

# СУБЪЕКТИВНОЕ ОЩУЩЕНИЕ ОДИНОЧЕСТВА И АДАПТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЛИЧНОСТИ В СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ

*А.В. Музыкаченко*

заведующий кафедрой психологии образования УО «Белорусский  
государственный педагогический университет имени Максима Танка»,

кандидат психологических наук, доцент

*В.С. Маталыго*

выпускник Института психологии БГПУ

Успешность социализации взрослеющей личности определяется тем, насколько своевременно и полно усвоены знания, приобретены умения и навыки, приняты ценности, которые необходимы для взаимодействия с окружающими людьми в соответствии со своим возрастом и для решения задач возрастного развития, исходя из требований современной социокультурной ситуации. Как правило, успешность социализации обеспечивает адаптированность личности, переживание сопричастности социальной группе, историческому времени. Однако, принимая во внимание взаимный процесс влияния личности и группы, происходят изменения в социальной структуре группы и структуре самой личности. Уровни социализации группы и личности могут различаться, что создает противоречия интересов и может выступать предметом конфликта.

Открытие внутреннего мира переживаний, построение временной перспективы личности являются важными аспектами ее социализации. Устремленность интересов, распоряжение временем здесь и сейчас, расстановка приоритетов в деятельности при соотношении ближайшей и дальней перспективы находят отражение в характере решения повседневных задач, формируя представление о самооффективности, закрепляясь в образе Я. В соответствии с этими представлениями человек осуществляет профессиональные и личностные выборы. Режимы разных сред и профессий могут быть более и менее оптимальны для разного типа личностей [1].

В юности личность открывает глубину своего внутреннего мира в поисках самоопределения, круга общения. С одной стороны, через такие новообразования, как мировоззрение, нравственное сознание, развитие социальных мотивов расширяется круг общения; с другой стороны, во встречах с другими, отличными от себя, растет дифференцирующая возможность обнаружения своей индивидуальности, в эмпатии и отчуждении кристаллизуются смыслы. В этот возрастной период характерно переживание одиночества как комплексного острого чувства разрыва отношений и связей внутреннего мира личности, что отчасти обусловлено открытием временной перспективы и дифференциацией Я. Переживание одиночества может выступать закономерной онтогенетической характеристикой развития личности, позволяющей приобрести социальный опыт совладания с этим чувством, а может являться показателем неадаптированности личности. Интерес составило выявление взаимосвязи субъективного ощущения одиночества и адаптированности личности студентов педагогического вуза, поскольку профиль профессиональной подготовки предполагает их социальную компетентность. Вместе с тем, как правило, направленность студентов-психологов на свой внутренний мир и задачи саморазвития, не позволяет стать очевидным предположению о глубине и продуктивности их переживания одиночества в юношеском возрасте. В силу уникальности переживаний человека потребовалась проверка гипотезы о взаимосвязи низкого уровня адаптивных способностей человека и высокого уровня ощущения субъективного одиночества.

В качестве испытуемых выступили студентки 18 - 20 лет дневной и заочной форм получения образования Института психологии БГПУ, в количестве 60 человек. Для анонимного заполнения им были предложены: Методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона (1978); Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина (1993) [4].

По результатам психодиагностического теста на определение уровня одиночества и социальной изоляции выявлено, что для 48 (80%) испытуемых характерен низкий уровень одиночества. Большинство студенток – будущих психологов не испытывают в связи с одиночеством негативных чувств и переживаний пустоты, заброшенности, изолированности, замкнутости, несчастья, непонятости. Можно ожидать, что они имеют достаточно высокую самооценку и легко общаются с окружающими людьми, не считая отношения поверхностными, неинтересными, неразделяемыми. Средний уровень одиночества испытывают 12 (20%) студенток, сталкиваясь с данным ощущением периодически. Рассматривая одиночество через комплекс негативных эмоций и чувств, можно отметить определенную степень неудовлетворенности сложившимися отношениями с окружающими, неудовлетворенности собой. С высоким уровнем ощущения субъективного одиночества испытуемых не выявлено. Средний балл по выборке составил 13,7 при стандартном отклонении 9,037.

Бесспорно, полученное распределение исследуемого признака заставляет задуматься о пригодности диагностического инструментария в современных условиях образовательного учреждения. Методика не содержит шкалы достоверности ответов, не имеет обратных утверждений. Создает некоторую фокусировку на напряженности ощущения одиночества, что более соответствует ситуации психологической консультации при исследовании переживания.

