



Серия «Психология»
2025. Т. 51. С. 3–12
Онлайн-доступ к журналу:
<http://izvestiapsy.isu.ru/ru>

ИЗВЕСТИЯ
Иркутского
государственного
университета

Научная статья

УДК 159.9:316.64
<https://doi.org/10.26516/2304-1226.2025.51.3>

Особенности адаптационной готовности студентов на разных этапах высшего образования

М. В. Григорьева, А. А. Шаров*

Саратовский национальный исследовательский государственный университет им. Н. Г. Чернышевского, г. Саратов, Россия

Аннотация. Представлены результаты исследования структуры адаптационной готовности студентов на разных уровнях высшего образования – бакалавриат и магистратура. Обоснована возможность изучения адаптационной готовности в единстве психофизиологического, психологического и социально-психологического компонентов. Выявлено, что наиболее выраженным компонентом адаптационной готовности как на этапе обучения в бакалавриате, так и магистратуре является социально-психологический. Статистически доказано, что у магистрантов, по сравнению со студентами бакалавриата, наиболее выраженными являются психофизиологический и социально-психологический компоненты адаптационной готовности, психологический компонент адаптационной готовности выражен на одинаковом уровне на всех этапах обучения. Предложены рекомендации преподавателям и психологам вузов, в рамках формирования компонентов адаптационной готовности студентов.

Ключевые слова: адаптационная готовность, бакалавриат, магистратура, компоненты адаптационной готовности, этапы высшего образования.

Благодарности. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда «Адаптационная готовность субъектов высшего образования в условиях его перманентных изменений» № 24-28-00472.

Для цитирования: Григорьева М. В., Шаров А. А. Особенности адаптационной готовности студентов на разных этапах высшего образования // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2025. Т. 51. С. 3–12. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2025.51.3>

Original article

Adaptation Readiness of Students at Various Stages of Higher Education

M. V. Grigoryeva, A. A. Sharov*

Saratov State University, Saratov, Russian Federation

Abstract. The article presents the results of the study of the structure of adaptation readiness of students at various levels of higher education – Bachelor’s and Master’s programs. It provides a rationale for studying adaptation readiness through the unity of psychophysiological, psychological, and socio-psychological components. It has been found that the most pronounced component both at bachelor’s and master’s level is a socio-psychological one. The statistics has shown that master’s degree students have more pronounced psychophysiological and socio-psychological components

© Григорьева М. В., Шаров А. А., 2025

*Полные сведения об авторах см. на последней странице статьи.
For complete information about the authors, see the last page of the article.

compared to bachelor's degree students, while a psychological component of adaptation readiness is at the same level at all stages of education. Within the framework of forming components of adaptation readiness of students the recommendations for university lecturers and psychologists have been provided.

Keywords: adaptation readiness, Bachelor's program, Master's program, components of adaptation readiness, stages of higher education.

For citation: Grigoryeva M.V., Sharov A.A. Adaptation Readiness of Students at Various Stages of Higher Education. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2025, vol. 51, pp. 3-12. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2025.51.3> (in Russian)

Введение

В последнее десятилетие в российской психологической науке прослеживается интерес к изучению адаптационной готовности личности. Можно выделить несколько концептуальных подходов в рамках изучаемого феномена. Первый связан с рассмотрением адаптационной готовности в контексте подготовленности личности к определенному взаимодействию со средой в новых и (или) неопределенных условиях. Анализируя определение искомого термина, можно выделить подход М. В. Григорьевой, которая под адаптационной готовностью понимает склонность личности не только к адекватному восприятию и пониманию социума в контексте возникновения субъективно новой ситуации, но и осуществление в связи с этим определенных действий и поступков, которые направлены на паритет между требованиями среды и возможностями личности с ориентацией на предыдущий опыт [Григорьева, 2017, с. 74–75]. Схожая точка зрения принадлежит И. В. Арндачук, которая вкладывает в термин «адаптационная готовность» систему приобретенных и развитых посредством социализации индивидуально-психологических свойств, качеств, умений, навыков, необходимых для своевременного и адекватного реагирования на появление новой ситуации определенным способом [Арндачук, 2013, с. 9–10].

