

*Климов Владимир Михайлович*

*Заведующий кафедрой физической культуры и спорта, Новосибирский государственный технический университет, klvl77@yandex.ru., Новосибирск*

*Айзман Роман Иделевич*

*Доктор биологических наук, профессор, Новосибирский государственный педагогический университет, roman.aizman@mail.ru, Новосибирск*

## **ОЦЕНКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ 1–2-ГО КУРСОВ ТЕХНИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

*Аннотация.* В статье представлены результаты исследования социально-психологической адаптации и психоэмоционального состояния студентов первого и второго курсов технического университета с использованием методик «Оценка социально-психологической адаптации» (по А. К. Осницкому), «Самооценка психических состояний» (по Г. Айзенку), «Оценка уровня реактивной и личностной тревожности» (по Ч. Д. Спилбергу, Ю. Л. Ханину), «Диагностика состояния агрессии» (по Басса-Дарки), «Определение уровня стрессоустойчивости». Установлено, что адаптационный потенциал и психическое состояние студентов обоих курсов находятся на оптимальном уровне. Обнаружены гендерные различия, выраженные в более высоком уровне адаптивности, доминирования, стрессоустойчивости, а также низкой тревожности и фрустрации у юношей. Выявлена сильная корреляционная взаимосвязь показателей психоэмоционального состояния студентов с уровнем их социальной адаптации.

*Ключевые слова:* социально-психологическая адаптация, психоэмоциональное состояние, студенты, корреляционный анализ.

**Введение.** Сложный образовательный процесс в современных условиях обучения в вузе нередко вызывает напряжение психоэмоционального состояния студентов в связи с различными проблемами социально-бытового, эмоционального, когнитивного характера (значительная информационная загруженность, умственные нагрузки при подготовке и сдаче экзаменов, часто низкая двигательная активность, низкий уровень социальной защищенности, личные проблемы и т. д.), которые становятся стрессовыми факторами и могут привести к снижению их социально-психологической адаптации и эффективности обучения [7; 8; 11; 14].

Максимальные трудности испытывают студенты первого курса, поскольку происходит изменение их социального статуса, переход к самостоятельной деятельности, установление новых межличностных отношений в группе. Уже ко второму курсу обучения, когда завершаются процессы адаптации к вузу и новым социальным условиям функционирования, появляются другие задачи, связанные с определением дальнейшего профессионального пути, оценки соответствия выбранного профиля обучения и реальности, стабилизацией своего статуса [9].

В этой связи актуальным становится сопоставление показателей социально-психологической адаптации и психоэмоционального состояния студентов первого и второго курсов.

*Цель работы:* оценить взаимосвязь психоэмоционального состояния и социально-психологической адаптации девушек и юношей первого и второго курсов технического университета.

**Методы.** В исследовании принимали участие студенты 17–18 лет: 257 девушек (124 – 1-й курс, 133 – 2-й курс) и 276 юношей (132 – 1-й курс, 144 – 2-й курс) Новосибирского государственного технического университета (НГТУ).

Исследование проводилось в октябре – ноябре в 2015 г. и 2016 г. в первой половине дня (с 10 до 13 часов) с целью исключения воздействия мощного стрессового фактора – экзаменационной сессии [5] и периода острой адаптации после летних каникул [4].

Оценку показателей психического состояния проводили с использованием компьютерных программ [1; 10], которые включали следующие методики: «Оценка социально-психологической адаптации» (по А. К. Осницкому), «Самооценка психи-

ческих состояний» (по Г. Айзенку), «Оценка уровня реактивной и личностной тревожности» (по Ч. Д. Спилбергу, Ю. Л. Ханину), «Диагностика состояния агрессии» (по Басса-Дарки), «Определение уровня стессоустойчивости».

Статистическую обработку полученных данных проводили с использованием пакета программ Statistica 6.0, достоверность различий показателей между выборками оценивали по t-критерию Стьюдента для независимых выборок (при  $p < 0,05$ ). Корреляционный анализ между показателями, характеризующими психоэмоциональное состояние и уровень адаптации, проведен

с использованием г-критерия Спирмена.

