

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный
университет имени Н.Г. Чернышевского»
Балашовский институт (филиал)

Кафедра психологии

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ
ОДИНОЧЕСТВА И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ**

студентки 4 курса 541 группы
направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
профиль подготовки «Практическая психология образования»
социально-гуманитарного факультета
Конобеевской Наталии Николаевны.

Научный руководитель
доцент кафедры психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____

(подпись, дата)

М.А.Лученкова

Зав. кафедрой психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____

(подпись, дата)

О.В. Карина

Балашов 2017

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы. Одной из серьезных проблем современного общества, является проблема одиночества. Одиночество – сложный психологический феномен, обусловленный социокультурными и психологическими факторами. Многие годы удерживался тезис о том, что в социалистическом обществе в силу его гуманистического характера одиночества быть не может. Однако этот тезис со всей очевидностью расходился с действительностью. Исследование учеными показывает, что среди молодежи наблюдается рост негативных социально-психологических явлений: проблемы межличностных отношений, увеличение стрессовых ситуаций, одиночество. Учёные выделяют феномен одиночества из множества объектов и рассматривают его структуру, выделяя при этом когнитивный, эмоциональный, поведенческий компоненты. Названные структурные компоненты прослеживаются через сочинения студентов, наблюдения за ними, семантические корреляты суждений студентов о феномене одиночества: «Я никому не нужен», «Меня никто не любит», «Никто меня не понимает» и т.д. Можно зафиксировать и типичные эмоции, сопровождающие одиночество: тревога, безнадежность, печаль, депрессия, застенчивость. Поведенческий компонент выглядит как избегание других людей, неумелое поведение в различных ситуациях, неуверенность, агрессивность, стеснительность, замкнутость.

Одиночеству не всегда сопутствует социальная изолированность индивида. Можно постоянно находиться в окружении людей, но при этом чувствовать свою психологическую изоляцию от них. Состояние одиночества имеет различные нюансы, оттенки, и каждый индивид определяет состояние одиночества в зависимости от комплекса чувств, мыслей, поступков. Поэтому, когда человек говорит: «Я чувствую себя одиноким», он не обязательно понимает одиночество однозначно. Следовательно, на переживание состояния одиночества влияют не столько

реальные отношения, сколько идеальные представления о том, какими они должны быть.

Одиночество является серьезной проблемой в среде студентов и взрослых. После окончания среднего учебного заведения изменяется структура социальных и межличностных отношений молодых людей, они вступают в новые социальные связи. В связи с этим, усложняется процесс социализации. Неудивительно, что одиночество является серьезной проблемой студентов, особенно на первом курсе их учёбы. Хотя с одиночеством можно столкнуться в любом возрасте, исследования показывают, что особо высокая степень для его возникновения характерна для поздней юности и ранней молодости. Большинство студентов испытывают состояние напряженности, чувство неуверенности, обособленности, когда они впервые сталкиваются с новой для них социальной средой. И от того, насколько быстро пройдет период адаптации к новым условиям, в какой мере успешно сможет студент установить контакт со сверстниками, настолько он сможет решить проблему одиночества.

К проблеме одиночества обращаются представители различных школ и направлений философии и психологии (Дж. Фландерс, Х. Салливан, Ф. Фромм-Рейхман, К. Роджерс, К. Боумент, А. Слейтер, Р. Вейс, Л.Э. Пепло, Дж. Дерлега, Т. Маргулис).

Нам представляется важным обобщить опыт исследования данной проблемы. Мы считаем, что если вопросы одиночества личности достаточно широко изучены, то проблема одиночества среди молодых людей освещена недостаточно.

Таким образом, актуальность исследуемой проблемы обусловлена, общетеоретическими задачами изучения механизмов и причин специфики одиночества и адаптации студентов.

Цель исследования: установить взаимосвязь субъективного переживания одиночества и адаптации у студентов.

Объект исследования: переживание чувства одиночества и адаптации молодыми людьми.

Предмет исследования: взаимосвязь субъективного переживания одиночества и адаптации студентов.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь субъективного переживания одиночества и адаптации у студентов.

