

Оконечникова Любовь Викторовна,

кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620902, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51, к. 217; e-mail: dokonechnikov@mail.ru.

Сыманюк Эльвира Эвальдовна,

доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедры общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620902, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51, к. 217; e-mail: e.e.symaniuk@urfu.ru.

Усольцева Наталья Владимировна,

магистр 1-го обучения департамента психологии, Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620902, г. Екатеринбург, пр-т Ленина, 51, к. 217; e-mail: nmilros1993@yandex.ru.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНОЙ И ГРУППОВОЙ КОМПОНЕНТЫ
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ У СУВОРОВЦЕВ**

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: социально-психологическая адаптация; личностная тревожность; групповая сплоченность; младшие подростки; довузовское военное образование.

АННОТАЦИЯ. В статье представлен теоретический анализ исследований адаптации учащихся военных образовательных учреждений, являющихся первоначальной ступенью подготовки специалистов Министерства обороны РФ. Выделены особенности первого года обучения курсантов военных училищ, как общие, свойственные указанному возрастному периоду: переход из начальной школы в среднее звено, переход от младшего школьного возраста к младшему подростковому, так и характерные для военных образовательных учреждений, например, переход от привычной «домашней» обстановки к новым социальным условиям: особый режим, однородный коллектив, ограниченные контакты с семьей и референтными группами, необходимость следовать традициям данного учреждения, преобладание коллективных ценностей над индивидуальными, новый круг обязанностей и т.д. Также в статье есть описание независимых показателей социально-бытовой, учебной адаптации, а также профессионально-служебной адаптации, которая заключается в понимании и освоении своей роли суворовца. Авторы статьи уточняют виды трудностей, с которыми сталкиваются учащиеся довузовских военных училищ в начале учебного процесса. Представлены результаты эмпирического исследования социально-психологической адаптации учащихся Екатеринбургского суворовского военного училища. Проведен корреляционный анализ между показателями социально-психологической адаптации, личностной тревожностью и групповой сплоченностью. В результате исследования были сделаны выводы о умеренном и низком уровне личностной тревожности у большинства учащихся, что свидетельствует об отсутствии дезадаптационных проявлений на уровне тревожности. На основе корреляционного анализа была выявлена положительная связь между уровнем личностной тревожности и адаптацией: чем ниже уровень личностной тревожности у воспитанника, тем эффективнее будет протекать адаптационный процесс. Полученные результаты могут быть полезными педагогам-психологам, сопровождающим воспитанников-первокурсников довузовских военных образовательных учреждений.

Okonechnikova Lubov Viktorovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor, Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia.

Symaniuk Elvira Evaldovna,

Doctor of Psychology, Professor, Head of Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin, 620000, Ekaterinburg, Lenina 51, 217; e-mail: e.e.symaniuk@urfu.ru

Usoltseva Natalia Vladimirovna,

Master's Degree Student, Department of Psychology, Ural Federal University n.a. the first President of Russia B. N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia.

**THE STUDY OF THE PERSONAL AND GROUP COMPONENTS
OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AMONG
SUVOРОВ MILITARY COLLEGE STUDENTS**

KEYWORDS: socio-psychological adaptation; personal anxiety; group cohesion; younger adolescents; pre-university military education.

ABSTRACT. The article presents a theoretical analysis of studies on the adaptation of students in military educational institutions, which are the initial stage of training specialists of the Ministry of Defense of the Russian Federation. The features of the first year of cadets' training in military schools and independent indicators of adaptation are outlined, the types of difficulties encountered by students of pre-higher military schools at the beginning of the educational process are described. The features of the first year of training include general characteristics typical of this period (transition from primary school to secondary, transition from junior school age to teen age) and the features typical of military schools only (the change from "home" atmosphere to the new social environment that has its own regime, a group of peers, rare

contacts with the family and reference groups, the need to follow school's regulations, domination of social values over individual ones, a number of new duties and responsibilities, etc.). The article describes the independent indicators of social, everyday and academic adaptation, which is based on the understanding of one's role of a student of Suvorov military college. The article outlines the difficulties that military school students face at the beginning of their study. The results of an empirical study of the socio-psychological adaptation of pupils of Eekaterinburg Suvorov Military School are presented. Correlation analysis between indicators of social and psychological adaptation, personal anxiety and group cohesion was carried out. The results of empirical research show the low level of personal anxiety of most of the students, which proves the absence of desadaptational signs of anxiety. The correlational analysis revealed the positive correlation of the level of personal anxiety and adaptation: the lower is the level of personal anxiety of a student, the more effective adaptation is. The results obtained can be useful for psychology teachers supporting first-year students of pre-university military educational institutions..