Анализируя ощущение одиночества как особую острую форму самовосприятия и самосознания, следует отметить, что студенты-психологи не испытывают значительного рассогласования Я в самовосприятии и восприятии себя другими, не имеют низкой самооценки, мешающей устанавливать и поддерживать взаимоотношения с окружающими, что согласуется с профилем их подготовки.

По результатам МЛЮ, рекомендованного для психологического сопровождения личности в учебно-профессиональной деятельности,

выявляются интегральные особенности психического и социального развития индивида, исходя из многоуровневости шкал, – его адаптивные возможности на основе оценки психофизиологических и социально-психологических характеристик. Нами использованы шкалы достоверности (средний балл равен 3,3 при стандартном отклонении 2,346) и адаптивных способностей (22,95 при 11,286 соответственно). «Сырые» баллы адаптивных способностей были переведены в стены.

В результате группу низкого уровня адаптации составил один испытуемый (1,7%). Люди с низкими адаптивными способностями весьма конфликтны, имеют акцентуации характера, имеют трудности саморегуляции, могут демонстрировать асоциальное поведение. Группу удовлетворительной адаптации составили 10 человек (16,6%), успех адаптации которых больше зависит от окружающей среды, признаки акцентуаций компенсируются в занятиях определенными видами деятельности. Часто таким людям свойственно проявление агрессии и конфликтности, их процесс социализации осложнен, им нужны поддержка и контроль. Наиболее многочисленной оказалась группа нормальной адаптации – 31 человек (51,7%). Высокие адаптивные способности выявлены у 18 испытуемых (30%), которые свободно и легко ориентируются в новых ситуациях, в период адаптации сохраняют работоспособность, стрессоустойчивы, не конфликтны.

Для проверки гипотезы был применен статистический метод ранговой корреляции Спирмена при использовании SPSS.20. Установлено отсутствие взаимосвязи ( $r=0,099$  при  $p=0,452$ ) между субъективным ощущением одиночества и адаптационным потенциалом личности, что не подтверждает «очевидную» гипотезу. Вероятно, легкость и адекватность адаптации большинством студентов-психологов обеспечивается не только их психофизиологическими характеристиками, но и приобретенными в деятельности в ходе социализации и специального обучения социально-психологическими способностями. Вместе с тем, непредставленность в

выборке всех категорий групп с разным уровнем исследуемого признака, не позволяет утверждать обратное.

В результате проведенного исследования можно сделать следующие выводы: учебно-профессиональная подготовка студентов психолого-педагогического профиля способствует развитию их адаптивных способностей, обучению совладанию с негативными переживаниями личности; сохраняется вероятность и достаточно адекватного профессионального выбора былыми абитуриентами, ориентированными на работу с людьми и имеющими необходимый уровень социализации. Для изучения переживаний личности, направленная внутренняя работа которых имеет развивающий эффект, требуются многомерные методы оценки в событийном контексте.

В качестве рекомендаций по работе с переживаниями можно использовать диалог позиций и культур посредством игрового переживания личности, обеспечивающего фасилитацию смыслопорождения [3]. Зарекомендовавшие себя практики расширения осознанности [2] позволяют личности пройти этапы в своем развитии от пассивной, оборонительной, поисковой позиции к рефлексивно-игровой с двойным, а то и тройным планом действий, до созидательного творчества в сотрудничестве с другими.

Практика внутренней работы с мыслями, образами, знаками, символами, смыслами глубже раскрывает механизмы активности самой личности, помогает находить способы саморегуляции и помощи себе и другим, управляя проявлениями субъектности. Важно, что терапевтические ожидания от изучения психологии оправдываются. Даже при изучении теоретических дисциплин есть возможность включения упражнений и техник, способствующих запоминанию, осмыслению, развитию креативных решений, пониманию себя.

#### **Литература:**

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб. : Алетейя, 2001. 304 с.
2. Дьяков Д.Г., Слонова А.И. Практики осознанности в развитии самосознания, коррекции и профилактике его нарушений. Международный научно-практический журнал «Психиатрия, психотерапия и клиническая психология». 2016. Т.7. № 3. С. 377-387.

3. Жеребцов С.Н. Психология переживаний личности: культурно-исторический анализ. Минск : БГПУ, 2019. 278 с.
4. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. Самара : Издательский Дом «БАХРАХ-М». 2001. С. 77-78; 549-558.