УДК 37.013.42/.77

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ И ЛИЧНОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Айзман Р.И., Кузьмина И.М., Лебедев А.В.

ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет», Новосибирск, e-mail: aizman.roman@yandex.ru

В статье представлены данные о социально-психологической адаптации, личностном потенциале девушек и юношей первого курса педагогического вуза и распространении среди них склонности к различным формам аддиктивного поведения. В исследовании приняло участие 70 студентов 17–19-летнего возраста: 58 девушек, 12 юношей. Исследование проводилось в интерактивном режиме с помощью компьютерной программы, включающей следующие тесты: оценка социально-психологической адаптации, опросник жизнестойкости, самоорганизации деятельности, самодетерминации личности, «Якоря карьеры», методика диагностики склонности к различным зависимостям, опросник качества жизни и удовлетворенности. Показано, что студенты обеих гендерных групп имеют высокую социально-психологическую адаптацию, личностный потенциал, хорошее качество жизни и отсутствие выраженных склонностей к различным психозависимостям. Показатели этих тестов укладываются в пределы возрастной нормы. Однако выраженность некоторых качеств, таких как качество жизни, самоорганизация деятельности, внешний контроль, принятие других, склонность к формированию тех или иных видов зависимостей имеет гендерные различия.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, личностный потенциал, аддиктивное поведение, качество и удовлетворенность жизнью

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND PERSONAL POTENTIAL OF THE FIRST-YEAR STUDENTS OF PEDAGOGICAL UNIVERSITY

Aizman R.I., Kuzmina I.M., Lebedev A.V.

Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, e-mail: aizman.roman@yandex.ru

The article presents the data concerning the social and psychological adaptation, personal potential of young men and women of the first-year University and the dissemination of their propensity to various forms of addictive behavior. We examined 70 students of 17–19 years old: 58 girls and 12 youths. The research was conducted online using a computer program, including the following tests: assessment of the socio-psychological adaptation, the questionnaire of the viability, a questionnaire of self-organizing activity , the test of the person's self-determination, the test «Anchors of career», the diagnostic technique of propensity to various psycho-dependencies; the questionnaire o of life quality and satisfaction. It is shown that students of both gender groups have a high socio-psychological adaptation, personal potential, a good quality of life and lack of susceptibility to psycho-dependencies. The parameters of these tests were within the age norm. However, the manifestation of certain qualities such as quality of life, self-organization activities, external control, acceptance of others, a tendency to the formation of certain types of dependencies had gender differences.

Keywords: social and psychological adaptation, personal potential, addictive behavior, quality and life satisfaction

В период обучения в вузе у студентов формируются качества, необходимые для успешной реализации человека в профессии, потребность и готовность к самообразованию, поэтому проблема адаптации молодых специалистов к учебно-профессиональной деятельности является актуальной [1].

Необходимым условием успешной деятельности первокурсника является адаптация к вузу, включая освоение новых для него предметов и форм обучения, без ощущения внутреннего дискомфорта и возможности конфликта со средой, т.е. непрерывный процесс активного приспособления к условиям социальной среды, изменения характера связей, отношений студента к содержанию и организации учебного процесса [10].

Для развития и становления человека в социальной среде немаловажную роль играют индивидуальные личностные особенности, которые являются основой прогнозирования успешности человека в профессиональной сфере [9].

Под личностным потенциалом Д.А. Леонтьев рассматривает «системную организацию индивидуально-психологических особенностей личности, лежащую в основе её способности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий» [8].

С.С. Богомаз и В.В. Мацута включают в личностный потенциал такие параметры, как рефлексивность, жизнестойкость, самоорганизация деятельности, самодетерминация, качество жизни и удовлетворенность ею, показатели якоря карьеры и ценности [7].

В целом можно сделать вывод о том, что личностный потенциал можно оценивать по наличию у человека тех качеств, которые необходимы для успешного выполнения какой-либо деятельности и достижения значимых результатов [6]. В случае неуспешной адаптации нередко проявляются склонности к аддиктивному поведению, включая риски формирования наркомании, алкоголизма, токсикомании [3].

В этой связи важное значение приобретает правильная и оперативная диагностика показателей, характеризующих личностный потенциал человека и уровень социально-психологической адаптации [2].

