

## 19.00.00 – PSIXOLOGIYA FANLARI

### TALABALARNING OLIY TA'LIMGA MOSLASHUV JARAYONINING O'ZIGA XOS IJTIMOY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Axmedova Zarina Jamilovna

Psixologiya va sotsiologiya kafedrası o'qituvchisi

*Annotatsiya: Maqola birinchi kurs talabasining universitetda o'qishga moslashish jarayonini yosh shaxsning ijtimoiylashuvi omili sifatida o'rganishga bag'ishlangan. O'z navbatida, sotsializatsiya shaxsning xulq-atvori strategiyasini ishlab chiqish uchun asos bo'lgan munosabat va qadriyatlar tizimini shakllantirish jarayoni sifatida qaraladi. Universitetda o'qish jarayonida birinchi kurs talabasi ijtimoiy guruhga integratsiyalashuv jarayonlariga kiritiladi, bu guruh normalari, qadriyatlari, standartlari, stereotiplari va talablarini qabul qilishni nazarda tutadi. Shunday qilib, inson xulq-atvor strategiyalarini tanlash yoki qayta qurish orqali ijtimoiy muhitdagi o'zgarishlarga moslashadi. Moslashuvning u yoki bu darajasining mavjudligi talabaning ta'lim jarayonini amalga oshirish samaradorligining zaruriy ko'rsatkichidir. Shaxsning moslashish jarayonining tetik mexanizmi uning muhitdagi o'zgarish bo'lib, uning odatiy xatti-harakati samarasiz yoki umuman samarasiz bo'lib chiqishiga asoslanib, birinchi kurs talabasi uchun qiyinchiliklarni engish zarurati paydo bo'ladi. Aynan qiyin hayotiy vaziyat sharoitlarining yangiligi bilan bog'liq. Demak, inson, uning hayotiy holati va shaxs va vaziyat o'rtasidagi (asosiy) o'zaro ta'siri birinchi kurs talabalarining universitetda o'qishga moslashish xususiyatlarini belgilaydi. Shuning uchun ham muayyan universitet sharoitida amaliy ijtimoiy ish (ijtimoiy terapiya) vaziyatning ham ijtimoiy, ham psixologik jihatlari bilan shug'ullanadigan ijtimoiy-psixologik moslashuv xizmati doirasida amalga oshirilishi kerak. Birinchi kurs talabalari bilan ishlash shaxsning ichki dunyosini o'zgartirishga va uning ijtimoiy ta'lim holatini o'zgartirishga, shuningdek ular o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni o'zgartirishga qaratilgan bo'lishi mumkin.*

*Kalit so'zlar: shaxsiyat, moslashish, noto'g'ri moslashish, moslashish, moslashmaslik, moslashish, qiyin hayotiy vaziyat.*

### СПЕЦИАЛЬНЫЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ВЫСШЕМУ ОБРАЗОВАНИЮ

Ахмедова Зарина Джамилевна

преподаватель кафедры психологии и социологии

*Аннотация: Статья посвящена изучению процесса адаптации студента-первокурсника к обучению в вузе как фактора социализации личности молодого человека. В свою очередь, социализация рассматривается как процесс становления системы установок и ценностей, которые выступают основой выработки стратегий поведения личности. В процессе обучения в вузе студент первокурсник включен в процессы интегрирования в социальную группу, что предполагает принятием групповых норм, ценностей, стандартов, стереотипов и требований. Так, личность приспосабливается к изменениям социальной среды путем подбора или перестройки стратегий поведения. Наличие того или иного уровня адаптированности является необходимым показателем эффективности реализации студента в ходе учебного процесса.*

Исходя из того, что пусковым механизмом процесса адаптации человека является смена окружающей его среды, при которой привычное для него поведение оказывается малоэффективным или вообще неэффективным, для студента-первокурсника необходимость в преодолении затруднений, связанных именно с новизной условий трудной жизненной ситуации. Итак, личность, еежизненная ситуация и (главное) взаимодействие между личностью и ситуацией – определяют особенности адаптации студентов первого курса к обучению в вузе. Именно поэтому в условиях конкретного вуза должна проводиться практическая социальная работа (социальная терапия) в рамках Службы социально-психологической адаптации, которая имеет дело и с социальным, и с психологическим аспектом ситуации. Работа с первокурсниками может быть направлена как на преобразование внутреннего мира личности, так и на изменение его социальной ситуации обучения, а также на преобразование взаимодействия между ними.

