

Starinskaia Natalia, Borys Grinchenko Kyiv University, Associate

*Professor of the Department of Experimental Psychology, Candidate of
Psychological Sciences (Ph.D.), Institute of Human Sciences*

***Interrelation between social and psychological adaptation and self-actualization
of students in the process of professional training***

Abstract: This article is devoted to research of interrelation between social and psychological adaptation and self-actualization of students in the process of professional training. The publication examines characteristics of self-actualizing students' individuality and their correlation of social and psychological adaptation at different stages of professional training.

Keywords: adaptation, social and psychological adaptation, personal adaptation potential, self-actualization, characteristics of self-actualizing individuality, students, professional training, correlation.

*Старинская Наталья, Киевский университет имени Бориса Гринченко,
доцент кафедры практической психологии, кандидат психологических
наук, институт человека*

***Взаимосвязь социально-психологической адаптации с самоактуализацией
студентов в процессе профессиональной подготовки***

Аннотация: Данная статья посвящена исследованию взаимосвязи социально-психологической адаптации с самоактуализацией студентов в процессе профессиональной подготовки. В публикации рассматриваются характеристики самоактуализирующейся личности студентов и их корреляция социально-психологической адаптацией на разных этапах профессиональной подготовки.

Ключевые слова: адаптация, социально-психологическая адаптация, личностный адаптационный потенциал, самоактуализация, характеристики самоактуализирующейся личности, студенты, профессиональна подготовка, корреляция.

В процессе профессиональной подготовки перед студентами ставятся определенные задачи: фундаментальное освоение научных,

профессиональных и практических знаний, умений, навыков; реализация личностного потенциала в соответствии со своим призванием, интересами и способностями. Успешное разрешение этих задач, самоактуализация, в значительной степени зависят от того как быстро и интенсивно произойдет процесс адаптации студентов к особенностям профессиональной подготовки, к трансформациям социальной среды, другим факторам социального развития.

Социально-психологическая адаптация рассматривается как сложное, многогранное явление, которое представляет собой процесс и результат внутренних изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования. В результате адаптации человек действует естественно, непринужденно, что способствует реализации имеющихся задатков и способностей в практической деятельности, т.е. самоактуализации [1]. Социально-психологическая адаптация студента это процесс приведения основных параметров его социальной и личностной характеристик в соответствие, в состояние динамического равновесия с новыми условиями вузовской среды как внешнего фактора по отношению к студенту [2].

Социально-психологическая адаптированность обусловлена социальной детерминацией процесса самоактуализации. Взаимосвязь социально-психологической адаптированности с самоактуализацией отмечают Н.И. Полубабкина, Л.А. Байкова, Н.И. Петрова и др. Следует отметить, что учёные гуманистического направления (К. Гольдштейн, А. Маслоу, и др.) рассматривали адаптацию, как явление, ведущее к гомеостазу и замедляющее раскрытие индивидуальности, и развитие личности. Однако, К. Роджерс, Р. Мэй и Э. Шостром отмечают важность и полезность адаптации на первом этапе приспособления к новым условиям. Так, К. Роджерс считает, что конструктивное проявление своего врожденного потенциала обусловлено именно адаптацией. Адаптированных людей он относит к, так называемым, «полноценно функционирующим людям» [3].

Р. Мэй признаёт адаптацию «шагом вперёд» в сторону самоактуализации. Э. Шостром рассматривает начало жизни человека (до 35 лет) как один большой адаптационный период, в котором молодые люди адаптируются как к внешним требованиям социокультурной среды, так и к своим внутренним потребностям и стремлениям [4].

Основной задачей и целью данной работы выступило исследование выраженности характеристик самоактуализирующейся личности у студентов и их корреляция с социально-психологической адаптацией в процессе профессиональной подготовки.

Для достижения поставленной цели нами были подобраны психодиагностические методики, которые позволили исследовать характеристики самоактуализирующейся личности по А. Маслоу [5; 6; 7; 8] и социально-психологическую адаптацию студентов в процессе профессиональной подготовки: «Самоактуализационный тест» Л.Гозмана и М.Кроза (САТ), тест смысложизненных ориентаций Д.А.Леонтьева (СЖО), методика диагностики потребности в достижениях Ю.М.Орлов (ПД), методика диагностики типа поведенческой активности Л.И.Вассермана и Н.В.Гуменюка (МДТПА); методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса, Р.Даймонда (СПА), многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г.Маклакова, С.П.Чермянина (МЛО).

Для исследования характеристик самоактуализирующейся личности по А. Маслоу методики и их шкалы были распределены следующим образом:

- эффективное восприятие реальности: шкала ориентации во времени (САТ); шкала результативность жизни (СЖО);
- принятие себя, других и природы: шкала самопринятия (СПА); шкала принятия других (СПА); шкала самоуважения (СПА); шкала, определяющая взгляд на природу человека (САТ); синергичность (САТ);
- непосредственность, простота, естественность: шкала спонтанности (САТ).