Первоначальной ступенью поэтапной подготовки высококвалифицированных специалистов Министерства обороны РФ в системе военного образования являются суворовские военные училища. Они представляют собой специализированные образовательные учреждения закрытого типа.

Поступление в суворовские военные училища осуществляется на конкурсной основе. Кроме прохождения конкурса кандидаты должны быть годны по состоянию здоровья, отвечать требованиям профессионального отбора и иметь соответствующую физическую форму. При обучении упор в училище делается на дисциплины, актуальные для последующего поступления в военные профессиональные учебные заведения. Все это предъявляет повышенные требования к учащимся суворовских училищ по сравнению с их ровесниками, обучающимися в других образовательных учреждениях.

Первый год обучения для воспитанников военных училищ является адаптационным и характеризуется целым рядом особенностей:

1. Переход из начальной школы в среднее звено, который сопровождается новым, более расширенным составом преподавателей [8], воспитателей училища и командиров [4].

2. Переход от младшего школьного возраста к младшему подростковому, для которого характерны следующие новообразования: чувство взрослости и потребность в самоутверждении [13]; потребность в общении и деятельности, имеющей личностный смысл [15]; критичность мышления и склонность к рефлексии [14]; повышенная возбудимость и неуравновешенность [7; 9; 10]. Поведенческие проявления данных психологических новообразований часто вступают в противоречие с существующей в военных организациях системой требований.

3. Переход от привычной «домашней» обстановки к новым социальным условиям: особый режим, однородный коллектив, ограниченные контакты с семьей и референтными группами, необходимость следовать традициям данного учреждения, преобладание коллективных ценностей над индивидуальными, новый круг обязанностей и

т.д. [4].

Особенности адаптации подростков в военных довузовских образовательных учреждениях впервые были рассмотрены Ю. В. Кравченко, которая описала основные этапы и кризисные периоды адаптационного процесса, причины, механизмы и проявления нарушений адаптации воспитанников военных учебных заведений [4]. Она выделила такие показатели успешности адаптации, как успеваемость, социометрический статус и соматическое состояние подростка, которые не связаны между собой, но оказывают значительное влияние на успешность прохождения адаптационного процесса у воспитанников [4].

Однако исследования Ю. В. Кравченко были проведены в 2006 г., когда в суворовские военные училища поступали подростки с 15–16 лет и обучались в течение двух лет.

С 2009 г., как и до 1969 г. обучение в подобных заведениях начинается с 10–11 лет и осуществляется в течение семи лет. Таким образом, суворовские училища оказались перед необходимостью быть готовыми воспитывать и обучать младших подростков, а полученные Ю. В. Кравченко результаты требуют проверки на выборке курсантов, относящихся к другому возрастному этапу.

Н. Ю. Милованова, в 2011 г. изучая социальную адаптацию первокурсников кадетских корпусов, учебных заведений, аналогичных суворовским училищам, выделила следующие адаптационные трудности подростков [5].

Первый вид трудностей связан с социально-бытовой адаптацией. Под воздействием средовых факторов военного училища, таких как специальный режим, строевая подготовка, условия казарменной жизни, систематические физические тренировки разной интенсивности, происходит ломка привычных сложившихся стереотипов. Большинство воспитанников-первокурсников не владеют примитивными навыками самообслуживания. Вследствие этого у них возникают трудности в такой элементарной деятельности, как соблюдение правил личной гигиены, опрят-

ность одежды, чистка обуви. Неумение или нежелание соблюдать чистоту и порядок, безответственное осуществление дежурства, неспособность действовать в одном направлении с коллективом группы и непонимание своих обязанностей являются основными причинами конфликтов в этот период.

Второй вид трудностей зависит от учебной адаптации. Учебная программа значительно усложняется и расширяется, помимо основных направлений добавляются предметы дополнительных курсов военной подготовки. В связи с этим первокурсник может испытывать постоянное состояние напряженности, тревожности и неуверенности в своих силах.

Третий вид трудностей определяется профессионально-служебной адаптацией, которая заключается в понимании и освоении своей роли суворовца. Этот вид адаптации связан с повышенными психофизиологическими нагрузками, регламентированностью разных видов деятельности и особенно проявляется при прохождении военно-полевых сборов.

