

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
**САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Особенности социально – психологической адаптации
студентов вуза: сравнительный контекст**

АВТОРЕФЕРАТ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 541 группы
направления (специальности) 440302 Психолого-педагогическое образование
профиль подготовки «Психология образования»
Факультет психолого-педагогического и специального образования

Косюк Кристины Анатольевны

Научный руководитель
к. социол. н., доцент

подпись

дата

Е.В. Куприянчук

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор

подпись

дата

Р.М. Шамионов

Саратов 2023 г.

ВВЕДЕНИЕ

Социализация и адаптация личности сегодня являются важнейшей проблемой современного общества. Они обуславливают благополучие не только отдельного человека, но и всего общества в целом.

Все процессы, которые происходят в общественной жизни, влияют на личность и ее внутренние адаптивные механизмы. Сегодня неблагоприятные эпидемиологические условия и беспокойная военная обстановка существенно влияют, причем негативным образом, на социализацию личности и ее адаптивные механизмы.

Вот почему изучение особенностей социализации, копинг-стратегий и механизмов защиты личности у студентов является актуальной темой для исследования. Этот вопрос широко рассматривается многими авторами. От выбираемых копинг-стратегий и механизмов защиты личности зависит успешная адаптация будущих выпускников и достижение ими определённых высот в профессиональной карьере.

Социализация, копинг-стратегии и защитные механизмы личности обуславливают благополучие не только отдельного человека, но и всей социальной группы, в нашем случае – студентов, а также государства. Анализ различных подходов определяет социализацию в качестве сложного, многоуровневого и многофункционального процесса и результата вхождения человека в социальную среду.

Отметим, что копинг представляет собой адаптивное совладающее поведение либо психологическое преодоление. Копинг-механизмы – это такие механизмы, которые задействуются в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах деятельности человека. Они подразделяются на адаптивные, относительно адаптивные и неадаптивные копинг-механизмы. Выбирая адаптивные либо относительно адаптивные стратегии поведения, человек успешнее проходит социализацию и адаптируется в мире. Прибегая к неадаптивным копинг-механизмам, у человека формируются проблемы в

адаптации, социализации, и он сталкивается с трудностями в разных сферах своей жизнедеятельности.

Механизмы психологической защиты — это такие механизмы, которые регулируют, устраняют либо нивелируют (сводят к минимуму) негативные, травмирующие эмоциональные переживания, тревогу, дискомфорт, переживаемые личностью и сопряженные с внутренними либо внешними конфликтами, а также когнитивным диссонансом.

Помимо этого, сам процесс получения высшего образования студентами на различных факультетах выступает важнейшим этапом в социализации личности и выработки адаптивных копинг-стратегий. Принято считать, что спорт и занятия физической культуры, которые включены в учебные программы всех факультетов, положительно влияет на социализацию и адаптивные механизмы личности, что говорит о значимости изучения настоящей темы.

Также остается не изученным вопрос, отличаются ли особенности социализации и стратегии у студентов – спортсменов от других студентов, чья профессиональная деятельность не связана со спортом. Адаптация личности сегодня захватывает ведущее положение в научных, социально-психологических исследованиях. Социально-психологическая адаптация считается ведущим и определяющим механизмом в социализации личности.

Спортивная деятельность влияет на процесс социализации личности. При этом для достижения ее высокого уровня необходимы развитые адаптационные возможности, которые, в свою очередь, и определяют личность студентов.

Изучением вопросов, касающихся темы особенностей социализации личности и адаптации, занимались такие авторы и исследователи, как А.Л. Журавлева, Р.М. Шамионов, М.В. Григорьева, А.А. Голованова, В.И. Матвиенко и другие.

Изучением вопросов копинг-механизмов занимались такие авторы, как Э. Хейм, Р.С. Лазарус, З. Фрейд и другие. Изучением механизмов

психологических защит занимались такие исследователи, как З. Фрейд, А. Фрейд, Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Р. Конте, Л. И. Вассерман, В.В. Бойко и другие.

Актуальность проблемы определила цель, выбор объекта и предмета исследования.