Цель исследования: изучить социально-психологическую адаптацию, личностный потенциал девушек и юношей первого курса педагогического вуза и распространение среди них склонности к различным формам аддиктивного поведения.

Материалы и методы исследования

Исследование проводили с помощью компьютерной программы [4], которая включала следующие методики: оценка социально-психологической адаптации (по А.К. Осницкому, 2004 г.), опросник жизнестойкости, опросник самоорганизации деятельности (Е.Ю. Мандрикова), шкала самодетерминации личности (Б.Шелдон; в адаптации и модификации Е.Н.Осина), тест «Якоря карьеры»; диагностика склонности к различным зависимостям (Г.В. Лозовая, 2003 г.); опросник качества жизни и удовлетворенности (М. Рицнера и др. в адаптации Е.И. Рассказовой).

В исследовании приняли участие студенты первого курса педагогического университета (n=70, 58 девушек и 12 юношей) в возрасте 17–19 лет.

Статистический анализ полученных результатов проводили по средним арифметическим (M) и их ошибкам (±m). Различия показателей оценивали методом вариационной статистики с применением непараметрического критерия для независимых выборок (U- критерий Манна-Уитни) и считали достоверными при $p \leq 0,05$. Расчеты проводили по общепринятым формулам с использованием стандартных программ пакета Microsoft Office.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты оценки социально-психологической адаптации студентов свидетельствуют об ее успешности в обеих группах и соответствии возрастным нормам, а такие показатели как общий уровень адаптации, самопринятия, принятия других, эмоциональный комфорт и интернальность у студентов обоего пола даже выше нормы. У девушек достоверно выше, чем у юношей показатели принятия других и внешнего контроля, тогда как у юношей отмечается тенденция к повышению интернальности, эмоционального комфорта и принятия других.

Таблица 1

Показатели социально-психологической адаптации (по А.К. Осницкому) студентов первого курса, в баллах (M±m)

Показатели	Девушки	Юноши	Нормы
Адаптивность	129,7±3,6	132,3±8,5	68–136
Дезадаптивность	79,2±3,6	66,2±7,6	68–136
Лживость -	16,3±0,7	13,7±1,2	18–36
Лживость +	15,1±0,5	13,7±1,6	18–36
Принятие себя	41,0±1,5	43,1±3,2	22–42
Непринятие себя	14,2±1,0	13,0±1,9	14–28
Принятие других	16,4±0,9*	13,3±1,2	12–24
Непринятие других	22,7±0,8	24,2±1,6	14–28
Эмоциональный комфорт	24,1±0,8	22,9±0,9	14–28
Эмоциональный дискомфорт	16,6±1,0	13,7±2,1,0	14–28
Внутренний контроль	51,6±1,0	51,3±4,0	26–52
Внешний контроль	22,6±1,1*	18,0±1,7	18–36
Доминирование	8,7±0,4	9,7±0,8	6–12
Ведомость	15,6±0,6	15,8±1,6	12–24
Эскапизм	14,4±0,6	12,4±1,7	10–20
Адаптация	62,5±1,6	66,4±3,6	50
Самопринятие	74,1±2,0	75,6±3,2	60–61
Принятие других	58,0±1,9	64,1±3,1	25–51
Эмоциональный комфорт	61,2±2,0	67,2±5,2	50
Интернальность	70,3±1,5	75,5±4,3	51
Стремление к доминированию	52,0±1,8	55,2±2,8	50–74,2

Примечание. * – здесь и далее: достоверные отличия между юношами и девушками.

Для успешной социально-психологической адаптации большое значение имеют личностные особенности. Одним из ключевых параметров личностного потенциала является жизнестойкость человека [5]. Результаты исследования указывают (табл. 2), что показатели жизнестойкости соответствуют норме и достоверных гендерных отличий не обнаружено, хотя у юношей отмечается тенденция к повышению, что может свидетельствовать об их более высоком жизненном потенциале в условиях изменяющейся среды.

По тесту «Самоорганизации деятельности» (табл. 3) видно, что все показатели укладываются в возрастную норму, но уровень фиксации и самоорганизации у девушек достоверно выше, чем у юношей, что может свидетельствовать об их большей исполнительности, стремлении завершить начатое дело, но трудно перестраивающихся на новые отношения.