**Результаты и их обсуждение.** Анализ показателей социально-психологической адаптации студентов показал, что имеются гендерные различия, особенно выраженные на первом курсе (табл. 1). У юношей практически все параметры, отражающие уровень адаптации, самопринятия, эмоционального комфорта, внутреннего контроля и стремления к доминированию достоверно выше, чем у сокурсниц. На втором курсе эти различия менее выражены, поскольку юноши показали меньшие средние значения описанных параметров, а результаты девушек остались на одном уровне.

Таблица 1

Показатели социально-психологической адаптации студентов (по А. К. Осницкому), ( $M \pm m$ )

| Показатели, в баллах           | Девушки     |             | Юноши        |              | Нормы  |
|--------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------|
|                                | 1-й курс    | 2-й курс    | 1-й курс     | 2-й курс     |        |
| Адаптивность                   | 143,2 ± 1,8 | 144,4 ± 1,6 | 148,1 ± 1,9  | 140,2 ± 2,3* | 68–136 |
| Дезадаптивность                | 83,7 ± 3,2  | 85,9 ± 2,6  | 67,0 ± 2,5●  | 74,9 ± 2,6*● | 68–136 |
| Лживость                       | 26,7 ± 0,7  | 25,8 ± 0,6  | 29,6 ± 0,6●  | 28,4 ± 0,6●  | 18–36  |
| Принятие себя                  | 45,6 ± 0,7  | 46,7 ± 0,6  | 46,8 ± 0,7   | 45,1 ± 0,8   | 22–42  |
| Непринятие себя                | 14,7 ± 0,7  | 15,4 ± 0,6  | 11,4 ± 0,6●  | 13,8 ± 0,6*● | 14–28  |
| Принятие других                | 25,4 ± 0,5  | 24,9 ± 0,4  | 26,1 ± 0,4   | 25,2 ± 0,5   | 12–24  |
| Непринятие других              | 15,9 ± 0,7  | 16,9 ± 0,6  | 14,0 ± 0,6●  | 16,1 ± 0,6*  | 14–28  |
| Эмоциональный комфорт          | 25,8 ± 0,5  | 25,6 ± 0,5  | 26,7 ± 0,5   | 25,2 ± 0,6   | 14–28  |
| Эмоциональный дискомфорт       | 17,1 ± 0,9  | 18,3 ± 0,7  | 12,6 ± 0,7●  | 15,2 ± 0,8*● | 14–28  |
| Внутренний контроль            | 57,4 ± 0,6  | 58,4 ± 0,7  | 57,7 ± 0,8   | 56,5 ± 0,8   | 26–52  |
| Внешний контроль               | 22,1 ± 1,0  | 23,4 ± 0,8  | 16,9 ± 0,8●  | 18,6 ± 0,8●  | 18–36  |
| Доминирование                  | 10,5 ± 0,3  | 10,9 ± 0,3  | 11,4 ± 0,5   | 10,8 ± 0,3   | 6–12   |
| Ведомость                      | 13,7 ± 0,5  | 13,6 ± 0,5  | 11,4 ± 0,4●  | 11,6 ± 0,5●  | 12–24  |
| Эскапизм                       | 14,3 ± 0,5  | 13,5 ± 0,4  | 12,7 ± 0,4   | 12,6 ± 0,4   | 10–20  |
| Интегральный уровень адаптации | 3,71 ± 0,06 | 3,60 ± 0,05 | 4,00 ± 0,05● | 3,8 ± 0,05*● | 3      |
| Интегральные показатели, в %   |             |             |              |              |        |
| Адаптация                      | 64,3 ± 1,1  | 63,4 ± 0,9  | 69,4 ± 0,9●  | 65,8 ± 1,0*  | 40–60  |
| Самопринятие                   | 76,1 ± 1,0  | 75,6 ± 0,9  | 80,7 ± 0,9●  | 75,8 ± 1,1*  |        |
| Принятие других                | 66,8 ± 1,1  | 64,5 ± 1,1  | 69,9 ± 1,2   | 65,0 ± 1,2*  |        |
| Эмоциональный комфорт          | 62,4 ± 1,5  | 59,7 ± 1,3  | 69,5 ± 1,3●  | 64,4 ± 1,5*● |        |
| Интернальность                 | 66,4 ± 1,5  | 65,2 ± 0,9  | 72,3 ± 1,1●  | 70,1 ± 1,1●  |        |
| Стремление к доминированию     | 60,2 ± 1,5  | 60,7 ± 1,4  | 66,8 ± 1,1●  | 63,0 ± 1,4*  |        |

Примечание: в данной и последующих таблицах \* – достоверные различия между студентами 1-го и 2-го курсов ( $p < 0,05$ ), ● – достоверные различия между юношами и девушками одного курса ( $p < 0,05$ ).