- центрированность на проблеме: методика диагностики типа поведенческой активности (МДТПА); потребность в достижениях (ПД).
- автономия: независимость от культуры и окружения: шкала опора; шкала потребность в познании (САТ); локус контроля — жизнь, локус контроля — Я (СЖО); шкала интернальность, шкала стремление к доминированию (СПА);
- свежесть восприятия: интерес и эмоциональная насыщенность жизни (СЖО); эмоциональный комфорт (СПА);
- общественный интерес. Глубокие межличностные отношения: шкала контактности; шкала принятия агрессии (САТ);
- разграничение средств и целей: цели в жизни (СЖО); шкала ценностной ориентации, шкала гибкости поведения (САТ);
- креативность: шкала креативность (САТ).

Для исследования такого свойства как социально-психологическая адаптированность использовалась шкала адаптивности (СПА) и многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО).

Выборку для исследования составили студенты I, III и V курсов психологического факультета и факультета дошкольной педагогики и психологии Донбасского государственного педагогического университета, в количестве 300 человек, из них 248 девушек и 52 юноши. Форма обучения – дневная. Возрастной диапазон – от 17-ти до 25-ти лет. Средний возраст – 21 год.

Рассмотрим результаты анализа выраженности характеристик самоактуализирующейся личности студентов на разных этапах профессиональной подготовки.

С помощью t-критерия Стьюдента мы выявили значимые различия между 1 и 3 курсом, 1 и 5 курсом, 3 и 5 курсом обучения

При оценке с помощью t-критерия Стьюдента выявлены значимые различия по показателю самопринятие («принятие себя, других и природы») между 1 и 3 курсом ($t = - 3,00$ при $p < 0,01$); между 1 и 5 курсом ($t = - 5,383$

при $p < 0,01$); между 3 и 5 курсом ($t = - 2,43$ при $p < 0,05$). Эти различия говорят о том, что студенты к 5 курсу лучше познают себя, адекватно оценивают собственные способности и практические действия по их развитию, самоактуализируются. Процесс обучения в вузе способствует когнитивной усложненности и дифференцированности самопринятия студентов.

Установлены значимые различия показателей: локус контроля «Я» (между 1 и 5 курсом $t = - 2,38$ при $p < 0,05$; между 3 и 5 курсом $t = - 3,105$ при $p < 0,01$); интернальности (между 1 и 5 курсом $t = - 4,00$ при $p < 0,01$; между 3 и 5 курсом $t = - 1,98$ при $p < 0,05$), стремления к доминированию (между 1 и 5 курсом $t = - 2,68$ при $p < 0,01$). Учитывая, что данные показатели отображают такую характеристику самоактуализирующейся личности как «автономия, независимость от культуры и окружения» можно предположить, что у студентов к 5 курсу обучения складывается представление о себе как о сильной личности, осознающей важность собственных действий определенных результатов в жизни.

Выявлены значимые различия между 1 и 5 курсом ($t = - 2,57$ при $p < 0,05$) показателя «опора», что демонстрирует возрастание к 5 курсу у студентов зависимости от мнения других, стремление подстроить свое поведение под несвойственные им эталоны; снижение инициативы, самостоятельности в выработке и отстаивании собственной позиции. Вероятно, это может быть связано с изменившимися условиям жизнедеятельности личности: решением проблем профессионального и личностного самоопределения. Проблемная насыщенность данного этапа обучения для личности обуславливает повышения уровня функционирования защитных механизмов.

Показатель «интерес и эмоциональная насыщенность жизни», который относится к такой характеристики самоактуализирующейся личности студентов как «свежесть восприятия» увеличивается к 5 курсу (значимые различия между 1 и 5 курсом $t = - 4,07$ при $p < 0,001$; между 3 и 5 курсом $t = -$

2,32 при $p < 0,05$). По следующему показателю данного свойства «эмоциональный комфорт» выявлены значимые различия только между 1 и 3 курсом ($t = -3,36$ при $p < 0,01$). Динамика указанных показателей свидетельствует о более сильном проявлении гедонистической направленности студентов к 5 курсу, то есть они стремятся к простой и легкой жизни, неспособны к систематическому труду, самостоятельности, ответственности. Гедонистическая направленность студентов становится существенным препятствием на пути к самоактуализации, поскольку, как отмечает А.Маслоу, основным способом развития всех способностей и возможностей человека является труд — труд творческий, захватывающий всю личность индивида, именно в труде происходит самоактуализация человека [9].

В характеристике самоактуализирующейся личности студентов «центрированность на проблеме» по показателю «потребность в достижениях» выявлены значимые различия между 1 и 3 курсом ($t = -3,20$ при $p < 0,01$); между 3 и 5 курсом ($t = 4,29$ при $p < 0,001$). Данные различия свидетельствуют об отрицательной динамике потребности в достижениях, поскольку студенты 5 курса (12,46 баллов) в процессе исследования показали практически одинаковые результаты со студентами 1 курса (12,66 баллов). Потребность в достижениях наиболее выражена у студентов 3 курса и по результатам исследования находится в пределах нормы (13,63 балла). Потребность в достижениях рассматривается в качестве необходимого условия для раскрытия потенциала способностей и талантов личности. Следовательно, студентам как субъектам учебной деятельности необходимо создавать ситуацию успеха, которая очень зависит от позитивной оценки их учебной деятельности. Смысл оценки для студентов выступает в желании добиваться успеха и в учебном процессе, и тем самым, получить уверенность в себе, в своих способностях [10].