Одним из показателей личностного потенциала является феномен самодетерминации личности, т.е. способность человека определять свое собственное поведение [12]. Как видно из табл. 4, все показатели находятся в пределах нормы и достоверных отличий между исследуемыми группами не установлено, что, скорее всего, можно объяснить соответствием жизненных установок статусу обследуемых.

Полученные результаты по тесту «Якоря карьеры» (табл. 5) указывают на соответствие всех показателей возрастной норме и отсутствие достоверных различий между юношами и девушками по всем шкалам.

Таблица 2

Показатели жизнестойкости студентов первого курса, в баллах (M±m)

Показатель	Девушки	Юноши	Норма
Жизнестойкость	113,7±2,5	124±7,4	107–143

Таблица 3

Показатели самоорганизации деятельности (по Е.Ю. Мандриковой) студентов первого курса, в баллах (M±m)

Показатель	Девушки	Юноши	Норма
Планомерность	17,1±0,7	16,4±1,8	14–24
Целеустремленность	34,8±0,7	32,1±1,7	32–40
Настойчивость	21,8±0,8	25,3±1,6	18–28
Фиксация	21,1±0,7*	17,3±1,2	17–25
Самоорганизация	10±0,5*	7,3±0,8	5–12
Ориентация на настоящее	9,0±0,3	8,8±1,0	7–11

Таблица 4

Показатели самодетерминации личности (Б. Шелдон; в адаптации и модификации Е.Н. Осина) студентов первого курса, в баллах (M±m)

Показатель	Девушки	Юноши	Норма
Аутентичность	15,4±0,3	15,6±0,9	15–19
Самовыражение	9,6±0,2	9,5±0,5	9–13
Воспринимаемый выбор	18,1±0,6	17,3±1,3	16–21

Таким образом, совокупность полученных данных свидетельствует, что личностный потенциал студентов первого курса характеризуется высоким уровнем при незначительных гендерных различиях, благодаря чему отмечается успешная социально-психологическая адаптация к вузу.

Успешной адаптации и высокому личностному потенциалу способствует хорошее качество жизни. Качество жизни – это интегральная характеристика физического, психологического, социального и эмоционального состояния пациента, оцениваемая исходя из его субъективного восприятия [11].

Видно (табл. 6), что по большинству параметров (уровни физического здоровья, эмоционального переживания и активности в свободное время) результаты у юношей выше, чем у девушек. Это может быть обусловлено гендерными особенностями психоэмоционального восприятия юношами нового пространства, увлечениями и общением.

При неуспешной адаптации и низком качестве жизни, нередко могут проявляться склонности к различным зависимостям.

Таблица *5*

Показатели теста «Якоря карьеры» студентов первого курса, в баллах (M±m)

Шкалы	Девушки	Юноши	Норма
Ориентация на «СЛУЖЕНИЕ»	5,6±0,2	5,5±0,2	4,6–6,2
Ориентация на «ВЫЗОВ»	4,5±0,2	4,1±0,3	3,8–5,4
Ориентация на «ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО»	3,3±0,2	3,8±0,4	3,0–5,4
Ориентация на «СВОБОДУ ДЛЯ»	4,9±0,1	4,9±0,3	4,2 – 5,8
Ориентация на «СВОБОДУ ОТ»	4,7±0,1	5,0±0,3	4,2 – 5,8

Таблица 6

Показатели качества жизни и удовлетворенности (М. Рицнера и др. в адаптации Е.И. Рассказовой) студентов первого курса, в баллах (M±m)

Показатель	Девушки	Юноши	Норма
Физическое здоровье	13,6±0,4*	15,9±0,6	12–16
Эмоциональные переживания	19,9±0,4*	21,5±0,6	19–23
Активность в свободное время	10,1±0,2*	11,6±0,4	10–12
Сфера общения	19,8±0,4	20,4±0,8	19–22

Таблица *7*

Показатели склонности к различным зависимостям у студентов первого курса, в баллах (M±m)