Задачи исследования:

- Анализ научных исследований феноменов «одиночество» и «адаптация»;
- Выявить особенности переживания одиночества у студентов;
- определить уровни адаптации у студентов;
- Подбор и разработка диагностического инструментария;
- Анализ особенности взаимосвязи переживания одиночества и адаптации с помощью математической статистики.

В исследовании были использованы следующие **методы:**

- 1) Метод анализа литературных источников.
- 2) Наблюдение.
- 3) Диагностические методики:
 - Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона.
 - Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.
- 4) Анализ и интерпретация полученных результатов.

Экспериментальная база исследования: студенты БИ СГУ им. Н.Г.Чернышевского.

Теоретика методологической основы:

– сложившиеся в рамках философии и психологии личности идеи о взаимодействии человека с окружающим миром, обществом и культурой (М.М. Бахтин, Н.А. Бердяев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А. Маслоу, К. Роджерс, Ж.-П. Сартр, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, К.Г. Юнг и др.);

– возрастные особенности процесса социализации личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, Г. Крайг, Ж. Пиаже, С.Л. Рубинштейн, Д.И. Фельдштейн, П. Фресс, Д.Б. Эльконин и др.); – социально-психологические теории и концепции общения и формирования межличностных отношений между людьми (Г.М. Андреева, Э. Берн, А.А. Бодалев, В.Н. Куницына, Б.Д. Парыгин, Л. Фестингер, Р.Х. Шакуров, У. Шюц и др.);

– теоретические исследования отечественных и зарубежных психологов в области исследования психологических состояний личности (Л.М. Аболин, Л.И. Божович, Ф.Е. Василюк, В.К. Вилюнас, Ю.Б. Гиппенрейтер, К. Изард, А.О. Прохоров и др.).

- изучению вопросов профессионального самоопределения личности, посвящены работы С.Э. Артемова, С.Д. Артемова, Г.Т. Бажутиной, М.П. Будякиной, Н.П. Лукашевич, В.С. Немченко, А.Л. Ростунова, Н.А. Савотиной, В.Д. Симоненко, В.А. Фокина и др.

Структура работы. Состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы (32 источника) и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Основное содержание работы включает краткое изложение глав исследования.

В **первой главе** нашего исследования сделан анализ проблемы субъективного переживания одиночества и социальной адаптации студентов.

Обучение студента в вузе обычно связано с вступлением в новые для него социальные условия жизни: установление контактов со сверстниками и преподавателями, приспособление к новой системе обучения, необходимость самостоятельной организации учебной деятельности, жизнь вдали от родительского дома и материальная зависимость. В связи с этим, у молодых людей может возникнуть чувство одиночества, что усложняет процесс социальной адаптации студента.

Одиночество - один из психогенных факторов, влияющих на эмоциональное состояние человека.

Одиночество возникает у студентов в результате неудовлетворительных межличностных отношений, ощущения нестабильности, трудности в обучении, материального неблагополучия. Это вызывает у молодых людей ощущение нестабильности, отчуждения, иногда потерянности и ненадежности.

Негативные переживания, которые испытывают студенты, оказывают влияние на процесс социализации, что зачастую приводит к социальной дезадаптации.

Таким образом, подводя итог, хотелось бы отметить, что субъективное переживание одиночества носит исключительно индивидуальный характер. Соответственно помочь учащимся преодолеть это чувство, возможно только заранее выяснив причину его возникновения. Задача преподавателей и руководства вуза состоит в том, чтобы помочь студентам максимально оптимально адаптироваться к обучению.

Во **второй главе** нашего исследования была рассмотрена специфика переживания одиночества и социальной адаптации студентов.

По результатам проведенного диагностирования были получены следующие результаты:

По результатам методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона были получены следующие результаты: высокий уровень одиночества – 10%; средний уровень одиночества – 55%; низкий уровень одиночества - 35%.