В зарубежных исследованиях адаптационная готовность обучающихся к условиям образовательной среды обычно рассматривается в рамках учебно-профессионального потенциала, под которым понимается способность успешно справляться с возникающими требованиями, вызовами и изменениями в рамках учебной и профессиональной социальной активности [Coping strategies and ... , 2020]. Другими словами, адаптационная готовность рассматривается в качестве структурного элемента адаптационного личностного потенциала, под которым понимается некая конструкция, содержащая психофизиологические, психологические и социально-психологические ресурсы в контексте конструктивного решения возникающих жизненных задач и преодоления трудностей [Lee, Jung, 2022, p. 4–8; Öztemel, Akyol, 2021, p. 66–70]. Аналогичную позицию занимают и некоторые российские исследователи, повествуя, что адаптационная готовность представляет собой набор разнородных физиологических, психологических и социальных компонентов [Бочарова, 2015, с. 47–49; Усова, 2016, с. 454–456]. Таким образом, обозначенный подход определяет адаптационную готовность как некий уровень подготовленности личности с опорой на психофизиологические, психологи-

ческие, а также социально-психологические характеристики для осуществления конструктивных взаимодействий со средой в новых и (или) неопределенных условиях.

Второй подход рассматривает адаптационную готовность через категорию установки. Р. М. Шамионов в данном контексте определяет адаптационную готовность как индивидуально-личностное психологическое образование, содержащее установки на перспективу приспособления к новой неопределенной ситуации и преодоление трудностей, соотнесенных с представлениями личности о своих ресурсах и возможностях [Шамионов, 2016, с. 484, 485]. Л. Е. Тарасова также выдвигает определение, что адаптационная готовность – это установка личности в рамках эффективного взаимодействия в условиях постоянных изменений и неопределенности для поддержания динамического равновесия требований среды и возможностей личности [Тарасова, 2014, с. 142, 143].

Таким образом, данный подход определяет адаптационную готовность в рамках установки, направленной на конструктивное взаимодействие с изменяющейся средой в рамках поддержания равновесия между ее новыми требованиями и имеющимися ресурсами и возможностями личности. Анализируя два вышеописанных подхода, можно предположить, что адаптационная готовность – это предрасположенность личности к эффективному взаимодействию со средой с опорой на определенный уровень психологической, психофизиологической и социально-психологической подготовленности для оперативных действий в рамках осуществления значимой деятельности в динамично меняющихся условиях.

Что касается современных эмпирических исследований в рассматриваемом контексте, то можно выделить работы В. В. Константинова и С. А. Иванчина в рамках выделения компонентов адаптационной готовности иностранных студентов (деятельностного, социально-психологического, мотивационного) [Иванчин, Константинов, 2021]; работу А. Р. Вагаповой в рамках изучения центрального и периферийного звена в компонентной структуре адаптационной готовности обучающихся начального и среднего звена школы [Вагапова, 2016]; изыскание О. В. Хмельковой, выделившей в рамках структурной трехкомпонентной модели адаптационной готовности школьников внутренний, внешний и надструктурные компоненты [Хмелькова, 2018].

Примечательным является исследование В. С. Басюка, С. В. Жуковского в рамках выделения структурного состава адаптационной готовности боевого офицера (мотивационно-мобилизующий, когнитивный, организационный, эмоционально-волевой компоненты) [Басюк, Жуковский, 2023, с. 75–78]. Любопытным также является исследование в рамках поиска предикторов адаптационной готовности среди толерантности к неопределенности и отношения к изменениям [Шамионов, 2017, с. 94–98]. Также любопытным является недавнее исследование в аспекте выделения личностных предикторов адаптационной готовности студентов, в результате которого выявлены такие значимые положительные предикторы, как моделирование и гибкость, программирование, самообладание и т. д. [Шамионов, Шаров, 2024, с. 613–

617]. Таким образом, в современной психологической науке прослеживается интерес к изучению выраженности и соотношения структурных компонентов адаптационной готовности, преимущественно у различных категорий обучающихся. Необходимо отметить, что в современных условиях функционирования высшей школы возрастает острота и актуальность изучения адаптационной готовности в связи с повышенной неопределенностью и нестабильностью настоящего, возрастанием стрессогенных факторов в социуме, а также в связи с уточнением стратегических путей развития образования.