Зависимость	Девушки	Юноши
Алкогольная	8,6±0,5	9,6±1,3
Телевизионная	8,9±0,5	8,5±0,8
Любовная	17,3±0,6	19,8±1,2
Игровая	7,1±0,3	7,7±0,5
Сексуальная	9,6±0,5*	13±1,1
Пищевая	13,7±0,6	14,1±1,2
Религиозная	6,9±0,6	8,5±1,2
Трудовая	11,8±0,5	10,8±1
Лекарственная	9,8±0,5*	6,9±0,8
Компьютерная	9,1±0,5	9,5±1
Табачная	6,3±0,5*	9,7±1,9
От здорового образа жизни	14,1±0,6	15,2±1,2
Наркотическая	5,7±0,4	5,9±1
Общая склонность	11,9±0,5	12,8±1,3
Условные нормы к различным зависимостям		
Низкая степень	5–11	5–11
Средняя степень	12–18	12–18
Высокая степень	19–25	19–25

У всех студентов (табл. 7) не выражена зависимость к таким формам аддикции, как алкогольная, наркотическая, игровая, телевизионная, религиозная. Учитывая возраст обследуемых, вполне логично, что у них проявляется достаточно высокая склонность к любовной зависимости. При анализе гендерных различий у юношей проявляется больше склонность к табачной, сексуальной зависимости, а у девушек – к лекарственной, что объясняется большей их заботой о здоровье [3].

Таким образом, успешности адаптации студентов в вузе способствует высокий личностный потенциал, хорошее качество жизни и отсутствие выраженных склонностей к различным психозависимостям, о чём свидетельствуют полученные результаты, которые укладываются в пределы возрастной нормы. Однако проявление некоторых качеств, таких как качество жизни, самоорганизация деятельности, внешний контроль, принятие других, склонности к формированию тех или иных видов зависимостей имеют гендерные различия.

Список литературы

1. Абдулина, О.А. Личность студента в процессе профессиональной подготовки // Высшее образование в России. – 2008. – №3. – С. 23–24.

2. Адольф В.А. Развитие личностного потенциала студента в процессе профессиональной подготовки / В.А. Адольф, О.П. Журавлева // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 2. – С.21–26.

3. Айзман Р.И. Методика выявления риска развития психосоциальных зависимостей, суицидального поведения и качества жизни учащейся молодежи / Р.И. Айзман, Н.И. Айзман, А.В. Лебедев – Новосибирск, 2016. – 22 с.

4. Айзман Р.И., Лебедев А.В. Методика выявления лиц, склонных к психосоциальным зависимостям. Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2016618456 от 29.07.2016 г.

5. Айзман Р.И. Психофизиологические и личностные особенности студентов первого курса педагогического вуза / Р.И. Айзман, А.В. Лебедев, Н.И.Айзман, В.Б. Рубанович // Сибирский педагогический журнал. – 2013. – № 6. – С.244–251.

6. Богомаз С.А. Самодетерминация в структуре личностного потенциала современной российской молодежи / С.А. Богомаз, М.А. Мартынова // Вестник ТГУ. – 2012. – № 357. – С.164–168.

7. Богомаз С.А. Опросниковые методы исследования личностного потенциала [Текст]: методическое руководство: метод. пособ. / С.А. Богомаз, В.В. Мацута. – Томск: ТГУ. – 2012. – 39 с.

8. Будакова А.В. Психологическая безопасность как условие развития личностного потенциала / А.В. Будакова, Ю.В. Сметанова, С.А. Богомаз // Вестник Томского государственного университета. – 2010. – № 338. – С.156–159.

9. Литвинова Н.А Роль индивидуальных психофизиологических особенностей студентов в адаптации к умственной и физической деятельности: дис. докт. биол. наук / Н.А. Литвинова. – Кемерево, 2008. – 284 с.

10. Мельник С.Н. Проблемы адаптации первокурсников к учебному процессу // Студенческий научный журнал. – 2010.– Т.1. № 6. – С. 80 – 94.

11. Новик А.А. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. 2–е издание / А.А. Новик, Т.И. Ионова; под ред. акад. РАМН Ю.Л. Шевченко. – М.: ЗАО «ОЛМА Медиа Групп», 2007. – 320 с.

12. Нос Е.Ю. Способность к самоорганизации деятельности как критерий личностного потенциала и условие достижения психологического благополучия // Сибирский психологический журнал. – 2009. – № 34 – С. 106–108.