

Кулагина Ирина Васильевна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии ФБГОУ ВПО «Тольяттинский государственный университет», г. Тольятти
kulagina.i.v@mail.ru



Исследование особенностей самореализации студентов с разным уровнем социально-психологической адаптации

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь явлений самоактуализации и самореализации в едином процессе личностного совершенствования. Представлены результаты экспериментального исследования особенностей самореализации студентов-первокурсников с разным уровнем социально-психологической адаптации к условиям высшей школы.

Ключевые слова: личность, самоактуализация, самореализация, социально-психологическая адаптация.

Раздел: (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

Несмотря на внушительную историю исследования феномена самореализации, а нем остается много не раскрытых сторон. Психологи гуманистического направления [1, 2] считают стремление к самораскрытию и самоосуществлению личности врожденной тенденцией и равнозначно обозначают ее то термином самоактуализация, то самореализация. С нашей точки зрения это не вполне корректно и следует, скорее, представлять эти явления как две стороны одного процесса, но идущие последовательно в онтогенезе. Если самоактуализация представляет собой процесс познания и раскрытия бытийных тенденций личности, то следующая за ней самореализация заключается в непосредственном их деятельностном воплощении. Несмотря на условную разделенность во времени эти феномены взаимосвязаны и взаимозависимы.

Самоактуализация и самореализация в работах разных авторов предстают то ведущим мотивом, то целью жизни и деятельности личности, то процессом, то результатом роста и развития. Представления о структуре и содержании данных феноменов также разнятся. Сложно найти какое-либо психологическое направление, которое бы не рассматривало самореализацию в том или ином аспекте. Воззрения психологов-гуманистов [1] о том, что роль окружающей среды состоит исключительно в помощи актуализации врожденной тенденции к максимально полному воплощению потенций и возможностей может вызвать определенные сомнения. Их корень кроется в том, что у человека присутствует еще одна врожденная потребность, а именно потребность в адаптации к окружению, в частности социальному. Адаптация, даже если брать только социально-психологическую ее разновидность, представляет собой напряженный и противоречивый процесс поиска гармоничного равновесия со средой, результатом которого не обязательно является самореализующаяся личность [3]. Человек в своей изначальной ипостаси является биологическим существом, что свидетельствует о приоритете адаптационных стратегий, и лишь достигнув высших потребностных этапов, он может отчетливо ощутить необходимость самореализации. Именно соотношение этих двух врожденных тенденций обусловило наш исследовательский интерес.

Мы предположили, что стремление к адаптации является более сильным и устойчивым, вследствие чего будет накладывать отпечаток на другие личностные особенности, в частности на выраженность некоторых аспектов самореализации.

Наиболее показательным в рамках рассматриваемой проблемы нам представляется юношеский возраст. По мнению И. Д. Егорычевой [4], самореализация представляет собой совокупность циклов последовательно сменяющихся стадий саморазвития и, одновременно, заключительный этап каждого цикла. Юношество, таким образом, представляет собой период качественной трансформации самоактуализации в самореализацию, т. е. начинается деятельность реализации самоактуализированных тенденций и, вместе с тем, у большинства молодых людей возникает необходимость в адаптации к новым условиям высшего учебного заведения. Наше исследование посвящено изучению особенностей самореализации личности в зависимости от уровня психологической адаптации студентов-первокурсников.

Исследование было проведено на базе Тольяттинского государственного университета. Выборка представлена 198 студентами-первокурсниками гуманитарных специальностей дневного отделения в возрасте 17–18 лет. Для решения поставленных задач из всего диагностического комплекса были использованы результаты респондентов по следующим методикам: «Методика диагностики социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда [5], «САМОАЛ» А. В. Лазуркина в адаптации Н. Ф. Калина [6]. Использование опросника «САМОАЛ» обусловлено рассмотренным выше представлением о взаимосвязи самоактуализации и самореализации в едином процессе самоосуществления личности.

По результатам изучения социально-психологической адаптации все респонденты статистически достоверно были распределены по группам в соответствии с уровнем адаптированности к условиям вуза.