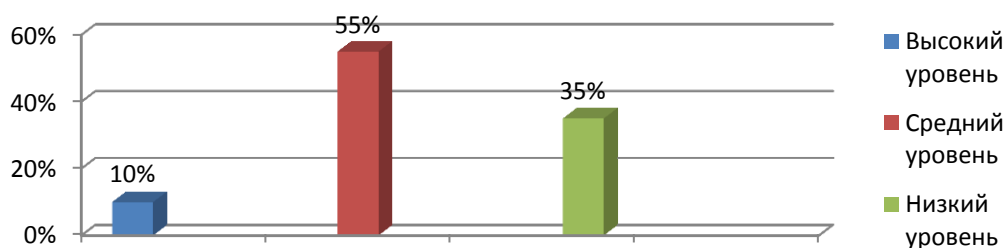


Рисунок 1 - Результаты методики диагностики уровня субъективного ощущения

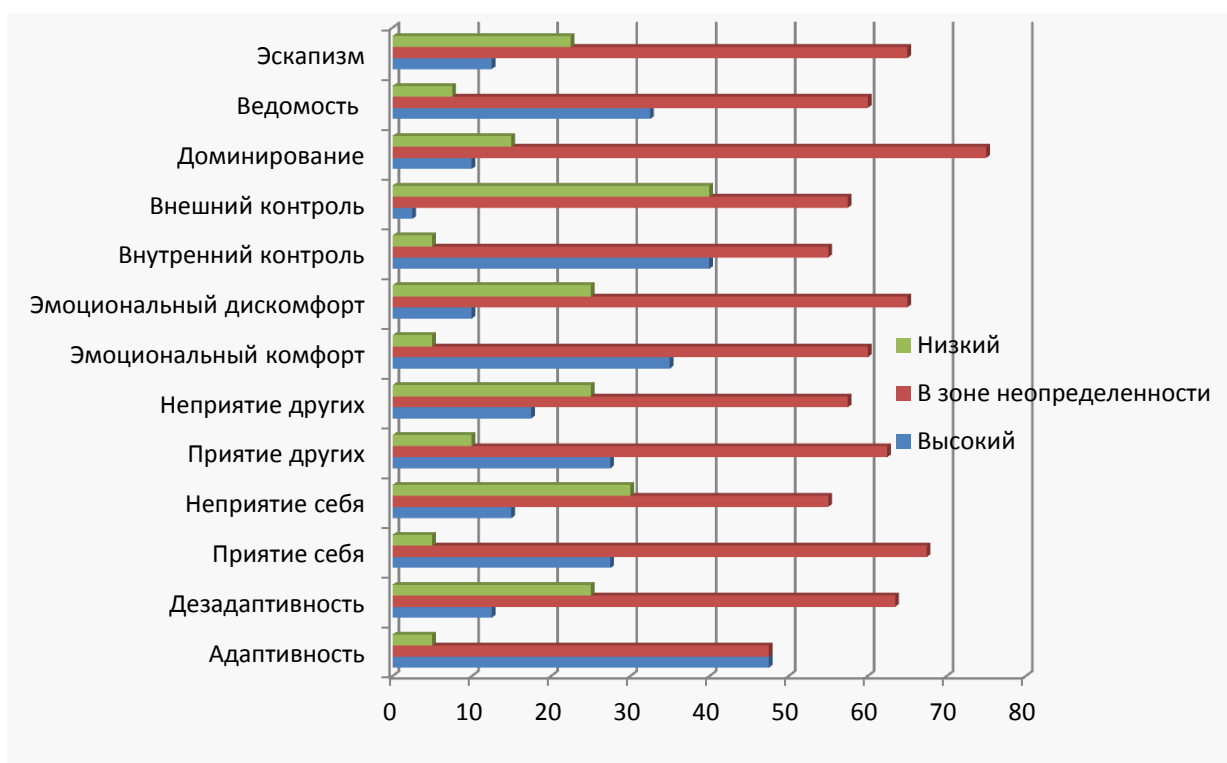


Рисунок 2 - Результаты по методике диагностики социально-психологической адаптации (СПА) (К. Роджерса и Р. Даймонда).

Анализируя результаты методики диагностики социально-психологической адаптации (СПА) (К. Роджерса и Р. Даймонда) нами сделаны следующие выводы:

- Показатели по **шкале адаптивность** находятся на среднем и высоком уровне.