Ключевые слова: личность, адаптация, дезадаптация, адаптивность, неадаптивность, адаптированность, трудная жизненная ситуация.

## **SPECIFIC SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' PROCESS OF ADAPTATION TO HIGHER EDUCATION**

*Akhmedova Zarina Jamilovna*

*Teacher of the Department of Psychology and Sociology*

*Abstract: The article is devoted to the study of the process of adaptation of a first-year student to study at a university as a factor in the socialization of a young person's personality. In turn, socialization is considered as a process of formation of a system of attitudes and values, which are the basis for developing strategies for the behavior of an individual. In the process of studying at a university, a first-year student is included in the processes of integration into a social group, which implies the adoption of group norms, values, standards, stereotypes and requirements. Thus, a person adapts to changes in the social environment by selecting or restructuring behavioral strategies. The presence of one or another level of adaptation is a necessary indicator of the effectiveness of the student's implementation in the course of the educational process. Based on the fact that the trigger mechanism for the process of adaptation of a person is a change in his environment, in which his usual behavior turns out to be ineffective or ineffective at all, for a first-year student, the need to overcome difficulties associated precisely with the novelty of the conditions of a difficult life situation. So, a person, her life situation and The (main) interaction between the individual and the situation determines the features of adaptation of first-year students to study at the university. That is why, in the conditions of a particular university, practical social work (social therapy) should be carried out within the framework of the Social and Psychological Adaptation Service, which deals with both the social and psychological aspects of the situation. Work with first-year students can be aimed both at transforming the inner world of the individual and at changing his social learning situation, as well as at transforming the interaction between them.*

*Key words: personality, adaptation, maladjustment, adaptability, non-adaptation, adaptability, difficult life situation*

KIRISH. Moslashuv hodisasiga ko'plab ta'riflar mavjud. Umumlashtirilgan shaklda moslashish o'zgaruvchan sharoitlarda adekvat yashash uchun zarur bo'lgan

moslashish, shuningdek, shaxsni yangi ijtimoiy muhitga kiritish, yangi sharoitlarning o'ziga xos xususiyatlarini o'zlashtirish jarayoni sifatida tavsiflanadi. Ijtimoiy moslashuv - bu shaxsning ijtimoiy guruhga integratsiyalashuvi jarayoni, uning guruh normalari, qadriyatlari, standartlari, stereotiplari va talablarini qabul qilishini anglatadi.

Ta'lim tashkilotlari muammolarini hal qilish, amaliyot shuni ko'rsatadiki, talabalarning universitet sharoitlariga va, birinchi navbatda, psixologik nuqtai nazardan, oliy ta'limning butun tuzilishiga oson moslasha olmasliklari bilan duch keladi. Bu holat, ayniqsa, zamonaviyni joriy etishga harakat qilganda seziladi. Demak, oliy ta'lim faoliyatidagi muhim muammolardan biri bu izlanishdir talabalar uchun o'quv va kognitiv faoliyatning yangi sharoitlari bilan tanishtirish vositalari, ya'ni o'quv va kognitiv faoliyatga yanada samarali va «og'riqsiz» moslashish.

#### ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Universitetda talabalarning o'quv-kognitiv faoliyatga moslashish jarayoni bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda (O.U.Gogitsaeva, S.A.Guliyeva, L.N.Tanklaeva, I.M.Xadikova) odatda quyidagi asosiy muammolar aniqlanadi: kechagi maktab o'quvchilari o'zining axloqiy tarbiyasi bilan qo'llab-quvvatlash va o'zaro yordam; kasb tanlash motivatsiyasining etarli darajada ishonchli emasligi, unga psixologik tayyorgarlikning pastligi; mustaqil ishlash qobiliyatining yo'qligi, eslatma olish, asosiy manbalar, indekslar, lug'atlar, ma'lumotnomalar bilan ishlash; o'qituvchilar tomonidan kundalik nazorat qilish odati bilan kuchaygan xatti-harakatlar va faoliyatni psixologik o'zini o'zi boshqarish qobiliyatining yo'qligi; yangi sharoitlarda ish vaqti va dam olishning eng yaxshi rejimini izlash; ayniqsa, oilaviy sharoitdan yotoqxona sharoitiga keskin o'tish bilan; nihoyat, o'z-o'ziga xizmat ko'rsatish va kundalik hayotni o'rnatish. Bu muammolarning barchasi kelib chiqishi va tabiati bilan farq qiladi. Ularning ba'zilar ob'ektiv ravishda muqarrar, boshqalari esa sub'ektiv xarakterga ega bo'lib, kam tayyorgarlik, maktab va oilada tarbiyaning yetishmasligi, mustaqil ishlash qobiliyatining yetishmasligi va boshqalar bilan bog'liq.

Shuni ta'kidlash kerakki, birinchi kurs o'quvchilari umumiy ta'lim maktabida yomon tayyorgarlik ko'rganligi uchun emas, balki ularda mustaqil o'qish qobiliyati, bilim olishga tayyorlik kabi shaxsiy muhim fazilatlarni shakllantirmaganligi sababli bilimlarni etarli darajada o'zlashtirmaydi. umuman olganda, ularning bilim va ko'nikmalarini, kognitiv faoliyatning individual xususiyatlarini, ish vaqtini, asosan, mustaqil ish uchun to'g'ri taqsimlash qobiliyatini nazorat qilish va baholash. Maktabda kundalik nazoratga (K.E. Ketoev, F.G. Xamikoev,) ota-onalarning doimiy vasiyligiga o'rganib qolgan ko'plab birinchi kurs talabalar elementar to'g'ri qarorlarni qanday qabul qilishni bilishmaydi. Ularda o'z-o'zini tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalash ko'nikmalari etarli darajada shakllanmagan.

#### MUHOKAMA VA NATIJALAR

Moslashuv - bu faol samarali faoliyat jarayoni va muayyan ijtimoiy makonda shaxsning muvaffaqiyatli ishlashi uchun zarur shart. Olimlar talabalarning oliy ta'lim tizimi sharoitlariga moslashuvining uch turini ajratib ko'rsatadilar (D.A.Andreeva, S.A.Vasilyova, N.S.Kopeina, E.E.Fedorova):

1. Talabalarning yangi makonga, universitetning notanish tuzilishiga moslashuvining kognitiv axborot mexanizmiga tegishli rasmiy moslashuv (E.R. Kochieva), ushbu tizimdagi o'qitish mazmuni, uning ortib borayotgan talablari, o'zgartirilgan vazifalari.

2. Talabalarni oliy ta'lim tizimida o'quv faoliyatini tashkil etishning yangi usullari, usullari, vositalari, shakllariga tayyorlash uchun mas'ul bo'lgan didaktik

moslashuv.

3. Talabalar guruhlarini ichki integratsiyalashuv jarayonining tabiatini, bir xil guruhlarining butun ta'lim tashkilotining talabalar jamoasi bilan integratsiyalashuv jarayonini, shuningdek, ularning munosabatlarining xarakterini belgilaydigan ijtimoiy moslashuv.