Установлены значимые различия по показателю «цели в жизни» (между 1 и 3 курсом $t = -3,02$ при $p < 0,01$; между 1 и 5 курсом $t = -2,194$ при

$p < 0,05$), который характеризует свойство «разграничение средств и целей». Можно предположить, что студенты склонны строить несбыточные планы; у них снижена личная ответственность за свои действия и поступки. Требуется особого внимания тот факт, что студенты 3 (33,52 балла) и 5 курсов (32,67 балла) достаточно безответственно относятся к определению собственной стратегии жизни, линии развития внутреннего потенциала, личностного роста.

Рассмотрим результаты корреляционного анализа социально-психологической адаптации и характеристик самоактуализирующейся личности студентов.

На первом курсе выявлены корреляции показателей социально-психологической адаптации («личностный адаптационный потенциал») и характеристики «эффективное восприятие реальности» (0,36, $p < 0,01$; 0,29, $p < 0,01$). На 3 и 5 курсе выявлена корреляция с показателем «адаптивность» (3 курс - 0,58, $p < 0,001$; 5 курс - 0,59, $p < 0,001$). На 5 курсе показатели этой характеристики коррелируют с показателями «личностный адаптационный потенциал» (0,44, $p < 0,001$), «нервно-психическая устойчивость» (0,40, $p < 0,001$). Таким образом, можно сказать, что чем более адаптированы студенты к процессу профессиональной подготовке в вузе, тем правильнее они ориентируются во времени, ощущая неразрывную глубокую связь между прошлым, настоящим и будущим, воспринимают процесс своей жизни как интересный и наполненный смыслом. Это дает им свободу и возможность реализовать себя.

На пятом курсе показатели социально-психологической адаптации образуют связи с показателями характеристики «принятие себя, других и природы» (показатели шкалы «личностный адаптационный потенциал» коррелируют с показателями шкалы «принятие себя» 0,31, $p < 0,01$ и с показателями шкалы «принятие других» 0,30, $p < 0,01$). Это свидетельствует о том, что чем выше уровень социально-психологической адаптации, тем более гармонично студенты взаимодействуют с окружающими, имеют

реалистическое восприятие себя, других и мир вокруг них [8], тем больше возможностей для реализации собственных возможностей, личностного роста и самоопределения в целом.

Выявлены сходные связи социально-психологической адаптации с показателями характеристики «автономия: независимость от культуры и окружения» на 1 и 5 курсах: (показатели шкалы «адаптивность» на 1 курсе коррелируют с показателями шкалы: «опора» 0,35, $p < 0,001$; на 5 курсе 0,51, $p < 0,001$) На 3 курсе выявлена корреляция с показателем «локус контроля-жизни» 0,33, $p < 0,001$. Исходя из полученных результатов, можно сказать то, что адаптация позволяет студентам руководствоваться в жизни своими собственными целями, полагаться на свой собственный потенциал и внутренние источники роста и развития.

Значимых корреляций с показателями других рассматриваемых нами характеристик самоактуализирующейся личности студентов не выявлено.

Итак, проведенное исследование показало, что студенты социально-психологически адаптируясь к новым, изменяющимся условиям профессиональной подготовки, способны более правильно и беспристрастно воспринимать мир вокруг себя и окружающих, не бояться неизвестности; принимать себя, других такими, какие они есть; делать свободно выбор, не проявляя конформность.

Список литературы:

1. Старинская Н.В. Особенности адаптации молодых учителей к работе в школе // Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты: матер. III Междунар. науч. – практ. интернет-конф. Чита, 2011. – С. 220.

2. Гришанов Л.К., Цуркан В.Д. Социологические проблемы адаптации студентов младших курсов // Психолого-педагогические аспекты адаптации студентов к учебному процессу в ВУЗЕ / Под ред. В.А. Гаврилова и др. Кишинёв, 1990. – С. 3-4.

3. Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ. СПб., 2002. – С. 82-92.
4. Шостром Э., Браммер Л. Терапевтическая психология. Основы консультирования и терапии. СПб., 2002. – 624 с.
5. Maslow A.H. Motivation and personality (3rd.). New York: Harper and Row. 1987.
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб., 2008. – С. 514-521.
7. Cherry K. What Is Self-Actualization?
http://psychology.about.com/od/theoriesofpersonality/a/hierarchyneeds_2.htm
8. Cherry K. Characteristics of Self-Actualized People
<http://psychology.about.com/od/theoriesofpersonality/tp/self-actualized-characteristic.htm>
9. Анцыферова Л.И. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрахама Маслоу // Вопросы психологии. – 1973. - №4. – С. 179.
10. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. Москва, 1990. – С. 230.