Сходство результатов средних показателей адаптации у девушек первого и второго курсов и различия у юношей можно объяснить гендерными особенностями развития личности. Девушки уже к моменту поступления в вуз в большинстве завершают свое половое, физическое и психическое развитие, тогда как у юношей 17–18 лет продолжается еще созревание организма [2; 3]. Одной из характерных гендерных особенностей была отмечена более высокая эмоциональная устойчивость и внутренний контроль (интернальность) у юношей, в то время как у девушек преобладал уровень внешнего контроля [6; 13].

В целом интегральные показатели социально-психологической адаптации обследуемых студентов выше возрастных норм, ха-

рактеризующих средний уровень.

Более высокая эмоциональная устойчивость у юношей коррелирует с достоверно более низкой тревожностью по сравнению с девушками (табл. 2). Однако если у девушек она не изменялась на первом-втором курсе, то у юношей интегральный уровень тревожности и ее реактивный компонент несколько возрастали, что может быть обусловлено их «взрослением», повышением ответственности. В целом интегральный уровень тревожности студентов, оцененный по 5-балльной шкале, был ниже среднего уровня. Низкий уровень тревожности студентов может указывать на то, что они обладают достаточной уверенностью в себе, приспособленностью к социальным условиям обучения в вузе.

Таблица 2

**Оценка реактивной и личностной тревожности (по Ч. Д. Спилбергу, Ю. Л. Ханинну), (M ± m)**

| Показатели, в баллах             | Девушки    |            | Юноши       |             | Средний уровень |
|----------------------------------|------------|------------|-------------|-------------|-----------------|
|                                  | 1-й курс   | 2-й курс   | 1-й курс    | 2-й курс    |                 |
| Реактивная тревожность           | 26,2 ± 1,0 | 25,9 ± 0,9 | 20,2 ± 0,8● | 23,8 ± 0,9* | 31–45           |
| Личностная тревожность           | 42,2 ± 0,9 | 43,3 ± 0,8 | 34,9 ± 0,8● | 36,9 ± 0,8● |                 |
| Интегральный уровень тревожности | 2,6 ± 0,1  | 2,6 ± 0,1  | 1,9 ± 0,1●  | 2,2 ± 0,1*● | 3               |

В результате корреляционного анализа мы выявили существенную взаимосвязь уровня тревожности с компонентами социально-психологической адаптации. По-

скольку данный анализ не выявил различий между студентами первого и второго курсов, мы привели результаты первого курса (табл. 3).

Таблица 3

**Результаты корреляционного анализа зависимости уровня тревожности и показателей социально-психологической адаптации**

| Показатели               | Коэффициент корреляции (rS) |       |
|--------------------------|-----------------------------|-------|
|                          | Уровень тревожности         |       |
|                          | девушки                     | юноши |
| Адаптивность             | -0,59                       | -0,54 |
| Дезадаптивность          | 0,77                        | 0,62  |
| Непринятие себя          | 0,66                        | 0,57  |
| Непринятие других        | 0,59                        | 0,47  |
| Эмоциональный дискомфорт | 0,79                        | 0,55  |
| Внешний контроль         | 0,73                        | 0,61  |
| Ведомость                | 0,54                        | 0,42  |
| Уровень адаптации        | -0,76                       | -0,52 |

Важной характеристикой эмоциональной сферы человека, которая влияет на социально-психологическую адаптацию студентов, наряду с тревожностью, является уровень

агрессивности. По результатам исследования мы представили средние значения индексов враждебности и агрессивности обследуемых студентов (табл. 4). Показатели

агрессивности и враждебности всех групп юношей и девушек находились в нормативных пределах и мало различались между курсами. Только уровень «враждебности» у юношей-второкурсников превосходил уровень первокурсников. Это мы связываем с повышением тревожности юношей второго курса, что также подтверждается обнаруженными нами умеренными положительными корреля-

ционными связями тревожности с агрессивностью и средними корреляционными связями тревожности с враждебностью (табл. 5). Достоверных различий между гендерными группами и курсами не установлено.