Последний вид трудностей связан с адаптацией к специфическому общению: ограниченные контакты с привычным окружением, с одной стороны, и чрезмерно иерархизированные отношения, от командиров до однокурсников, с другой стороны, провоцируют трудности в досуговой и учебно-профессиональной деятельности.

Выделенные трудности адаптации, описанные Н. Ю. Миловановой на примере кадетских корпусов, можно обнаружить и у воспитанников суворовских училищ.

Применительно к военным суворовским училищам в научной литературе предложено понятие социально-психологической адаптации, основанное на понимании социально-психологической адаптации, предложенном А. А. Налчаджяном [6], И. А. Мнацаканян [7] и С. Т. Посоховой [11]. Данное понятие определяется как «процесс взаимодействия личности подростка-пятнадцатиклассника и образовательно-воспитательной среды, в результате чего устанавливается оптимальное соответствие между возможностями, склонностями интересами, знаниями, умениями и навыками подростка, с одной стороны, и условиями системы образования и воспитания военного учреждения – с другой стороны» [2, с. 175].

Также в исследованиях социально-психологической адаптации учащихся суворовских училищ уделяется внимание профессиональной деятельности педагога-психолога по снижению уровня тревожности, повышению мотивации к учебной деятельности и формированию социальной активности воспитанников как факторов социаль-

но-психологической адаптации [1].

Несмотря на проведенные отдельные исследования, фундаментального системного изучения социально-психологической адаптации младших подростков к суворовским училищам на сегодняшний день нет. Кроме того, сохраняется необходимость прикладных практических исследований в военных училищах с целью проведения профилактической и коррекционной работы с конкретными учащимися.

Работая по социальному запросу со стороны государственного казенного общеобразовательного учреждения «Екатеринбургское суворовское военное училище Министерства обороны РФ», мы в качестве предмета исследования выделили связь личностных и групповых характеристик с социально-психологической адаптацией. В качестве личностной характеристики мы исследовали личностную тревожность, а в качестве групповой характеристики – групповую сплоченность.

Общая выборка составила 74 человек.

В ходе исследования были использованы следующие методики: «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонд [9], «Определение уровня тревожности» Ч. Спилберга [12], «социометрия» Я. Морено [9].

Надежность и достоверность результатов оценивались с помощью метода математической статистики – коэффициента корреляции Спирмена.

По методике «Диагностика социально-психологической адаптации» были получены первичные данные и подсчитаны средние значения, которые сопоставлялись с нормативными показателями (таблица 1).

Исходя из полученных данных можно увидеть, что большинство показателей социально-психологической адаптации у воспитанников суворовских училищ в первый год обучения выше нормы.

Высокое значение по показателю «принятие себя» означает, что суворовцы положительно относятся к себе как к личности, к своим особенностям и независимы от внешних оценок социального окружения, а высокий показатель притяжения других говорит нам о толерантности к другим, о чувстве притяжения, уважения и ценности других.

Несмотря на резко возросшую нагрузку, такой показатель, как эмоциональный комфорт – выше нормативного, что свидетельствует об удовлетворенности суворовцев той социальной средой, в которой они проводят большинство своего времени.

Выше нормативного показатель внутреннего контроля, демонстрирующий умение воспитанников регулировать свое поведение согласно принятым нормам военного

общеобразовательного учреждения.

Таблица 1

Показатели социально-психологической адаптации суворовцев

Показатели	Нормативные показатели	Средние показатели
Адаптивность	119	142,8
Деадаптивность	119	84,8
Приятие себя	37	49,9
Неприятие себя	24,5	16,01
Приятие других	21	25,6
Неприятие других	24,5	16,7
Эмоциональный комфорт	24,5	26
Эмоциональный дискомфорт	24,5	13,3
Внутренний контроль	45,5	51,1
Внешний контроль	31,5	19,3
Доминантность	10,5	10,8
Ведомость	21	19,09
Эскапизм	17,5	19
Лживость-	31,5	16,5
Лживость+	31,5	15,1

Такой показатель, как доминантность имеет среднее значение, таким образом, у воспитанников-первокурсников суворовского училища может проявляться умеренное стремление влиять на других, отстаивать свою позицию и убеждать других в своем мнении.