Talabalarni oliy ta'lim tizimiga moslashtirish - bu talabaning ehtiyoj-motivatsion sohasini, yangi o'quv vazifalariga muvofiq mavjud bilim va ko'nikmalar, ko'nikma va odatlar to'plamini o'zgartirishning ko'p qirrali, dinamik, murakkab va ko'p bosqichli jarayoni, vazifalari, maqsadlari, istiqbollari va shartlarini muvaffaqiyatli amalga oshirishdan iborat. Moslashuvchan holatlarning muhim qismi universitetga kirishda o'qish sharoitlarining o'zgarishi natijasida yuzaga keladi

Talaba shaxs sifatida va ma'lum bir yoshdagi shaxs sifatida uchta pozitsiyada tavsiflanishi mumkin: biologik, psixologik va ijtimoiy. Ushbu tomonlarni o'rganish yosh va shaxsiy xususiyatlarini, shuningdek, uning imkoniyatlari va o'rganish qobiliyatini ochib beradi. Shunday qilib, agar biz talabalarga ma'lum bir yoshdagi odamlar sifatida munosabatda bo'lsak, ular elementar, kombinatsiyalangan, yozma va og'zaki signallarga reaksiyaning yashirin davrining minimal qiymatlari bilan tavsiflanadi. O'smirlik davrida boshqa yoshdagilarga nisbatan diqqatni o'zgartirishning eng yuqori tezligi, operativ xotira, og'zaki mantiqiy muammolarni hal qilish va hokozalar kuzatiladi. Shunday qilib, talaba yoshi, ayniqsa 1 va 2-kurslarda, jismoniy, biologik, fiziologik, psixologik, ijtimoiy rivojlanishning barcha oldingi jarayonlariga asoslangan eng katta yutuqlar «cho'qqisi» bilan tavsiflanadi.

Psixologlar talaba moslashuvini ajratadilar va shunga mos ravishda yangi ijtimoiy va madaniy muhitda quyidagi bosqichlar mavjud:

- boshlang'ich bosqich, ya'ni shaxs yoki guruh o'zlari uchun yangi ijtimoiy muhitda o'zini qanday tutishi kerakligini anglagan, ammo yangi universitet muhitining qadriyatlar tizimini tan olishga va qabul qilishga hali tayyor emas va eski qadriyatlar tizimiga rioya qilishga intiladi;
- bag'rikenglik bosqichi, shaxs, guruh va yangi muhit bir-birining qadriyatlar tizimi va xulq-atvor namunalariga o'zaro bag'rikenglik ko'rsatadi;
- turar joy, ya'ni. shaxs tomonidan yangi muhit qadriyatlar tizimining asosiy elementlarini tan olish va qabul qilish, shu bilan birga bir vaqtning o'zida shaxs, guruhning ba'zi qadriyatlarini yangi ijtimoiy-madaniy muhit sifatida tan olish;
- assimilyatsiya, ya'ni. shaxs, guruh va atrof-muhit qadriyatlarini tizimining to'liq mos kelishi.

Talabalik davri uchun ham xarakterlidirki, bu davrda insonning jismoniy va intellektual qobiliyatlari maksimal darajaga yetadi. Ammo ko'pincha bu imkoniyatlar va ularni muvaffaqiyatli amalga oshirish o'rtasidagi «qaychi» bir vaqtning o'zida topiladi. Doimiy ravishda o'sib borayotgan ijodiy qobiliyat va qobiliyatlar, o'sib borayotgan tashqi jozibadorlik bilan birga keladigan aqliy, intellektual va jismoniy kuchlarning rivojlanishi kuchning bu o'sishi «hayot uchun» davom etishi haqidagi illyuziyalarga to'la.

Universitetda o'qish davri nafaqat o'smirlikning ikkinchi davriga, balki shaxsiy fazilatlarni shakllantirishning murakkabligi bilan ajralib turadigan kamolotning birinchi davriga ham to'g'ri keladi. Bu yoshda axloqiy shakllanishning xarakterli xususiyati xulq-atvor va faoliyatning ongli motivlarining ortishidir.