Следовательно, описанное психоэмоциональное состояние студентов способствовало их нормальному социальному и психологическому взаимодействию.

Таблица 4

**Оценка состояния агрессии (по Басса-Дарки), (M ± m)**

| Показатели, в баллах | Девушки    |            | Юноши      |            | Норма |
|----------------------|------------|------------|------------|------------|-------|
|                      | 1-й курс   | 2-й курс   | 1-й курс   | 2-й курс   |       |
| Индекс враждебности  | 10,1 ± 0,3 | 10,2 ± 0,3 | 8,6 ± 0,3● | 9,8 ± 0,2* | 4–10  |
| Индекс агрессивности | 15,5 ± 0,4 | 15,6 ± 0,4 | 15,5 ± 0,4 | 16,1 ± 0,4 | 17–25 |

Таблица 5

**Результаты корреляционного анализа зависимости уровня тревожности с индексами враждебности и агрессивности**

| Коэффициент корреляции (rS) |         |                     |             |                      |             |
|-----------------------------|---------|---------------------|-------------|----------------------|-------------|
| Показатели                  |         | Индекс враждебности |             | Индекс агрессивности |             |
|                             |         | 1-й курс            | 2-й курс    | 1-й курс             | 2-й курс    |
| Уровень тревожности         | девушки | 0,55 ± 0,08         | 0,46 ± 0,08 | 0,31 ± 0,08          | 0,26 ± 0,09 |
|                             | юноши   | 0,34 ± 0,08         | 0,51 ± 0,08 | 0,24 ± 0,08          | 0,24 ± 0,08 |

Одним из факторов, влияющих на адаптационные процессы организма к различным экстремальным условиям, является стрессоустойчивость. Анализ результатов оценки стрессоустойчивости показал, что все первокурсники и второкурсники в среднем характеризовались умеренным уровнем стрессоустойчивости (табл. 6). Однако юноши на каждом курсе обладали более высокой стрессоустойчивостью ( $p < 0,5$ ) по срав-

нению с девушками, что соответствовало их более низкому уровню тревожности. На втором курсе уровень стрессоустойчивости у юношей практически не изменялся, тогда как у девушек он был ниже (абсолютные значения показателя выше). Эти данные свидетельствуют о большей пластичности и чувствительности женского организма к нагрузкам, в том числе учебным, по сравнению с юношами [12].

Таблица 6

**Оценка уровня стрессоустойчивости в баллах, (M ± m)**

| Девушки    |             | Юноши       |             | Средний уровень |
|------------|-------------|-------------|-------------|-----------------|
| 1-й курс   | 2-й курс    | 1-й курс    | 2-й курс    |                 |
| 40,5 ± 0,7 | 42,7 ± 0,7* | 37,6 ± 0,7● | 38,2 ± 0,8● | 31–45           |

Корреляционный анализ показал достоверную отрицательную связь ( $-0,57 < r_s < -0,39$  при  $p = 0,001$ ) между стрессоустойчивостью и такими показателями социально-психологической адаптации, как дезадаптивность, непринятие себя, непринятие других, эмоциональный дискомфорт, ведомость как у юношей, так и у девушек на обоих курсах. Естественно, что между стрессоустойчиво-

стью и уровнем адаптации во всех выборках обнаружена положительная взаимосвязь ( $0,48 < r_s < 0,51$  при  $p = 0,001$ ).

Оценка психических состояний студентов обоего пола по уровню тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности с использованием методики Г. Айзенка подтвердила достоверные гендерные различия, заключающиеся в более низком уровне тре-

возности и фрустрации у юношей по сравнению с сокурсницами как на первом, так и на втором курсах (табл. 7). Это в определенной степени объясняет более высокий уровень адаптации юношей по сравнению

с девушками. Различий между студентами первого и второго курсов обоего пола по всем показателям не обнаружено, а выявленные значения укладывались в средний уровень.