Объект исследования – социально – психологическая адаптация студентов.

Предмет исследования – особенности адаптации, копинг-стратегий и защитных механизмов у студентов в сравнительном контексте.

Цель исследования – изучение особенностей социально – психологической адаптации студентов в современном социуме.

Задачи исследования:

1. Теоретически обосновать проблему социализации, адаптации и совладающих стратегий личности в психологической науке. Проанализировать на теоретическом уровне проблему социализации и ее механизмов у студенчества.

2. Изучить на эмпирическом уровне особенности социализации и копинг-стратегий у студентов.

3. Провести сравнительный анализ особенностей социализации и копинг-стратегий студентов-спортсменов и студентов, чья профессиональная деятельность не связана со спортом.

4. Провести эмпирическое исследование взаимосвязи социализации и адаптивных стратегий у студентов.

5. Изучить на эмпирическом уровне особенности проявления механизмов психологической защиты и особенности адаптации (приспособленности) у студентов.

Гипотезой исследования является предположение о том, что в сегодняшней действительности значительная часть молодых людей, в том числе среди студентов, испытывают трудности социализации и формирования адаптивных стратегий поведения. Это может выражаться в проблемах со

здоровьем, взаимоотношениях с окружающими, чрезмерных эмоциональных переживаниях молодежи и т.д.

1. Существуют различия в особенностях социализации и выборе копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов.

2. Существует взаимосвязь уровней социализации и копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов.

3. Существуют различия в особенностях проявления защитных механизмов и адаптации (приспособленности) у студентов-спортсменов и студентов-психологов.

Теоретической и методологической основой настоящего исследования являются труды различных как отечественных, так и зарубежных исследователей в области изучения социализации, адаптации и копинг-стратегий у студентов, обозначенные выше.

Методы психолого-педагогического исследования:

1. Теоретический анализ психологической литературы по проблеме особенностей социализации личности студентов.

2. В эмпирическом исследовании использовалась совокупность методов, направленных на решение поставленных задач: наблюдение, опрос, психодиагностическое тестирование.

В качестве диагностических **методик** применялись:

– Тест «Уровни социализации личности» Р.И. Мокшанцева;
– Опросник «Копинг-механизмы» Э. Хейма;
– Опросник «Индекс жизненного стиля» (на диагностику механизмов психологической защиты). Авторы: Р. Плутчик, Х. Келлерман и Х. Р. Конте, в адаптации Л. И. Вассермана;

– Опросник приспособленности Х. Белла.

3. Для статистической обработки данных применены методы математической статистики: расчет критерия Колмогорова-Смирнова – для проверки нормальности распределения, U-критерий Манна-Уитни – для сравнения групп и корреляционный анализ Ч.Э. Спирмена.

База исследования. Выборку исследования составили студенты Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского. Всего в исследованиях участвовали 50 человек в возрасте от 19 до 30 лет. Из них 25 студентов-спортсменов и 25 студентов-психологов.

Научная новизна исследования состоит в том, что в настоящем исследовании показаны особенности социализации, предпочитаемые копинг-стратегии и механизмы психологической защиты у студентов-спортсменов и студентов психологов. Продемонстрирована возможность проведения экспериментально диагностического исследования структурных компонентов и уровней социально – психологической адаптации у студентов вуза.

Практическая значимость заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы в консультативной работе, практике психологического сопровождения студентов вузов.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка использованной литературы и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введение определена актуальность изучаемой темы, цель, задачи, объект, предмет, гипотеза, база, выборка, методы, методики и значимость проведённого исследования.

Первая глава посвящена теоретическому обоснованию проблем социализации и адаптации в психологической науке. Состоит из трёх параграфов.

Первый параграф первой главы посвящён рассмотрению проблематики социализации и адаптации личности в психологической литературе. В результате определено понятие социализации и адаптации.

Социализация представляет собой процесс усвоения и воспроизводства индивидуумом различных норм, ценностей, социального опыта и других аспектов общества. Она является непрерывным, сложным, многоуровневым,

многофункциональным процессом и результатом вхождения человека в социальную среду, который длится на протяжении всей жизни человека. Результатом успешной социализации личности является ее адаптация или приспособленность к существованию в социуме.