Организация и методы исследования

Цель исследования: выявить и описать особенности структурных компонентов адаптационной готовности у студентов на разных этапах высшего образования (бакалавриат и магистратура).

Объектом исследования выступает адаптационная готовность студентов. Предметом являются особенности адаптационной готовности студентов на разных этапах высшего образования.

Гипотезы исследования:

1. Структурные компоненты адаптационной готовности будут выражены у студентов бакалавриата и магистратуры на разном уровне.
2. Социально-психологический компонент адаптационной готовности будет являться наиболее выраженным и имеющим динамику к росту от этапа обучения в бакалавриате к этапу освоения программ магистратуры.

Научная новизна и эмпирическая значимость представленного исследования заключаются в сравнении и анализе структуры адаптационной готовности студентов, обучающихся на разных этапах высшего образования, выявлению различий и соотношения структурно-компонентного состава адаптационной готовности.

Диагностический материал: методика диагностики адаптационной готовности личности М. В. Григорьевой [2017, с. 73–75].

Выборка исследования составила 385 респондентов, проживающих в Саратове и области, Волгограде и Москве. 61 % – жители областных центров, 24 % жителей мегаполиса, 15 % жителей пригорода и села. Средний возраст – 22,5 лет. 40 % мужского пола. Из них 293 студента (76 % от общей выборки), обучающихся по программам бакалавриата, 89 студентов (24 %), обучающихся по программам магистратуры. Статистическая обработка результатов осуществлялась с помощью программных пакетов Microsoft Excel 2017, IBM SPSS Statistics 27. Методы статистического анализа эмпирических данных: вычисление описательной статистики, t-критерия Стьюдента.

Результаты исследования и их обсуждение

Представим обобщенно полученные показатели выраженности характеристик адаптационной готовности и академической адаптации у обучающихся по программам бакалавриата и магистратуры в табл. 1.

Таблица 1

Описательная статистика характеристик адаптационной готовности студентов бакалавриата и магистрантов

Параметры адаптационной готовности	Среднее значение	Стандартное отклонение	Min	Max
Студенты бакалавриата				
Психофизиологическая	14,9	3,6	5	22
Психологическая	14,7	3,7	4	21
Социально-психологическая	16,6	3,3	6	23
Магистранты				
Психофизиологическая	16,1	3,5	7	23
Психологическая	14,2	2,8	6	21
Социально-психологическая	18,3	3,4	6	23

В рамках подсчета среднего балла видно, что наиболее выраженной у студентов бакалавриата является социально-психологическая адаптационная готовность (16,6). У магистрантов наблюдается аналогичная тенденция. Социально-психологическая адаптационная готовность также наиболее выражена (18,3). Это значит, что социально-психологический компонент адаптационной готовности выходит на первый план у представителей студенческой молодежи независимо от этапа обучения (бакалавриат, магистратура). Другими словами, социально-психологический компонент, включающий в себя установку на межличностное взаимодействие, адекватное восприятие трудностей и неопределенности, сосредоточенность на ситуации или объекте, наличие определенных схем поведения находится на более выраженном уровне по сравнению с психологическим и психофизиологическим компонентом адаптационной готовности. Данный результат можно объяснить, прежде всего, возрастом респондентов, который можно рассматривать как пиковый в плане социальной активности, межличностных контактов. Другими словами, на этапах обучения в бакалавриате и магистратуре социально-психологическая адаптационная готовность имеет наибольшую выраженность по сравнению с другими компонентами адаптационной готовности.