Таблица 7

**Оценка психических состояний (по Г. Айзенку), (M ± m)**

| Шкалы, в баллах | Девушки    |            | Юноши      |             | Средний уровень |
|-----------------|------------|------------|------------|-------------|-----------------|
|                 | 1-й курс   | 2-й курс   | 1-й курс   | 2-й курс    |                 |
| Тревожность     | 9,4 ± 0,3  | 9,9 ± 0,4  | 6,9 ± 0,3● | 7,7 ± 0,3 ● | 8–14            |
| Фрустрация      | 7,8 ± 0,4  | 8,3 ± 0,4  | 5,0 ± 0,3● | 5,8 ± 0,3 ● |                 |
| Агрессивность   | 9,2 ± 0,4  | 9,3 ± 0,3  | 8,9 ± 0,3  | 9,2 ± 0,3   |                 |
| Ригидность      | 10,2 ± 0,4 | 10,3 ± 0,3 | 9,4 ± 0,4  | 10,1 ± 0,3  |                 |

Между адаптационным потенциалом и психическим состоянием студентов обоих курсов обнаружены отрицательные связи, за исключением агрессивности (табл. 8).

Таблица 8

**Результаты корреляционного анализа зависимости уровня адаптации с показателями психического состояния**

| Показатели        |         | Коэффициент корреляции (rS) |            |               |            |
|-------------------|---------|-----------------------------|------------|---------------|------------|
|                   |         | Тревожность                 | Фрустрация | Агрессивность | Ригидность |
| Уровень адаптации | девушки | -0,73                       | -0,71      | -0,10         | -0,44      |
|                   | юноши   | -0,54                       | -0,54      | -0,08         | -0,38      |

Примечание: в таблице приведены данные первого курса.

Таким образом, психоэмоциональное состояние и адаптационный потенциал студентов 1–2-го курсов технического университета характеризовался оптимальными показателями, соответствующими возраст-половым нормам. В то же время выявлены гендерные отличия, заключающиеся в более высокой адаптации и стрессоустойчивости, а также низкой тревожности и фрустрации у юношей. При этом в течение первого года обучения в вузе у девушек основные показатели психоэмоциональной сферы и адаптации практически не изменялись, тогда как у юношей наблюдался тренд

к ухудшению показателей, характеризующих психоэмоциональную сферу. Адаптационный потенциал студентов в значительной степени связан с их эмоциональным состоянием: высокие значения тревожности, фрустрации, враждебности, ригидности и низкий уровень стрессоустойчивости негативно влияют на социально-психологическую адаптацию.

Полученные данные позволяют рекомендовать использование психодиагностического мониторинга для оценки психического благополучия и адаптивности студентов к обучению в вузе.

**Библиографический список**

1. Лебедев А. В., Айзман Р. И., Рубанович В. Б., Айзман Н. И. Программа комплексной оценки здоровья и развития студентов высших и средних учебных заведений [Электронный ресурс] / Федеральная служба по интеллектуальной собственности, Новосибирский государственный педагогический университет. Новосибирск, 2013.  
2. Габдреева Г. Ш. Гендерные различия адаптивности личности // Филология и культура. –

2016. – № 1 (43). – С. 338–347.  
3. Галай И. А., Айзман Р. И., Богомаз С. А. Гендерные особенности субъективной оценки значимости базисных ценностей и возможности их реализации у студентов первого курса педагогического вуза // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 56. – С. 167–176.  
4. Дроздова О. А., Опарина Н. М. Адаптация студентов к обучению в вузе: циклогенетический