Второй параграф первой главы посвящён рассмотрению копинг-стратегий и механизмов психологической защиты как инструментов адаптации. Определены понятия копинг-стратегий и механизмов психологической защиты, а также их отличия.

Копинг-стратегии представляют собой адаптивное совладающее поведение или психологическое преодоление трудностей. Механизм психологической защиты выражается в качестве системы регуляторных и психических механизмов, устраняющих либо нивелирующих (сводящих к минимуму) негативные травмирующие эмоциональные переживания, тревогу, дискомфорт, переживаемые личностью и сопряженные с внутренними либо внешними конфликтами, а также когнитивным диссонансом. Копинг носит осознанный характер и основывается на произвольной природе, а защитные механизмы характеризуются неосознанностью и непроизвольностью.

Третий параграф первой главы посвящён особенностям социализации личности у студентов. Отмечен процесс получения высшего образования, поскольку нашей выборкой исследования стали студенты.

Процесс получения высшего образования студентами на различных факультетах выступает важнейшим этапом в социализации личности. Профессиональная социализация личности студента в образовательном пространстве вуза является жизненным этапом, в процессе которого любой студент становится активным субъектом процесса профессионального развития. Спортивные занятия в рамках дисциплины физической культуры, которая включена в учебную программу всех факультетов, а не только студентов факультета физической культуры, способны положительно повлиять на социализацию личности студентов. Результатом успешной социализации студентов выступают хорошие адаптационные возможности.

Вторая глава посвящена эмпирическому исследованию особенностей адаптации у студентов и состоит из четырёх параграфов. Первый параграф второй главы посвящён организации и методам исследования, в котором представлен методологический аппарат проведённого исследования и развёрнутая характеристика используемых методик.

Второй параграф второй главы содержит в себе результаты сравнительного анализа студентов-спортсменов и студентов-психологов по уровню развития социализации. Отмечено, что существенных различий по уровням развития социализации в сравниваемых группах студентов: спортсменов и психологов не обнаружено. Уровень развития социализации в группах студентов-спортсменов и студентов-психологов примерно одинаковый и превалирует на среднем уровне.

Третий параграф включает в себя результаты сравнительного анализа копинг-стратегий и взаимосвязи уровней социализации и копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов. Выявлены значимые различия по шкале «Адаптивные копинг-стратегии в эмоциональной сфере». Студенты-психологи в сложных жизненных ситуациях чаще используют такие копинг-стратегии как протест и оптимизм, по сравнению со студентами спортсменами. Анализ взаимосвязи уровней социализации и копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов позволил выявить ряд взаимосвязей в каждой группе.

Четвёртый параграф включает в себя результаты сравнительного анализа проявления механизмов психологической защиты и адаптации у студентов-спортсменов и студентов-психологов. По видам защитных механизмов не обнаружено значимых различий в исследуемых группах. Но по характеристикам адаптации (приспособленности) обнаружены достоверные различия по шкалам здоровья и эмоциональности, указывающие на то, что студенты-спортсмены имеют больше проблем по здоровью и более эмоциональны, чем студенты-психологи.

Заключение содержит в себе основные выводы по проведённому исследованию и проверку гипотез исследования.

Список использованных источников состоит из 64 источников литературы как отечественных, так и зарубежных авторов на русском и иностранном (английском) языках.

Приложения включают в себя материал, не вошедший в основную часть работы: объемные таблицы с расчётами из математической статистики по критериям Колмогорова-Смирнова, U Манна-Уитни и коэффициенту корреляции Спирмена.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Общая гипотеза подтверждена частично. Первая часть гипотезы подтверждена частично. Вторая часть гипотезы подтвердилась. Третья часть гипотезы частично подтвердилась.