Ananyevaning so'zlariga ko'ra, talabalik - bu shaxsning yetakchi sotsiogen salohiyatini yanada jadal rivojlantirish uchun sezgir davr. Binobarin, oliy ta'lim shu davrda talaba ruhiyati, uning shaxsiyatining kamol topishiga katta ta'sir ko'rsatadi.



Talabalar o'qish davomida tegishli shart-sharoitlarni hisobga olgan holda barcha aqliy sifatlar va bilish jarayonlarini (tafakkur, xotira, nutq, tasavvur va boshqalar) muvaffaqiyatli shakllantiradi. Ular talaba ongining yo'nalishini belgilaydi, ya'ni tanqidiy, ijodiy fikrlashni shakllantiradi. Universitetda eng samarali o'qish uchun umumiy intellektning yuqori darajasi talab qilinadi, xususan, idrok etish, tasvirlash, ishlaydigan xotira, diqqat, eruditsiya, kognitiv qiziqishlarning barqarorligi, dunyoqarash va boshqalar.

Talabaning muvaffaqiyatli moslashuvining zaruriy sharti oliy ta'limning eng yangi xususiyatlarini tushunishdir, bu ichki qulaylik hissi yaratadi va atrof-muhit bilan ziddiyat ehtimolini yo'q qiladi. 1-2 kurs davomida u shakllanadi, o'quv va kognitiv faoliyatni oqilona rivojlantiriladi, tanlangan kasbiy faoliyatga bo'lgan kasb idrok etiladi, o'qish, mehnat, bo'sh vaqt va turmushning maqbul usullari ishlab chiqiladi, o'z-o'zini tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalash bo'yicha ishlar tizimi ishlab chiqiladi, shaxsiy va kasbiy jihatdan muhim fazilatlarni o'z-o'zini rivojlantirish belgilanadi. Uzoq muddatli odatiy ish tartibining keskin o'zgarishi, uning asosi I.P. Pavlovning psixofiziologik kontseptsiyasi dinamik stereotip bo'lib, unda talaba faol orientatsiya-faoliyat komponentini yo'qotadi, ba'zida asabiy buzilishlar va stress reaksiyalarini qo'zg'atadi.

Yuqoridagi sabablarga ko'ra, oldingi stereotiplarni buzish bilan bog'liq bo'lgan zaruriy moslashish davri, dastlabki bosqichlarda ham nisbatan past akademik ko'rsatkichlarga, ham aloqa muammolariga yordam berishi mumkin. Ba'zi talabalar uchun yangi stereotipning shakllanishi asta-sekin, ko'pchilik uchun esa bir tekis davom etadi. Shubhasiz, ushbu qayta qurishning o'ziga xosligi yuqori turdagi xususiyatlar bilan bog'liq. Biroq, ijtimoiy omillar ham juda hal qiluvchi. Talabaning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda, buning asosida uni yangi faoliyatga va yangi muloqot sohasiga jalb qilish jarayoni yaratiladi, moslashuv sindromining oldini olish, moslashish jarayonini bir tekis qilish imkonini beradi. va psixologik jihatdan mos keladi.

Talabalarning moslashuvi 1-semestrining boshida tugaydi. Birinchi kurs talabalari bilan ishlashning asosiy vazifalaridan biri mustaqil ishlarni optimallashtirish va ratsionalizatsiya qilish usullarini ishlab chiqish va amalga oshirishdir.