Далее перейдем к рассмотрению значимости различий по уровню выраженности компонентов адаптационной готовности у студентов бакалавриата и магистрантов. Для сравнения применим t-критерий Стьюдента.

Таблица 2

Показатели значимости различий компонентов адаптационной готовности студентов бакалавриата и магистрантов

Параметры адаптационной готовности	Значение t-критерия	Уровень значимости
Психофизиологическая	2,7	$p \leq 0,01$
Психологическая	1,5	$p > 0,05$
Социально-психологическая	4,2	$p \leq 0,01$
Общая шкала адаптационной готовности	3,2	$p \leq 0,01$

Из табл. 2 видно, что выявлены значимые различия по двум компонентам адаптационной готовности, а также по общему показателю, включающему в себя сумму трех обозначенных в таблице компонентов. Это значит,

что у магистрантов, по сравнению со студентами бакалавриата, наиболее выраженными являются психофизиологический и социально-психологический компоненты адаптационной готовности, а также ее общий уровень. Можно предположить, что обучающиеся на этапе освоения программ магистратуры имеют больше опыта в плане социальных компетенций, в том числе совмещения трудовой и учебной деятельности. Студенты же, обучающиеся на бакалавриате, постепенно формируют свою адаптационную готовность на протяжении нескольких лет обучения и взаимодействия в социуме. Другими словами, переживания, связанные с уходом из школьного коллектива, перестройка отношений с родителями в плане становления независимой личности, вхождение в учебный процесс и студенческую группу, в некоторых случаях неопределенность мотивов выбора профессии, принятие социальной роли студента в целом обуславливают формирование адаптационной готовности, которая к следующему этапу обучения (магистратура) достигает более высокого уровня. Таким образом, наличие опыта адаптации создает благоприятную почву для формирования компонентов адаптационной готовности.

Можно проследить следующую динамику формирования адаптационной готовности на разных этапах высшего образования. На этапе обучения как в бакалавриате, так и в магистратуре, компоненты адаптационной готовности находятся в единстве с преобладанием социально-психологического компонента. Можно предположить, что психофизиологическая и психологическая адаптационная готовность на этапе обучения в бакалавриате являются относительно стабильными компонентами, а социально-психологическая более выраженной и динамичной. В магистратуре происходит повышение уровня адаптационной готовности в целом. Психофизиологический и социально-психологический компоненты являются наиболее выраженными и динамичными. С позиции системно-диахронического подхода полученные результаты можно охарактеризовать следующим образом. Адаптационная готовность на этапах высшего образования представляет собой систему компонентов с преобладанием социально-психологического компонента. При переходе с одной ступени обучения на другую происходит изменение уровней выраженности двух структурных компонентов адаптационной готовности (психофизиологического и социально-психологического).

Полученные нами результаты согласуются с более ранними работами в рассматриваемом контексте. Так, по данным Р. М. Шамионова, А. А. Шарова, изучавшим личностные и ситуативные факторы адаптационной готовности у представителей студенческой молодежи, также выявлено преобладание социально-психологического компонента адаптационной готовности по сравнению с психофизиологическим и психологическим [Шамионов, Шаров, 2024, с. 613–617]. В. В. Константинов и С. А. Иванчин в своей работе также приходят к выводу о ведущей роли социально-психологической составляющей формирования адаптационной готовности. Развитие социально-психологических навыков обуславливают регуляцию деятельности и поведения, обеспечивают интегративные процессы в рамках социального взаимодействия [Константинов, Иванчин, 2020].

Выводы

1. Несмотря на динамическое единство, наиболее выраженным компонентом адаптационной готовности как на этапе обучения в бакалавриате, так и магистратуре является социально-психологический. На этапах обучения в бакалавриате и магистратуре социально-психологическая адаптационная готовность имеет динамику к росту.

