

---

## ТВОРЧЕСКАЯ САМОРЕАЛИЗАЦИЯ КАК УСЛОВИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

И.В. Кулагина

Кафедра теоретической и прикладной психологии  
Тольяттинский государственный университет  
*ул. Белорусская, 14, Тольятти, Самарская обл., Россия, 445667*

Статья посвящена анализу результатов, полученных в ходе экспериментального исследования особенностей самореализации у студентов с разным уровнем социально-психологической адаптации.

**Ключевые слова:** личность, социально-психологическая адаптация, творческая самореализация.

Современное динамично развивающееся общество предъявляет все больше требований к личности специалиста какой-либо области. Он должен не только быстро приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей действительности, но и преобразовывать эту действительность для достижения поставленных целей. Поскольку человек в большей степени является социальным существом и много времени проводит в окружении других людей, ему необходимо обладать навыками, помогающими быстро и легко адаптироваться в новом коллективе, находить и поддерживать полезные и дружеские контакты. Для того чтобы быть конкурентоспособным, специалист должен постоянно развиваться, самореализовываться, нестандартно подходить к решению поставленных задач. Ему должно быть присуще стремление к творческой самореализации как максимально полному воплощению своих возможностей и способностей. Наше исследование посвящено изучению взаимосвязи феномена самореализации и социально-психологической адаптации личности, под которой в научной литературе понимают привыкание к новому коллективу, новым людям, налаживание деловых и доброжелательных отношений с ними, с руководством, выяснение и освоение неформальных норм, принятых в коллективе (моральных, этических традиций, обычаев, формальных и неформальных ритуалов), включение в различные аспекты его жизни, завоевание признания коллегами себя и результатов своего труда и, таким образом, самоутверждение в коллективе [7].

Экспериментальной базой исследования являлся Тольяттинский государственный университет (ТГУ), в исследовании приняли участие студенты психологических и педагогических специальностей дневного отделения первых курсов, общая выборка составила 78 студентов. Возраст респондентов составлял 16—19 лет, из них юношей 5 человек, девушек — 73 человека.

Исследование уровня социально-психологической адаптации студентов осуществлялось с помощью методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Представление о собственной психологической

адаптивности измерялось с помощью двух методик А.В. Батаршева: «Самооценка психологической адаптивности» и «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности».

Полученные результаты позволили разделить респондентов на три группы:  
 — с высоким уровнем социально-психологической адаптации (16 человек);  
 — со средним уровнем социально-психологической адаптации (44 человека);  
 — с низким уровнем адаптированности (18 человек).

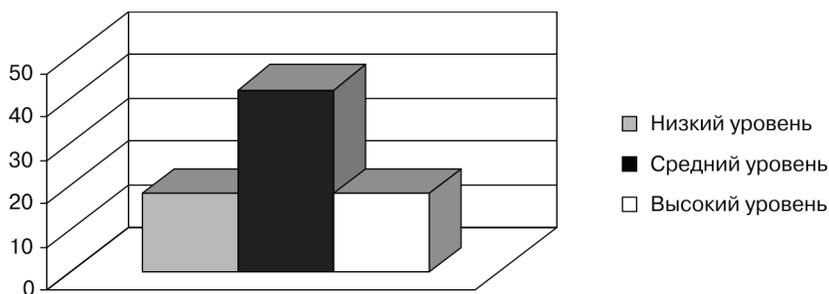
Таким образом, первая группа состояла из студентов, набравших по данной методике более 75,4% (т.е. с высоким уровнем социально-психологической адаптированности), вторая группа респондентов, набравших от 59,5% до 75,3%, была определена как вполне адаптированные личности, и третья группа образована студентами, набравшими менее 59,4% (т.е. с низким уровнем социально-психологической адаптированности).

Для выявления достоверных различий в средних значениях показателей уровня социально-психологической адаптированности, обозначаемых как низкий, средний и высокий уровни проявления данного свойства был проведен статистический анализ с помощью *t*-критерия Стьюдента. Между всеми группами были выявлены различия на высоком уровне значимости ( $p < 0,001$ ). Респонденты первой группы имеют низкий уровень адаптированности, с трудом приспосабливаются к изменяющимся условиям окружающей среды. Респондентам второй группы необходимо меньше времени для адаптации к новым условиям, они прикладывают для этого меньше сил. Студенты третьей группы имеют высокий уровень адаптированности, они относительно легко и быстро входят в новый коллектив и усваивают новые требования окружающей реальности (табл. 1, рис. 1).