Universitet talabalarining ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonining samaradorligi diagnostik tadqiqotlar bilan tasdiqlandi. Tasodifiy tanlov yo'li bilan tanlab olingan 100 nafar birinchi kurs talabalari diagnostika ishlarida qatnashdilar. Ishning qiyinligi shundaki, biz savolni bunday shakllantirishning g'ayriinsoniyligi sababli nazorat guruhini aniqlay olmadik, chunki barcha talabalar ijtimoiy va psixologik moslashish jarayoniga kiritilgan. Natijalar aniqlash va boshlang'ich bo'limlarning qiyosiy ma'lumotlariga ko'ra taqdim etiladi. Tadqiqot davomida ma'lum bo'ldiki, eksperimentning dastlabki bosqichida respondentlarning uchdan biridan kamrog'i moslashuv komponentlarini shakllantirishning yuqori darajasiga ega (1-jadval). Motivatsion (38%) va kommunikativ-xulq-atvor komponentlari (28%) ayniqsa yomon shakllangan.

1-jadval

Boshlang'ich davrda universitet talabalarida ijtimoiy-psixologik moslashuvning shakllanish darajalari eksperimental ish

Moslashuv komponentlari	Komponentlarning shakllanish darajalari		
	Yuqori	O'rta	past
Motivatsion	30 %	32 %	38 %
Ma'lumot beruvchi	20 %	67 %	13 %
Kommunikativ xulq-atvor	25 %	47 %	28 %

jadval 2

Yakunida universitet talabalarida ijtimoiy-psixologik moslashuvni shakllantirish darajalari eksperimental ish

Moslashuv komponentlari	Komponentlarning shakllanish darajalari		
	yuqori	O'rta	past
Motivatsion	56 %	24 %	20 %
Ma'lumot beruvchi	65 %	27 %	8 %
Kommunikativ-xulq-atvor	50 %	32 %	18 %

Shakllantiruvchi eksperiment natijalari amalga oshirilgan ishlarning samaradorligi to'g'risida xulosa chiqarishga imkon berdi, chunki ko'rsatkichlar sezilarli darajada o'zgargan: talabalarining 65 foizi kognitiv komponentni, 56 foizi motivatsion komponentni shakllantirishning yuqori darajasiga erishgan. va kommunikativ-xulq-atvor komponentining 50%. Shunga ko'ra, ijtimoiy-psixologik moslashuv komponentlarini shakllantirish darajasi past bo'lgan o'quvchilar soni kamaydi (2-jadval).

Umuman olganda, tadqiqotimiz natijalari shuni tasdiqlaydiki, tizimli maqsadli ishlar ijtimoiy-psixologik moslashuv jarayonini muvaffaqiyatli tashkil etish imkonini beradi, bu esa pirovardida oliy o'quv yurtida raqobatbardosh mutaxassis tayyorlashda o'quv jarayonining samaradorligini ta'minlaydi.

**XULOSA:**

Shunday qilib, talabalarining universitetda o'quv va kognitiv faoliyatga maksimal darajada moslashishini ta'minlaydigan samarali taktika va strategik maqsadlarni ishlab chiqish uchun birinchi talabalarining hayotiy rejalari va qiziqishlarining shakllanish darajasini bilish muhimdir. Ularning dominant motivlari, o'zini o'zi

