресс, более низкий уровень социальной сплоченности населения мегаполисов, высокая учебная нагрузка и др.).

Наши выводы могут показаться несколько парадоксальными. Экстремальные факторы, связанные с вторжением ВСУ в Курскую область в августе 2024 года и введением режима КТО, не только не оказали заметного негативного влияния на процесс адаптации первокурсников к вузу в сложившихся условиях, но и, возможно, привели к активизации защитных механизмов, обеспечивших большую ее эффективность. Это особен-

но заметно при сравнении уровня адаптивности студентов-курян со сверстниками из более спокойных регионов. Первые демонстрируют более развитые способности приспосабливаться к вузу в экстремальных жизненных обстоятельствах.

Результаты исследования не только подтвердили выдвинутую гипотезу, но и обозначили новые направления в изучении механизмов адаптации первокурсников к обучению в вузе в различных социально-психологических условиях. В качестве перспективы дальнейших исследований нам видится увеличение объема выборки первокурсников, расширение ее географии как за счет других приграничных территорий (Белгород, Брянск), так и иных «стабильных» регионов страны, сравнительный анализ особенностей адаптации первокурсников к вузу из мегаполисов и не столь крупных городов, учет ряда дополнительных переменных: экономических факторов, социальной поддержки, психологического сопровождения в вузе, особенностей образовательной среды и др.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Гудвин Дж.* Исследование в психологии: методы и планирование / Дж. Гудвин. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 557 с.

2. Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Москва ; Санкт-Петербург : АСТ : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с.

3. *Лейбин В. М.* Словарь-справочник по психоанализу / В. М. Лейбин. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 688 с.

4. *Андриенко Е. В.* Социальная психология / Е. В. Андриенко. – Москва : Academia, 2000. – 264 с.

5. *Дубровин Д. Н.* Психологическая адаптация как фактор личностного самоопределения в старшем подростковом возрасте / Д. Н. Дубровин // Мир психологии. – 2007. – № 4(52). – С. 64–75.

6. *Колосов Е. В.* Психологическая служба вуза: теория и практика / Е. В. Колосов, В. Н. Бобылев, В. А. Кручинин // Высшее образование в России. – 2007. – № 3. – С. 10–13.

7. *Елгина Л. С.* Социальная адаптация студентов в вузе / Л. С. Елгина // Вестник Бурятского госуниверситета. – 2010. – № 5. – С. 162–166.

8. *Капиева К. Р.* Проблема организации психолого-педагогического сопровождения адаптации студентов-первокурсников в образовательном пространстве вуза / К. Р. Капиева, А. В. Качалова, А. А. Костенко // Национальное здоровье. – 2022. – № 2. – С. 32–36.

9. Socio-psychological adaptation of first-year university students / S. I. Tarasova, T. N. Dukhina, O. O. Limonova [et al.] // Espacios. – 2017. – Vol. 38, № 56. – P. 35.

*Курский государственный университет*
*Силаков А. С. – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии*
*E-mail: alssil@mail.ru*

*Князева А. Н. – магистрант направления «Психология»*
*E-mail: alinkakn2004@gmail.com*

*Kursk State University*
*Silakov A. S. – PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of Psychology Department*
*E-mail: alssil@mail.ru*

*Knyazeva A. N. – Master's Student in Psychology*
*E-mail: alinkakn2004@gmail.com*