- Полученные данные по **шкале дезадаптивность** находятся на среднем уровне и высоком уровне, что свидетельствует о незрелости личности, дисгармонии в сфере принятия решений, возможно являются результатом неуспешных попыток реализовать цель.

- По **шкале приятия себя** получены средние результаты. Они свидетельствуют о том, что у испытуемых недостаточная степень удовлетворенности личности своими характеристиками.

- Результаты полученные по **шкале неприятие себя** средние, они говорят о частичной неудовлетворённости индивида своими личностными

чертами.

- **Шкала прития других** также имеют средний и высокий уровень, что может говорить о принятии людей, совместной деятельности, взаимодействии и позитивному отношению к себе окружающих.

- Показатели по **шкале неприятия других** противоположны по содержанию **шкалы прития других**.

- Показатели по **шкале эмоциональный комфорт** говорят о степени определенности в эмоциональном отношении к окружающей действительности, то есть чем выше показатели, тем выше преобладание положительных эмоций и ощущения благополучия в жизни.

- По **шкале эмоциональный дискомфорт** преобладают средний уровень результатов, что означает неопределенность в эмоциональном состоянии. Испытуемый подавлен, чувствует неуверенность в себе.

- **Шкала внутренний контроль** и **шкала внешний контроль** определяют предрасположенность индивида к определённой форме локуса контроля (интернальность и экстернальность). Высокие показатели говорят о том, что человек несет ответственность за происходящие в его жизни события и они являются результатом его деятельности. Данная позиция говорит о наличии у индивида внутреннего, интернального контроля. Низкие показатели – человек склонен приписывать причины происходящего с ним, внешним факторам (окружающим людям, судьбе или случаю). Это свидетельствует о наличии у индивида внешнего (экстернального) контроля

- Результаты полученные по **шкале доминирования** говорят о среднем уровне стремления к лидерству. Преобладающее количество испытуемых, не имеют склонности к подчинению и превосходства над другими.

- Полученные данные по **шкале ведомость** определяет уровень стремлений быть подчинённым, выполнять поставленные кем-то задачи.

- **Шкала эскапизм (уход от проблем)** определяет уровень избегания проблемных ситуаций, уход от них.

Проанализировав результаты методик и данные, полученные в процессе математической обработки, можно сделать вывод, что студенты имеющие высокие интегральные показатели самопринятия, приятия других, эмоциональной комфортности, интернальности менее подвержены субъективному переживанию одиночества, а значит процесс адаптации к вузу у них проходит достаточно хорошо, у них позитивное отношение к себе и окружающим, они имеют эмоциональный комфорт и готовы принимать самостоятельные решения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Субъективно переживаемое одиночество личности представляет собой пласт эмоционально когнитивной сферы, включающей в свою структуру установки, экспектации, интериоризированные нормы. Данный феномен является индикатором степени включенности личности в социальное пространство взаимодействий. Предиктором включенности в социум выступает степень социальной адаптации личности.

Социальная адаптация личности представляет собой сложный многоуровневый конструкт включенности в социальное поле контактирования. Уровни социальной адаптации предполагают наличие различий в степени ассимиляции личности с окружающим миром.

Исследование субъективно переживаемого одиночества студенческой молодежи показало, что результаты находятся на среднем уровне. Диагностика социальной адаптации студентов показала, что результаты находятся так же на среднем уровне.

Для определения достоверности полученных результатов нами были использованы методы математической статистики. Результаты корреляционного анализа показали, что существует взаимосвязь субъективно переживаемого одиночества и социальной адаптации студентов. В частности, существует взаимосвязь дезадаптивности, эмоционального комфорта, внешнего контроля, приятия себя и приятия других и уровней адаптации.

Чем выше уровень одиночества, тем выраженнее дезадаптация студентов.

Чем выраженнее результаты по шкале «Принятие себя», тем ниже уровень одиночества.

Чем выше уровень одиночества, тем ниже эмоциональный комфорт студентов.

Чем выше уровень одиночества, тем выше уровень экстернальности студентов.

Таким образом, цель и задачи работы выполнены, гипотеза доказана.