Полученные результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод о частичном подтверждении общей гипотезы: в сегодняшней действительности значительная часть молодых людей, в том числе среди студентов, испытывают трудности социализации и формирования адаптивных стратегий поведения. Это может выражаться в проблемах со здоровьем, взаимоотношениях с окружающими, чрезмерных эмоциональных переживаниях молодежи и т.д.

Первая часть гипотезы – о существовании различий в особенностях социализации и выборе копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов, подтвердилась частично. В действительности по уровню социализации не обнаружено достоверных значимых различий между группами студентов. По характеристикам копинг-стратегий выявлено одно различие по шкале «Адаптивные копинг-стратегии в эмоциональной сфере». Студенты-психологи в трудных ситуациях чаще используют такие копинг-стратегии как протест и оптимизм, чем студенты-спортсмены.

Вторая часть гипотезы – о существовании взаимосвязи уровней социализации и копинг-стратегий у студентов-спортсменов и студентов-психологов, подтвердилась. В действительности в группе студентов-спортсменов обнаружены положительные взаимосвязи между уровнем социализации подросток с адаптивными копинг-стратегиями в когнитивной сфере (проблемный анализ, установка собственной ценности, сохранение самообладания) и относительно-адаптивными копинг-стратегиями в эмоциональной сфере (эмоциональная разрядка, отвлечение, конструктивная активность). При этом уровень подростка отрицательно связан с адаптивными копинг-стратегиями в эмоциональной сфере (протест и оптимизм) и относительно-адаптивными копинг-стратегиями в когнитивной сфере

(относительность, придача смысла и религиозность). Уровень социализации юноши положительно связан с адаптивными копинг-стратегиями в поведенческой сфере (сотрудничество, обращение, альтруизм). Так, студенты-спортсмены в большей степени социализированы на уровне подростка и юношества. Студентам-спортсменам в трудных ситуациях свойственно анализировать ситуацию, повышать свою ценность и значимость, сохранять самообладание, сотрудничать с другими, обращаться за помощью и проявлять альтруизм. Им не свойственно протестовать, искать оптимизм, находить смысл в проблемах и заниматься религиозными практиками.

В группе студентов-психологов уровень социализации «Взрослый» положительно связан с адаптивными копинг-стратегиями в поведенческой сфере (сотрудничество, обращение, альтруизм) и отрицательно связан с неадаптивными копинг-стратегиями в поведенческой сфере (активное избегание и отступление). Так, студенты-психологи социализированы на уровне взрослого, что указывает на более высокую проработку своих личных психотравм. Студентам-психологам более свойственны такие копинг-стратегии как сотрудничество, обращение за помощью и альтруизм. При этом для них не свойственно избегать и отступать от проблем.

Третья часть гипотезы – о существовании различий в особенностях проявления защитных механизмов и адаптации (приспособленности) у студентов-спортсменов и студентов-психологов, частично подтвердилась. По защитным механизмам в сравниваемых группах не обнаружено значимых различий. По характеристикам адаптации (приспособленности) обнаружены достоверные различия по шкалам здоровья и эмоциональности, указывающие на то, что студенты-спортсмены имеют больше проблем по здоровью и более эмоциональны, чем студенты-психологи.

Иметь хорошую социализацию и адаптированность является важным для каждого человека, в том числе для будущих спортсменов и психологов, поскольку это важнейшая составляющая успешного развития личности и их профессионального пути. Имея развитую социализацию и приспособляемость,

человек становится зрелой личностью в социуме. Исследуемым студентам-спортсменам и психологам рекомендуется пройти психотерапию по полной проработке психотравм, чтобы быть более зрелыми личностями и успешнее справляться с изменяющимися условиями внешней и внутренней среды. Это может стать предметом для дальнейшего изучения представленной темы.

Также предпочтение адаптивных копинг-стратегий (альтруизма, сотрудничества, обращение к другим за советом, проблемный анализ, установки собственной ценности, сохранение самообладания, протест, оптимизм) и конструктивных защитных механизмов (компенсации и интеллектуализации) является более эффективным и продуктивным, нежели использование неадаптивных стратегий поведения и неконструктивных защитных механизмов. Использование конструктивных защит снижает риск возникновения конфликтов или его обострения.