2. У магистрантов, по сравнению со студентами бакалавриата, наиболее выраженными являются психофизиологический и социально-психологический компоненты адаптационной готовности.

3. Общий показатель адаптационной готовности статистически значимо выше у обучающихся по программам магистратуры, чем у обучающихся по программам бакалавриата.

4. Психологический компонент адаптационной готовности выражен на одинаковом уровне как на этапе обучения в бакалавриате, так и магистратуры.

Таким образом, гипотезы, выдвинутые в начале эмпирического исследования, подтвердились.

По результатам исследования можно предложить следующие рекомендации в рамках формирования адаптационной готовности обучающихся:

1. Обеспечение процесса адаптации студентов в образовательной организации высшего образования (обучение навыкам психологически грамотного планирования учебного и свободного времени, а также оказание помощи в выработке у обучающихся навыков общения, развития чувства доверия и взаимопонимания)

2. Работа с кураторами групп с учетом личностного подхода к студентам с необходимым обучением их основам психологических знаний, приемам конструктивного социального взаимодействия

3. Обучение способам психической саморегуляции, а при необходимости организация психокоррекционных и психотерапевтических воздействий на лиц, склонных к расстройствам невротического характера.

Перспективой дальнейшей работы является увеличение выборки, расширение диагностической батареи в рамках исследования компонентов адаптационной готовности и их предикторов, изучение соотношения адаптационной готовности и академической адаптации студентов на этапах обучения бакалавриата и магистратуры.

Список литературы

Арендачук И. В. Адаптационная готовность личности к учебно-профессиональной деятельности: системно-диахронический подход // Russian Journal of Education and Psychology. 2013. № 10. <http://dx.doi.org/10.12731/2218-7405-2013-10-27>

Басюк В. С., Жуковский С. В. Адаптационная готовность офицера как фактор его профессиональной устойчивости в экстремальных ситуациях // Ценности и смыслы. 2023. № 2 (84). С. 72–87. <https://doi.org/10.24412/2071-6427-2023-2-72-87>

Бочарова Е. Е. Адаптационная готовность личности к ситуациям социальных изменений // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2015. № 1. С. 45–51.

Ваганова А. Р. Адаптационная готовность учащихся начальной школы и среднего звена в оценках участников образовательного процесса // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2016. № 5. С. 77–82.

Григорьева М. В. Психодиагностическая методика «Адаптационная готовность личности» // Общество: социология, психология, педагогика. 2017. № 10. С. 73–75.

Иванчин С. А. Константинов В. В. Особенности адаптационной готовности к учебной деятельности иностранных студентов в условиях вузовского образования // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. № 4. С. 78–83.

Константинов В. В., Иванчин С. А. Теоретические основания изучения адаптационной готовности личности к учебной деятельности у иностранных студентов в условиях вузовского образования // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/87PSMN620.pdf> (дата обращения: 04.02.2025).

Тарасова Л. Е. Психологическое сопровождение процессов адаптации первокурсников к образовательной среде вуза // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2014. Т. 3, вып. 2. С. 142–145.

Усова Н. В. Трансформация адаптационной готовности личности в ситуации потери работы // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 9. С. 453–457

Хмелькова О. В. Сравнительный анализ уровня сформированности структурных компонентов адаптационной готовности личности к динамической образовательной среде // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2018. Т. 18. С. 74–79.

Шамионов Р. М. Структура адаптационной готовности личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 16. С. 454–458.

Шамионов Р. М. Отношение к изменениям и толерантность к неопределенности как предикторы адаптивности и адаптационной готовности // Российский психологический журнал. 2017. № 2. С. 90–104. <https://doi.org/10.21702/rpj.2017.2.5>

Шамионов Р. М., Шаров А. А. Ситуационные и личностные факторы адаптационной готовности студентов // Перспективы науки и образования. 2024. № 5. С. 606–619. <https://doi.org/10.32744/pse.2024.5.35>

Coping strategies and self-efficacy in university students: a person-centered approach / C. Freire [et al.] // *Frontiers in Psychology*, 2020. Vol. 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00841>