- подход // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. – 2004. – № 2. – С. 8–12.
5. *Иванова А. А., Мамедова Н. Д., Пичугина Н. Н.* Сравнительная характеристика психоэмоционального состояния студентов первого и четвертого курсов обучения // Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2014. – Том 4, № 11. – С. 1245–1246.
6. *Ильин Е. П., Пинигин В. Г.* Структура эмоциональности как свойства личности // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2001. – Вып. 5. – С. 102–110.
7. *Казантинова Г. М., Власова Т. Н.* Психоэмоциональное состояние студентов, занимающихся в группе «освобожденные» // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 77–81.
8. *Костина Л. А., Миляева Л. М.* Социально-психологическая адаптация студентов к обучению в медицинском вузе // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 11. – С. 433–437.
9. *Кузнецова Л. Э., Кулешиова М. Ю.* Повышение адаптационного потенциала личности студентов в процессе их психологического сопровождения // Молодой ученый. – 2015. – № 23. – С. 877–879.
10. *Айзман Р. И., Лебедев А. В., Рубанович В. Б., Айзман Н. И.* Оценка социально-психологической адаптации и личностного потенциала студентов [Электронный ресурс] / Федеральная служба по интеллектуальной собственности, Новосибирский государственный педагогический университет. Новосибирск, 2013.
11. *Осухова Н. Г.* Психологическая помощь в трудных и экстремальных условиях: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 288 с.
12. *Реброва Н. П., Чернышева М. П.* Функциональная межполушарная асимметрия мозга человека и психические процессы: учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2004. – 80 с.
13. *Смирнов А. А., Живаев Н. Г.* Адаптация студентов и образ вуза: монография. – Ярославль: ЯрГУ, 2010. – 168 с.
14. *Узденова Ж. Р., Анаев М. А.* Изучение стрессоустойчивости студентов в процессе обучения в вузе // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2015. – № 37. – С. 35–39.
15. *Vianello M., Schnabel K., Sriram N., Nosek B.* Gender differences in implicit personality traits // *Personality and Individual Differences*. – 2013. – Vol. 55. – P. 994–999.
16. *Salgueira A., Costa P., Gonçalves M., Magalhães E., João M.* Individual characteristics and student's engagement in scientific research: a cross-sectional study // *BMC Medical Education*. – 2012. – Vol. 12. – P. 95.

Поступила в редакцию 11.02.2017

### ***Klimov Vladimir Mihailovich***

*Head of the Department of Physical Education, Novosibirsk State Technical University, kvl77@yandex.ru., Novosibirsk*

### ***Aizman Roman Idelevich***

*Dr. Sci. (Biolog.), Prof., Novosibirsk State Pedagogical University, roman.aizman@mail.ru, Novosibirsk*

## **ASSESSMENT OF SOCIAL PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND PSYCHOEMOTIONAL STATUS OF THE FIRST AND SECOND YEAR STUDENTS OF TECHNICAL UNIVERSITY**

*Abstract.* The article presents the results of the study of social psychological adaptation and psychoemotional state of the first and second year students of technical university by using the following methods: “Assessment of social psychological adaptation” (according to A.K. Osnitsky), “Self-assessment of mental states” (according to G. Eysenck), “Assessment of the level of reactive and personal anxiety” (according to Ch. D. Spielberg, Yu. L. Khanin), “Diagnosis of the state of aggression” (Bassa-Darka), “Determination of the stress resistance level”. It was established that the adaptation potential and mental state of the students are at an optimal level. But gender differences were found – the young men had higher adaptability, dominance, stress resistance and less anxiety and frustration level. A strong correlation relationship between the psychoemotional status of students and the level of their social adaptation has been revealed.

*Keywords:* social psychological adaptation, psychoemotional status, students, correlation analysis.