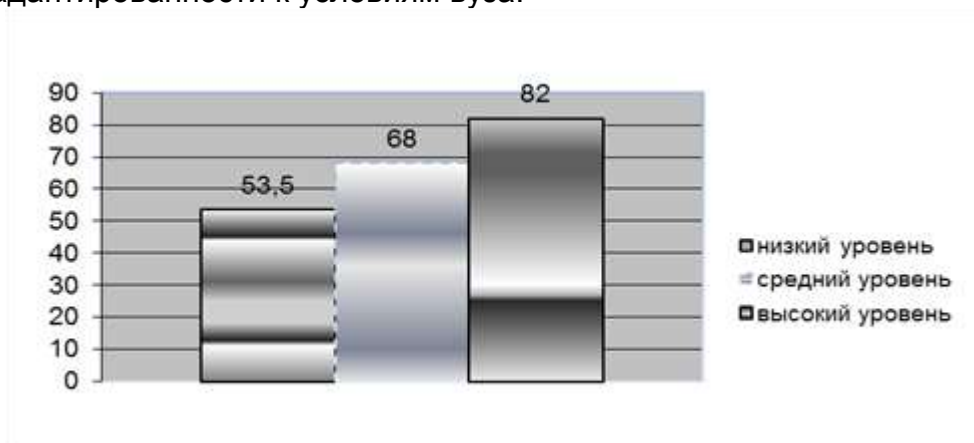


Рис. 1. Гистограмма распределения респондентов по группам в соответствии с уровнем социально-психологической адаптации

Анализируя результаты представителей группы с высоким уровнем адаптации ($n = 56$) можно говорить, что им характерно достаточно полное освоение и принятие норм и ценностей высшего учебного заведения, стремление к активному взаимодействию со средой, реализации своей осознанной индивидуальности. В процессе совместной деятельности им удается установить равновесие между требованиями из вне и собственными интересами и возможностями. Позитивное самоотношение совместно с развитой рефлексией и критичностью позволяет студентам этой группы реализовать социогенные потребности, удовлетворяя ролевым ожиданиям группы и получать удовольствие от самоутверждения. В отношении респондентов со средним уровнем социально-психологической адаптации ($n = 84$) можно заметить, что ими

вполне осознаются требования, предъявляемые со стороны учебной группы и вуза в целом, присутствует стремление соответствовать большинству из них. Потребность во взаимодействии реализуется через приятельские отношения с большей частью коллектива и дружеские с определенными микрогруппами, что позволяет увеличить арсенал способов самоутверждения в новой социальной среде. У студентов с низким уровнем адаптированности ($n = 58$) отмечаются трудности при организации социального взаимодействия различного уровня, медленное освоение, а подчас непринятие установленных групповых норм и обычаев, в том числе неформальных. Пониженная самооценка, тревожность, неудовлетворительная критичность и рефлексия препятствуют процессам индивидуализации и самоутверждения в коллективе. Значительные энергозатраты при межличностном взаимодействии выражаются в эпизодическом интересе данных респондентов к овладению новыми ролевыми функциями, в низкой продуктивности деятельности, отрицательном самочувствии.

На следующем этапе исследования был проведен анализ особенностей самореализации групп с разным уровнем адаптированности соотносительно со шкалами методики «САМОАЛ».

Анализируя особенности самореализации респондентов с высоким уровнем социально-психологической адаптацией (рис. 2) следует отметить, что наибольшие показатели обнаружены по шкалам «Ценности» и «Креативность». Это свидетельствует о том, что респонденты понимают и разделяют ценности самоактуализирующейся личности, что выражается в стремлении к гармонии с окружающим социумом, потребности в партнерских отношениях, основанных на взаимном уважении, а также осознании индивидуальной самодостаточности. Не стандартный подход к жизни и деятельности позволяет находить новое и неизведанное в каждом моменте, окрашивая его положительными эмоциями и стремлением к личностному росту. Незначительные показатели (по сравнению с другими результатами) отмечены по шкале «Спонтанность», что, скорее всего, вызвано необходимостью овладения новыми способами поведения и деятельности в изменившихся условиях обучения, и впоследствии эти показатели увеличатся.



Рис. 2. Особенности самоактуализации респондентов с высоким уровнем социально-психологической адаптации. Примечание: по оси абсцисс расположены шкалы «САМОАЛ»: 1 – шкала ориентации во времени; 2 – шкала ценности; 3 – шкала взгляд на природу человека; 4 – шкала потребность в познании; 5 – шкала креативность; 6 – шкала автономность; 7 – шкала спонтанность; 8 – шкала самопонимание; 9 – шкала аутосимпатия; 10 – шкала контактность; 11 – шкала гибкость в общении

Показатели респондентов со средним уровнем социально-психологической адаптации (рис. 3) свидетельствуют о преобладании сходных с первой группой результатов. Также наиболее выражены тенденции шкал «Ценности» и «Креативность». Стремление к самоактуализации рассматривается ими как принятие и деятельностное воплощение таких ценностей как добро, истина, справедливость и т. д. Поиск оригинальных идей и проектов порождает творческий подход к организации собственной жизни, нестандартное мышление и поведение. Низкие показатели шкалы «Взгляд на природу человека» отражают некоторую неуверенность в собственных силах, а также могут интерпретироваться как следствие напряженного процесса установления межличностных отношений в новом учебном коллективе.