Lee A., Jung E. University students' career adaptability as a mediator between cognitive emotion regulation and career decision-making self-efficacy // *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2022.896492>

Öziemel K., Yıldız E. A. From adaptive readiness to adaptation results: implementation of student career construction inventory and testing the career construction model of adaptation // *Journal of Career Assessment* 2021. Vol. 29, N 1. P. 54–75. <https://doi.org/10.1177/1069072720930664>

References

Arendachuk I.V. Adaptacionnaja gotovnost lichnosti k uchebno-professionalnoj dejatelnosti: sistemno-diahronicheskij podhod [Adaptive personality readiness for educational and professional activity: a systematic and diachronic approach]. *Russian Journal of Education and Psychology* [Russian Journal of Education and Psychology], 2013, no. 10, pp. 27. <http://dx.doi.org/10.12731/2218-7405-2013-10-27> (in Russian)

Basjuk V.S., Zhukovskij S.V. Adaptacionnaja gotovnost oficera kak faktor ego professionalnoj ustojchivosti v jekstremalnyh situacijah [Adaptive readiness of an officer as a factor of his professional stability in extreme situations]. *Cennosti i smysly* [Values and meanings], 2023, no. 2 (84), pp. 72-87. <https://doi.org/10.24412/2071-6427-2023-2-72-87>(in Russian)

Bocharova E.E. Adaptacionnaja gotovnost lichnosti k situacijam socialnyh izmenenij [Adaptive personality readiness to situations of social change]. *Izvestija Saratovskogo universiteta. Novaja serija. Serija Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija* [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology], 2015, no. 1, pp. 45-51. (in Russian)

Vagapova A.R. Adaptacionnaja gotovnost uchashhihsja nachalnoj shkoly i srednego zvena v ocenkah uchastnikov obrazovatelnoogo processa [Adaptive readiness of primary and secondary school students in the assessments of participants in the educational process]. *Izvestija Saratovskogo universiteta. Novaja serija. Serija Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija* [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology], 2016, no. 5, pp. 77-82. (in Russian)

Grigor'eva M.V. Psihodiagnosticheskaia metodika "Adaptacionnaja gotovnost lichnosti" [Psychodiagnostic methodology "Adaptive personality readiness"]. *Obshhestvo: sociologija, psihologija, pedagogika* [Society: sociology, psychology, pedagogy], 2017, no. 10, pp. 73-75. (in Russian)

Ivanchin S.A. Konstantinov V.V. Osobennosti adaptacionnoj gotovnosti k uchebnoj dejatel'nosti inostrannykh studentov v usloviyah vuzovskogo obrazovanija [Features of adaptive readiness for academic activities of foreign students in the conditions of university education]. *Obshhestvo: sociologija, psihologija, pedagogika* [Society: sociology, psychology, pedagogy], 2021, no. 4, pp. 78-83. (in Russian)

Konstantinov V.V., Ivanchin S.A. Teoreticheskie osnovanija izuchenija adaptacionnoj gotovnosti lichnosti k uchebnoj dejatel'nosti u inostrannykh studentov v usloviyah vuzovskogo obrazovanija [Theoretical foundations of studying the adaptive readiness of a personality for academic activity among foreign students in the conditions of university education]. *Mir nauki. Pedagogika i psihologija* [The world of science. Pedagogy and psychology], 2020, no. 6. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/87PSMN620.pdf> (date of access: 04.02.2025). (in Russian)

Tarasova L.E. Psihologicheskoe soprovozhdenie processov adaptacii pervokursnikov k obrazovatelnoj srede vuza [Psychological support of the processes of adaptation of first-year students to the educational environment of the university]. *Izvestija Saratovskogo universiteta. Novaja serija. Serija Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija* [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology], 2014, vol. 3, iss. 2, pp. 142-145. (in Russian)