## References

1. Ajzman, R. I., Lebedev, A. V., Ajzman, N. I., Rubanovich, V. B., 2013. Programma kompleksnoj ocenki zdorov'ya i razvitiya studentov vysshix i srednix uchebnyx zavedenij [Program of integrated assessment of health and development of students of higher and secondary educational institutions] [online]. Federal'naya sluzhba po intellektual'noj sobstvennosti, Novosibirskij gosudarstvennyj pedagogicheskij universitet [Federal Service for Intellectual Property, Novosibirsk State Pedagogical University]. Novosibirsk (in Russ.).
2. Gabdreeva, G. Sh., 2016. Gendernye razlichiya adaptivnosti lichnosti [Gender differences in personal adaptability]. Filologiya i kul'tura [Philology and Culture], 1 (43), pp. 338–347 (in Russ., abstr. in Eng.).
3. Galaj, I. A., Ajzman, R. I., Bogomaz, S. A., 2015. Gendernye osobennosti sub'ektivnoj ocenki znachimosti bazisnyx cennostej i vozmozhnosti ix realizacii u studentov pervogo kursa pedagogicheskogo vuza [Gender peculiarities of the subjective evaluation of the importance of basic values and the possibility of their implementation in first-year students of a pedagogical university]. Sibirskij psixologicheskij zhurnal [Siberian Psychological Journal], 56, pp. 167–176 (in Russ., abstr. in Eng.).
4. Drozdova, O. A., Oparina, N. M., 2004. Adaptaciya studentov k obucheniju v vuze: ciklogeneticheskiy podhod [Adaptation of students for higher education: a cycle-genetic approach]. Chelovecheskiy faktor: problemy psixologii i ehrgonomiki [Human factor: problems of psychology and ergonomics], 2, pp. 8–12 (in Russ., abstr. in Eng.).
5. Ivanova, A. A., Mamedova, N. D., Pichugina, N. N., 2014. Sravnitel'naya xarakteristika psixoehmocional'nogo sostoyaniya studentov pervogo i chetvertogo kursov obucheniya [Comparative characteristics of the psychoemotional state of the students of the first and fourth years of study]. Byulleten' medicinskix Internet-konferencij [Bulletin of medical Internet conferences], 11, pp. 1245–1246 (in Russ., abstr. in Eng.).
6. Il'in, E. P., Pinigin, V. G., 2001. Struktura ehmocional'nosti kak svojstva lichnosti [Structure of emotionality as a personality]. Psixologicheskie problemy samorealizacii lichnosti [Psychological problems of self-realization of personality]. St. Petersburg: Publishing House of St. Petersburg State University, Issue 5, pp. 102–110 (in Russ.).
7. Kazantinova, G. M., Vlasova, T. N., 2013. Psixoehmocional'noe sostoyanie studentov, zanimayushchixsya v grupe "osvobozhdennye" [Psychoemotional state of students engaged in the group "liberated"]. Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta [Scientific notes of the P. F. Lesgaft University], 3 (97), pp. 77–81 (in Russ., abstr. in Eng.).
8. Kostina, L. A., Milyaeva, L. M., 2014. Social'no-psixologicheskaya adaptaciya studentov k obucheniju v medicinskom vuze [Socio-psychological adaptation of students to study at a medical university]. Fundamental'nye issledovaniya [Basic research], 11, pp. 433–437 (in Russ., abstr. in Eng.).
9. Kuznecova, L. Eh., Kuleshova M. Yu., 2015. Povyshenie adaptacionnogo potenciala lichnosti studentov v processe ix psixologicheskogo soprovozhdeniya [Increase of the adaptive potential of the personality of students in the process of their psychological support]. Molodoj uchenyj [Young Scientist], 23, pp. 877–879 (in Russ., abstr. in Eng.).
10. Lebedev, A. V., Ajzman, R. I., Ajzman, N. I., Rubanovich, V. B., 2013. Ocenka social'no-psixologicheskoy adaptacii i lichnostnogo potenciala studentov [Assessment of sociopsychological adaptation and personal potential of students] [online]. Federal'naya sluzhba po intellektual'noj sobstvennosti, Novosibirskij gosudarstvennyj pedagogicheskij universitet [Federal Service for Intellectual Property, Novosibirsk State Pedagogical University]. Novosibirsk (in Russ.).
11. Osuhova, N. G., 2005. Psixologicheskaya pomoshh' v trudnyx i e'kstremal'nyx usloviyax [Psychological assistance in difficult and extreme conditions]. Moscow: Academy Publ., 288 p. (in Russ.).
12. Rebrova, N. P., Chernysheva, M. P., 2004. Funkcional'naya mezhpolusharnaya asimmetriya mozga cheloveka i psixicheskie processy [Functional interhemispheric asymmetry of the human brain and mental processes]. St. Petersburg: Speech, 80 p. (in Russ.).
13. Smirnov, A. A., Zhivaev, N. G., 2010. Adaptaciya studentov i obraz vuza [Adaptation of students and the image of the university]. Yaroslavl: YarSU, 168 p.
14. Uzdenova, Zh. R., Anaev, M. A., 2015. Izuchenie stressoustojchivosti studentov v processe obucheniya v vuze [Studying the stress-resistance of students in the process of studying at a university]. Problemy i perspektivy razvitiya obrazovaniya v Rossii [Problems and prospects of the development of education in Russia], 37, pp. 35–39. (in Russ., abstr. in Eng.).
15. Vianello, M., Schnabel, K., Sriram, N., Nosek, B., 2013. Gender differences in implicit personality traits. Personality and Individual Differences, 55, pp. 994–999.
16. Salgueira, A., Costa, P., Gonçalves, M., Magalhães, E., João, M., 2012. Individual characteristics and student's engagement in scientific research: a cross-sectional study. BMC Medical Education, 12, pp. 95.

Submitted 11.02.2017