Рис. 3. Особенности самоактуализации респондентов со средним уровнем социально – психологической адаптации. Примечание: по оси абсцисс расположены шкалы «САМОАЛ»: 1 – шкала ориентации во времени; 2 – шкала ценности; 3 – шкала взгляд на природу человека; 4 – шкала потребность в познании; 5 – шкала креативность; 6 – шкала автономность; 7 – шкала спонтанность; 8 – шкала самопонимание; 9 – шкала аутосимпатия; 10 – шкала контактность; 11 – шкала гибкость в общении

Студенты с низким уровнем социально-психологической адаптации в целом продемонстрировали сниженные показатели по всем шкалам методики «САМОАЛ» (см. рис. 4). Но, несмотря на это, общая картина схожа с особенностями ранее рассмотренных групп. Наибольшие показатели наблюдаются по шкалам «Ценности» и «Креативность». Исходя из этого, можно сказать, что респонденты осознают потребность в организации гармоничного бытия с окружающим миром на основе высших человеческих ценностей, стремятся внести в повседневную жизнь и деятельность творческий элемент, экспериментируют с различными способами мышления и поведения.



Рис. 4. Особенности самоактуализации респондентов с низким уровнем социально – психологической адаптации. Примечание: по оси абсцисс расположены шкалы «САМОАЛ»: 1 – шкала ориентации во времени; 2 – шкала ценности; 3 – шкала взгляд на природу человека; 4 – шкала потребность в познании; 5 – шкала креативность; 6 – шкала автономность; 7 – шкала спонтанность; 8 – шкала самопонимание; 9 – шкала аутосимпатия; 10 – шкала контактность; 11 – шкала гибкость в общении

Низкие баллы отмечены по шкалам «Спонтанность» и «Аутосимпатия», характеризую представителей этой группы как неуверенных в себе, с плохо осознаваемой и неадекватной самооценкой, испытывающих затруднения в установлении и поддержании социальных контактов, в частности вследствие боязни самовыражения и сомнений в привлекательности для собеседника. Данные личностные особенности этой группы респондентов были также отмечены и при исследовании социально-психологической адаптации.

Завершая анализ полученных экспериментальных данных можно констатировать, что для студентов-первокурсников преобладающими аспектами в процессах самоактуализации и самореализации являются бытийные ценности и творческий подход к окружающей действительности. Им свойственно стремление организовать жизненное и деятельностное пространство в соответствии с представлением о высших гуманистических ценностях, внося при этом в повседневность элемент уникальности и оригинальности, особого личностного взгляда. Достоверно установленная высокая корреляционная связь показателей шкал «Ценности» и «Креативность» методики «САМОАЛ» с показателями социально-психологической адаптации респондентов, позволяет сделать вывод о взаимосвязи уровня адаптированности личности к новым социокультурным условиям и степени выраженности самореализационных тенденций. Выявленные соответствия между уровнем адаптированности и уровнем выраженности самореализационных аспектов в рассмотренных группах в период приспособления к изменившимся условиям жизни и деятельности свидетельствует о приоритетных позициях адаптационных стратегий.

Результаты, полученные в ходе исследования, дополняют представление об особенностях самореализации личности, имеющееся в научной литературе. Выводы, сделанные по результатам исследования, обладают практической значимостью, так как могут быть использованы психологами при составлении коррекционных и развивающих программ, в частности в рамках работы, направленной на повышение адаптированности студентов-первокурсников к условиям вуза.

Ссылки на источники

1. Маслоу А. Психология бытия. – М.: «Ралф-бук», «Ваклер», 1997.
2. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М., 1994.
3. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: Прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2006.
4. Егорычева И. Д. Самореализация как деятельность (к постановке проблемы) // Мир психологии. – 2005. – № 3. – С. 11–33.
5. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие. – Самара: Изд. дом «БАХРАХ-М», 2001.
6. Батаршев А. В. Психодиагностика в управлении: практическое руководство: учеб.-практ. пособие. – М.: Дело, 2005.

Irina Kulagina,

Candidate of Psychological Sciences, Docent of the department "Theoretical and practical psychology", Togliatti State University, Togliatti

kulagina.i.v@mail.ru

Research of features of self-realization of students with different levels of socio-psychological adaptation

Abstract. The article examines the relationship of the phenomena of self-actualization and self-realization in a single process of personal improvement. The results of experimental studies of the peculiarities of self-realization of first-year students with different levels of socio-psychological adaptation to the conditions of higher school.

Key words: personality, self-actualization, self-realization, socio-psychological adaptation.

Рекомендовано к публикации:

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,
главным редактором журнала «Концепт»

Поступила в редакцию <i>Received</i>	09.11.15	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	18.11.15
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	18.11.15	Опубликована <i>Published</i>	01.12.15



www.e-koncept.ru

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2015

© Кулагина И. В., 2015