qadrlash darajasi, xatti-harakat va faoliyatni ongli ravishda tartibga solish qobiliyati, o'quv jarayonida mustaqil qaror qabul qilishga tayyorlik va boshqalar. Oqim bo'yicha ma'ruza o'qiyotgan o'qituvchi, albatta, har bir talaba tomonidan o'quv materialini individual o'zlashtirish darajasini, har birining tahlil qilish va mantiqiy fikrlash qobiliyatini, kognitiv mexanizmlarning rivojlanish darajasini hisobga olish imkoniyatiga ega emas. Bu o'qituvchilar uchun o'zgarishlarni ko'rish ancha qiyin. Odatda, barcha universitetlarda talabalarni oliy kasbiy ta'lim tizimidagi o'quv sharoitlariga moslashtirishga qaratilgan bir qator tadbirlar maxsus rejalashtirilgan. Eng muhim tadbirlarga, masalan: akademik guruhlarini shakllantirish va jalb qilish bo'yicha tadbirlar; «Talabalarga tashabbus» yaxshi an'anasi, bu erda mutlaqo barcha ishtirokchilarga universitetning faol umumiy faoliyati, «Mutaxassislikka kirish» kursini o'qiganliklari uchun sertifikatlar beriladi; akademik guruhlardagi yetakchi o'qituvchilarning so'zlari; ta'lim tashkiloti tarixi va universitet nomini ulug'lagan bitiruvchilar bilan tanishish; talabalarining mustaqil ishlarini nazorat qilish, eng muvaffaqiyatli talabalarni ajratib ko'rsatish, qoloq talabalarga o'z vaqtida zarur yordam ko'rsatish imkonini beruvchi har oy attestatsiyadan o'tkazish. Talabalarini yangi o'quv-kognitiv faoliyatga va ular uchun turmush tarziga moslashtirish jarayonini faollashtirish, universitetda o'qitishning dastlabki bosqichida yuzaga keladigan psixologik va psixofiziologik xususiyatlarni o'rganish, shuningdek, psixologik, Ushbu jarayonni optimallashtirish uchun pedagogik, ta'lim va akademik sharoitlar har qanday universitetning o'ta muhim vazifasidir.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Ambalova S.A. Qobiliyatlar psixologiyasi va ularning tashkiliy va kommunikativ fazilatlarini rivojlantirishdagi roli to'g'risida // To'plamda: Rossiya va qo'shni mamlakatlarda ekologiya va bioxilma-xillikni saqlashning dolzarb muammolari: Ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari. - Vladikavkaz, 2012. S. 303-309.

2. Andreeva D.A. Moslashuv tushunchasi haqida. Talabalarining universitetda o'qish sharoitlariga moslashuvini o'rganish // Inson va jamiyat: Uch. eslatmalar. - Sankt-Peterburg: Sankt-Peterburg davlat universiteti nashriyoti, 2003. - B. 62-69

3. Bekoeva M.I. .. - 2015. - No06 (18) / [ Elektron resurs ] - Kirish rejimi. - URL: <http://naukarastudent.ru/18/2760/>

4. Vasilyeva S.A., Kopeina N.S. Psixologik o'ziga xoslik talabalarining ta'lim jamoasiga muvaffaqiyatli moslashish sharti sifatida // Mehnat jamoalarida amaliy sotsiologiya va ijtimoiy psixologiyaning zamonaviy muammolari. Hisobotlarning tezislari. - Sankt-Peterburg: Sankt-Peterburg davlat universiteti nashriyoti, 2004. - S. 33-36.

5. Gogitsaeva O.U., Xadikova I.M. Pedagogika va psixologiya zamonaviy tizim Ta'lim: Monografiya. - Stavropol, 2012. jild 2.299 b.

6. Gulieva S.A., Tanklaeva L.N. Talabalarining axloqiy va kasbiy madaniyatini shakllantirish // O'quv qo'llanma. - Vladikavkaz, 2013 yil.

7. Kochieva E.R. Zamonaviy talabalar muhitida sog'lom turmush tarzini shakllantirish // Togliatti fanlari vektori davlat universiteti... Seriya: Pedagogika, Psixologiya. 2014 yil. № 4 (19). S. 88-90.

8. Malieva Z.K., Bekoeva M.I. Talabalarining o'z-o'zini tarbiyalash jarayonida zamonaviy interaktiv texnologiyalarning o'rni // «Science Science» Internet jurnali. 2015. T. 7. No 4. 122-bet.

9. Fedorova E.E. Universitet talabalarini ta'lim va kasbiy faoliyatga moslashtirish. - Magnitogorsk, 2007 yil - 13.00.08.

10. Hamikoev F.G., Ketoev K.E. Universitet talabalarining jismoniy tarbiya jarayonini tashkil etishning pedagogik shartlari // Universitet xabarnomasi (Davlat menejment universiteti). 2013 yil. 19-son. S. 303-307.