Выше нормативного показатель «эскапизм», то есть у суворовцев преобладает стремление к уходу от реальности в мир иллюзий. В данном случае такая стратегия поведения, на наш взгляд, является способом психологической защитной реакции младших подростков на регламентированные требования со стороны военного учебного заведения.

В ходе исследования были получены низкие значения по таким показателям, как неприятие себя, неприятие других, эмоциональный дискомфорт, внешний контроль, ведомость. Данные показатели ниже нормативных, что свидетельствует о невысоком риске возникновения затруднений в процессе адаптации в условиях военной среды.

Обратимся к результатам методики «Определение уровня тревожности» Ч. Спилберга.

Полученные данные были представлены по шкале личностной тревожности в таблице 2.

Таблица 2

Данные по методике «Определения уровня тревожности» Ч. Спилберга

Уровень личностной тревожности	% испытуемых
<i>Низкий</i>	59%
<i>Умеренный</i>	35%
<i>Высокий</i>	6%

Уровень умеренной тревожности характерен для 35% учащихся.

Высокий уровень тревожности присутствует только у 6% учащихся. Эти подростки склонны воспринимать большой круг ситуаций как угрожающий их эмоциональному благополучию. Этим подросткам требуется дополнительная помощь на начальном этапе адаптационного процесса: эмоциональная поддержка, создание ситуации успеха, помощь в различных сферах деятельности,

смещение акцента с внешней требовательности, категоричности в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадам.

Низкий уровень личностной тревожности характерен для 59% суворовцев. Эти воспитанники не склонны воспринимать возникшую проблемную ситуацию как угрозу своей самооценке. Однако следует иметь в виду, что низкий уровень тревож-

ности может выражаться в равнодушии к неблагополучию, а также иметь защитный характер вытеснения реальной тревожности. Поэтому воспитанникам суворовского училища с низким показателем личностной тревожности также требуется помощь, прежде всего проявляющаяся в активном привлечении к разным занятиям, формированию заинтересованности в различных

сферах жизнедеятельности группы, повышении чувства ответственности и внимания к выполняемой деятельности.

По результатам проведения социометрических измерений Я. Морено были получены коэффициенты сплоченности группы по разным сферам деятельности и по взводам (классам), которые представлены в таблице 3.

Таблица 3

Социометрические данные групповой сплоченности суворовцев

Сфера деятельности	Коэффициент групповой сплоченности		
	1 взвод	2 взвод	3 взвод
Учебная	0,6	0,2	0,5
Внеучебная	0,3	0,7	0,6
Трудовая	0,6	0,1	0,4
Спортивная	0,4	0,5	0,5
Средний показатель по взводу	0,46	0,42	0,5

Как можно видеть из таблицы 3, менее выражена групповая сплоченность в учебной и трудовой деятельности во втором взводе, а в первом и в третьем взводах, напротив, более выражена. Во внеучебной деятельности мы видим обратную картину: групповая сплоченность более выражена во втором взводе, а в других взводах она ниже. Таким образом, воспитанники второго взвода склонны общаться, поддерживать дружеские отношения в свободное время, в учебной и трудовой деятельности они действуют менее сплоченно, скорее, рассчитывая только на самих себя. Опираясь на метод включенного наблюдения и обратную связь, мы можем предположить, что это

связано со стилями общения командиров: во втором взводе он характеризуется как наиболее директивный, однако данная гипотеза требует дополнительной проверки. Что касается спортивной деятельности, по всем трем взводам коэффициент сплоченности практически не отличается и говорит о том, что воспитанники училища охотно помогают друг другу в каких-либо трудностях, касающихся этой сферы.

В ходе исследования была подсчитана корреляция (коэффициент Спирмена) интегральных показателей социально-психологической адаптации с уровнем личностной тревожности. Корреляционный анализ между показателями представлен в таблице 4.

Таблица 4

Связь переменных социально-психологической адаптации и личностной тревожности (n=51)

	Само- приятие	Приятие других	Эмоцио- нальный комфорт	Интер- нальность	Стремле- ние к до- минирова- нию	Адапта- ция
Личностная тревожность	-0,57**	0,15	-0,44**	-0,38**	-0,14	-0,44**

** Корреляция значима на уровне 0,01.

Статистически значимая отрицательная связь интегрального показателя адаптации с личностной тревожностью указывает на то, что чем ниже уровень проявления у воспитанников-первокурсников личностной тревожности, тем успешнее будет протекать адаптивный процесс в условиях военного учреждения.