Usova N.V. Transformacija adaptacionnoj gotovnosti lichnosti v situacii poteri raboty [Transformation of an individual's adaptive readiness in a job loss situation]. *Mezhdunarodnyj zhurnal prikladnykh i fundamental'nykh issledovanij* [International Journal of Applied and Fundamental Research], 2016, no. 9, pp. 453-457. (in Russian)

Khmelkova O.V. Sravnitelnyi analiz urovnya sformirovannosti strukturnykh komponentov adaptatsionnoi gotovnosti lichnosti k dinamicheskoj obrazovatelnoj srede [Comparative analysis of the level of formation of structural components of an individual's adaptive readiness for a dynamic educational environment]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya serija. Seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika* [Izvestiya of Saratov University. Philosophy. Psychology. Pedagogy], 2018, vol. 18, pp. 74-79. (in Russian)

Shamionov R.M. Struktura adaptatsionnoi gotovnosti lichnost [The structure of adaptive readiness of personality]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya serija. Seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika* [Izvestiya of Saratov University. Philosophy. Psychology. Pedagogy], 2016, vol. 16, pp. 454-458. (in Russian)

Shamionov R.M. Otnoshenie k izmeneniyam i tolerantnost k neopredelennosti kak prediktory adaptivnosti i adaptatsionnoi gotovnosti [Attitude to change and tolerance to uncertainty as predictors of adaptability and adaptive readiness]. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal* [Russian Psychological Journal], 2017, no. 2, pp. 90-104. <https://doi.org/10.21702/rpj.2017.2.5> (in Russian)

Shamionov R.M., Sharov A.A. Situatsionnye i lichnostnye faktory adaptatsionnoi gotovnosti studentov [Situational and personal factors of students' adaptive readiness]. *Perspektivy nauki i obrazovanija* [Perspectives of Science and Education], 2024, no. 5, pp. 606-619. <https://doi.org/10.32744/pse.2024.5.35> (in Russian)

Freire C. et. al.. Coping strategies and self-efficacy in university students: a person-centered approach. *Frontiers in Psychology*, 2020, vol. 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00841>

Lee A., Jung E. University students' career adaptability as a mediator between cognitive emotion regulation and career decision-making self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 2022, vol. 13, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.896492>

Öztemel K., Yıldız E.A. From adaptive readiness to adaptation results: implementation of student career construction inventory and testing the career construction model of adaptation. *Journal of Career Assessment*, 2021, vol. 29 (1), pp. 54-75. <https://doi.org/10.1177/1069072720930664>

Сведения об авторах**Григорьева Марина Владимировна**

*доктор психологических наук, профессор
заведующий кафедрой педагогической
психологии и психодиагностики,
Педагогической институт
Саратовский государственный университет
им. Н. Г. Чернышевского
Россия, 410012, г. Саратов, ул.
Астраханская, 83
e-mail: grigoryevamv@mail.ru*

Шаров Алексей Александрович

*кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогической психологии
и психодиагностики, Педагогической
институт
Саратовский государственный университет
им. Н. Г. Чернышевского
Россия, 410012, г. Саратов, ул.
e-mail: sha555@mail.ru*

Information about the authors**Grigoryeva Marina Vladimirovna**

*Doctor of Sciences (Psychology), Professor,
Head of the Department of Educational
Psychology and Psychodiagnostics,
Pedagogical Institute
Saratov State University
83, Astrakhanskaya st., Saratov, 410012,
Russian Federation
e-mail: grigoryevamv@mail.ru*

Sharov Alexey Alexandrovich

*Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor of the Departments
of Educational Psychology and
Psychodiagnostics, Pedagogical Institute
Saratov State University
83, Astrakhanskaya st., Saratov, 410012,
Russian Federation
e-mail: sha555@mail.ru*

Статья поступила в редакцию **09.02.2025**; одобрена после рецензирования **20.02.2025**; принята к публикации **13.03.2025**
The article was submitted **February, 09, 2025**; approved after reviewing **February, 20, 2025**; accepted for publication **March, 13, 2025**