Таблица 1

**Процентное соотношение уровней социально-психологической адаптации у студентов (n = 78)**

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
23%	56,4%	20,5%

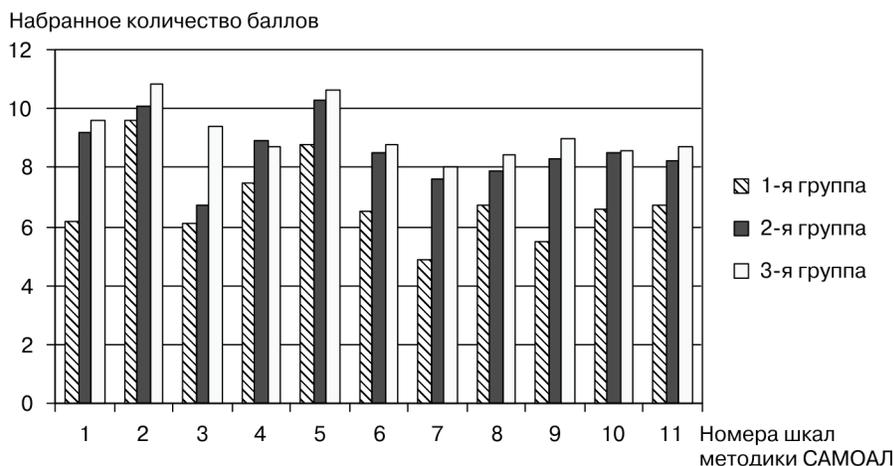


**Рис. 1.** Гистограмма распределения респондентов по группам с учетом уровня социально-психологической адаптации

Определение специфики структуры самореализации личности осуществлялось с помощью теста на самоактуализацию личности А.В. Лазуркина в адаптации Н.Ф. Калина САМОАЛ (табл. 2, рис. 2).

Средние значения по шкалам методики САМОАЛ

Группа	Шкала										
	1. Ориентация во времени	2. Ценности	3. Взгляд на природу человека	4. Потребность в познании	5. Креативность	6. Автономность	7. Спонтанность	8. Самопонимание	9. Ауто-симпатия	10. Контактность	11. Гибкость в общении
1-я	6,2	9,6	6,1	7,5	8,8	6,5	4,9	6,7	5,5	6,6	6,7
2-я	9,2	10,1	6,7	8,9	10,3	8,5	7,6	7,9	8,3	8,5	8,2
3-я	9,6	10,8	9,4	8,7	10,6	8,8	8	8,4	9	8,6	8,7



**Рис. 2.** Средние показатели респондентов по шкалам методики САМОАЛ  
 номера шкал методики САМОАЛ: 1 — ориентация во времени; 2 — ценности;  
 3 — взгляд на природу человека; 4 — потребность в познании;  
 5 — креативность; 6 — автономность; 7 — спонтанность;  
 8 — самопонимание; 9 — ауто-симпатия; 10 — контактность;  
 11 — гибкость в общении

Студенты третьей группы, имеющие высокий уровень социально-психологической адаптированности отличаются более высокими показателями по всем шкалам методики. Они обладают лучшей ориентацией во времени, разделяют ценности самоактуализирующихся личностей, имеют положительный взгляд на природу человека, креативный подход к своей жизни и деятельности, также эти студенты обладают автономией, спонтанностью, самопониманием, они вполне довольны собой, контактны и адекватно самовыражаются в общении.

У респондентов второй группы, имеющих достаточно высокие показатели социально-психологической адаптации, также отмечаются хорошие результаты по указанным шкалам. При этом показатели шкалы «Потребность в познании» у них выше, чем у представителей третьей группы. Это свидетельствует о том, что они более открыты новым впечатлениям, испытывают интерес к объектам, не связанным напрямую с удовлетворением каких-либо потребностей.

Студенты первой группы с низким уровнем социально-психологической адаптированности продемонстрировали также наиболее низкие из всех представленных групп показатели по шкалам САМОАЛ. Полученные результаты характеризуют этих респондентов как людей со слабо дифференцированной ценностной иерархией, живущих скорее прошлым и будущим, нежели настоящим, не верящих в могущество человеческих возможностей и не имеющих оснований для гармоничных

межличностных отношений, не способных к бытийному познанию, исключаящему суждение и оценивание, не владеющих творческим подходом к своей жизни и деятельности; как людей не чувствующих себя свободными и независимыми; они недостаточно уверены в себе, не доверяют окружающему миру; не чувствительны к своим желаниям и потребностям; обладают плохо осознаваемой Я-концепцией, неадекватной самооценкой; низкими коммуникативными способностями и навыками общения; они более ригидны, не владеют способами самораскрытия и самовыражения в общении.