Выявлена так же статистически значимая отрицательная связь между интегральным показателем адаптации «самоприятие» и личностной тревожностью. То есть с повышением позитивного отношения воспитанников к себе, приятием своих личностных особенностей, уровень личностной тревожности снижается и тем самым благо-

приятствует социально-психологической адаптации.

Значимая отрицательная корреляционная связь интегрального показателя «эмоциональный комфорт» с личностной тревожностью говорит о том, что чем ниже проявление личностной тревожности у суворовцев, состояния напряженности в самых разнообразных ситуациях, тем удовлетвореннее они себя будут чувствовать в той социальной среде, в которой находятся.

Статистически значимая отрицательная связь интегрального показателя «интернальность» с личностной тревожностью

говорит о том, что чем ниже будет проявление личностной тревожности у воспитанников-первокурсников, тем выше у них будет показатель внутреннего контроля, который отражает степень умения регулировать свое поведение согласно принятым нормам и требованиям, что является важным для обучения в военном училище.

Также нами была подсчитана корреляционная связь по коэффициенту Спирмена переменных «социально-психологическая адаптация» и «групповая сплоченность» по каждому взводу. Полученный результат представлен в таблице 5.

Таблица 5

Связь переменных адаптации и групповой сплоченности (n=51)

		Социально-психологическая адаптация
Групповая сплоченность	коэффициент корреляции	0,5
	знач. (2-х сторонняя)	0,667

Как видно из таблицы 5, между такими переменными, как «адаптация» и «групповая сплоченность» значимых корреляций выявлено не было. Это может свидетельствовать о том, что на первом курсе военного общеобразовательного учреждения групповая сплоченность воспитанников находится еще на стадии формирования и поэтому не связана с адаптацией.

По результатам проведенного исследования можно сформулировать следующие выводы.

Большинство учащихся, поступивших в суворовское военное училище, демонстрируют хорошие показатели социально-психологической адаптации.

Уровень личностной тревожности у большинства учащихся воспитанников умеренный и низкий. Высокий уровень тревожности характерен только для 6% учащихся, что свидетельствует об отсутствии

дезадаптационных проявлений на уровне тревожности.

На основе корреляционного анализа была выявлена положительная связь между уровнем личностной тревожности и адаптацией: чем ниже уровень личностной тревожности у воспитанника, тем эффективнее будет протекать адаптационный процесс.

Между показателями «адаптация» и «групповая сплоченность» воспитанников-первокурсников значимых корреляций выявлено не было.

В заключение стоит отметить, что данное исследование носило пилотажный характер. Предложенная нами тема требует выдвижения ряда дополнительных гипотез и их проверки на расширенной выборке.

Полученные результаты будут адресованы педагогам-психологам с целью обеспечения психологического сопровождения на дальнейших этапах обучения суворовцев.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анцибор Ю. А. Особенности профессиональной деятельности психолога по психологическому сопровождению адаптационного периода воспитанников 1 курса суворовского военного училища // Вектор науки Тольяттинского гос. ун-та. – 2015. – № 1. – С. 219–221
2. Иванова М. В. Особенности социально-психологической адаптации подростков к условиям обучения в суворовском военном училище // Педагогическое образование в России. – 2016. – № 1. – С. 175–178.
3. Казанская В. Г. Подросток: социальная адаптация. Книга для психологов, педагогов, родителей. – СПб. : Питер, 2011. – 288 с.
4. Кравченко Ю. В. Особенности процесса адаптации подростков к условиям обучения в общеобразовательных военных учебных заведениях : дис. ... канд. психол. наук. – СПб. : Ленинградский гос. ун-т. им. А. С. Пушкина, 2006. – 167 с.
5. Милованова Н. Ю. Трудности социально-психологической адаптации воспитанников к особенностям жизнедеятельности кадетского корпуса // Социально-экономические явления и процессы. – 2011. – № 10. – С. 314–317.
6. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. – 2-е изд. перераб. и доп. – М. : Эксмо, 2010. – 368 с.
7. Мнацаканян И. А. Адаптация учащихся в новых социокультурных условиях : автореф. дис. ... канд.

псих. наук. – Ярославль : Гос. пед. ун-т им. К. Д. Ушинского, 2004. – 26 с.

8. Возрастная психология : учебник / Л. Ф. Обухова. – М. : Юрайт, МГППУ, 2011. – 374 с.
9. Психология личности: тесты, опросники, методики / сост. Н. В. Киршева, Н. В. Рябчикова. – М. : Геликон, 1995. – С. 100–103.
10. Психология подростка : хрестоматия / под ред. Ю. И. Фролов. – М. : Российское педагогическое агентство, 1997. – 526 с.
11. Посохова С. Т. Психология адаптирующейся личности. – СПб., 2001. – 240 с.
12. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Тревога и тревожность / под ред. В. М. Астапова. – СПб. : Питер, 2001. – С. 88–103.
13. Фельдштейн Д. И. Психология современного подростка / под ред. Д. И. Фельдштейн. – М. : Педагогика, 1987. – 240 с.
14. Эльконин Д. Б. Детская психология : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / ред.-сост. Б. Д. Эльконин. – 4-е изд. – М. : Академия, 2007. – 384 с.
15. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер А. В. Толстых. – М. : Прогресс, 1996. – 297 с.

REFERENCES

1. Antsibor Yu. A. Osobennosti professional'noy deyatel'nosti psikhologa po psikhologicheskomu soprovozhdeniyu adaptatsionnogo perioda vospitannikov 1 kursa suvorovskogo voennogo uchilishcha // Vektor nauki Tol'yatinskogo gos. un-ta. – 2015. – № 1. – S. 219–221
2. Ivanova M. V. Osobennosti sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii podrostkov k usloviyam obucheniya v suvorovskom voennom uchilishche // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. – 2016. – № 1. – S. 175–178.
3. Kazanskaya V. G. Podrostok: sotsial'naya adaptatsiya. Kniga dlya psikhologov, pedagogov, roditeley. – SPb. : Piter, 2011. – 288 s.
4. Kravchenko Yu. V. Osobennosti protsessa adaptatsii podrostkov k usloviyam obucheniya v obshcheobrazovatel'nykh voennykh uchebnykh zavedeniyakh : dis. ... kand. psikh. nauk. – SPb. : Leningradskiy gos. un-t. im. A. S. Pushkina, 2006. – 167 s.
5. Milovanova N. Yu. Trudnosti sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii vospitannikov k osobennostyam zhiznedeyatel'nosti kadetskogo korpusa // Sotsial'no-ekonomicheskie yavleniya i protsessy. – 2011. – № 10. – S. 314–317.
6. Nalchadzhyan A. A. Psikhologicheskaya adaptatsiya: mekhanizmy i strategii. – 2-e izd. pererab. i dop. – M. : Eksmo, 2010. – 368 s.
7. Mnatsakanyan I. A. Adaptatsiya uchashchikhsya v novykh sotsiokul'turnykh usloviyakh : avtoref. dis. ... kand. psikh. nauk. – Yaroslavl' : Gos. ped. un-t im. K. D. Ushinskogo, 2004. – 26 s.
8. Vozrastnaya psikhologiya : uchebnik / L. F. Obukhova. – M. : Yurayt, MGPPU, 2011. – 374 s.
9. Psikhologiya lichnosti: testy, oprosniki, metodiki / sost. N. V. Kirsheva, N. V. Ryabchikova. – M. : Gelikon, 1995. – S. 100–103.
10. Psikhologiya podrostka : khrestomatiya / pod red. Yu. I. Frolov. – M. : Rossiyskoe pedagogicheskoe agentstvo, 1997. – 526 s.
11. Posokhova S. T. Psikhologiya adaptiruyushcheyasya lichnosti. – SPb., 2001. – 240 s.
12. Spilberger Ch. Kontseptual'nye i metodologicheskie problemy issledovaniya trevogi // Trevoga i trevozhnost' / pod red. V. M. Astapova. – SPb. : Piter, 2001. – S. 88–103.
13. Fel'dshteyn D. I. Psikhologiya sovremennogo podrostka / pod red. D. I. Fel'dshteyn. – M. : Pedagogika, 1987. – 240 s.
14. El'konin D. B. Detskaya psikhologiya : ucheb. posobie dlya stud. vyssh. ucheb. zavedeniy / red.-sost. B. D. El'konin. – 4-e izd. – M. : Akademiya, 2007. – 384 s.
15. Erikson E. Identichnost': yunost' i krizis / per A. V. Tolstykh. – M. : Progress, 1996. – 297 s.