Шкалы САМОАЛ отражают одну из теорий структуры самореализации, представленных в научной литературе. Представители гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс и др.) признавали креативность или творческий потенциал неотъемлемым атрибутом самоактуализирующейся и самореализующейся личности. Данная методика также содержит шкалу «Креативность», результаты которой интересуют нас в первую очередь. Соотношение показателей социально-психологической адаптации и творческой самореализации в исследуемых группах наглядно представлено в табл. 3 и на рис. 3.

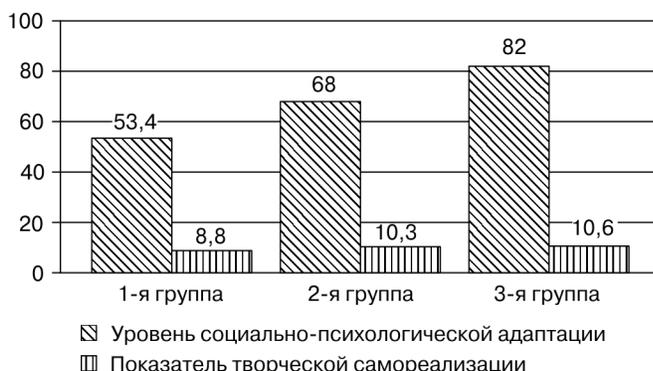
Тесноту взаимосвязи между уровнем социально-психологической адаптации и значениями творческой самореализации личности студентов выявляли с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Анализируя полученные результаты ( $r_s = 1$  при  $p < 0,01$ ) можно сделать вывод о том, что существует статистическая прямая связь между показателями социально-психологической адаптации и творческой составляющей самореализации у студентов в исследуемых группах.

Таблица 3

**Соотношение показателей творческой самореализации и социально-психологической адаптации в исследуемых группах**

Группа	Показатель социально-психологической адаптации	Показатель творческой самореализации
1-я	53,4	8,8
2-я	68	10,3
3-я	82	10,6

Средние показатели социально-психологической адаптации и творческой самореализации



**Рис. 3.** Соотношение показателей социально-психологической адаптации и творческой самореализации у респондентов

Главным образом нас интересовало влияние уровня развития творческого потенциала на уровень социально-психологической адаптации. Студенты, имеющие низкую степень адаптированности, приняли участие в следующем этапе исследования, предполагавшим изучение творческого потенциала. Этот этап также был посвящен анализу и подбору коррекционных мероприятий, направленных на развитие креативности личности.

Таким образом, в ходе данного этапа эмпирического исследования было установлено, что существует взаимосвязь между уровнем социально-психологической адаптации и творческой самореализацией личности.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты облегчают достижение целей высшего учебного заведения на первом году обучения, а именно достижение оптимальной адаптированности студентов к условиям образовательного учреждения. На основе результатов исследования можно сделать вывод о том, что для стимулирования успешной адаптации студентов, необходимо создавать условия для проявления и развития их творческой самореализации в различных аспектах учебной и внеучебной жизни.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] *Алейникова Т.В.* Психоанализ: Учеб. пособие. — Ростов н/Д: Феникс, 2000.
- [2] *Егорычева Д.И.* Самореализация подростка: квазифеномен развития или норма возраста // *Мир психологии*. — 2007. — № 4.
- [3] *Ермолаева-Томина Л.Б.* Психология художественного творчества: Учеб. пособие для вузов. — 2-е изд. — М.: Академический проект: Культура, 2005.
- [4] *Леонтьев Д.А.* Самореализация и сущностные силы человека // *Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии*. — М., 1997.
- [5] *Личность: определение и описание // Вопросы психологии*. — 1992. — № 3—4. — С. 35.
- [6] *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы / Под ред. Г.А. Балла, А.Н. Киричука, Д.А. Леонтьева. — М.: Смысл, 1999.
- [7] *Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов*. — СПб.: прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2006.
- [8] *Психология: Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского*. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Политиздат, 1990.
- [9] *Скорцова М.В., Якунин В.Е.* Социально-психологические аспекты личностного роста. — Тольятти: СаГА, 2007.
- [10] *Шустова Н.Е., Гриценко В.В.* Социально-психологическая адаптация молодежи и отношение к социальным нормам // *Психологический журнал*. — 2007. — Том 28. — № 1. — С. 46—57.

## CREATIVE SELF-REALIZATION AS CONDITION SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION TO PERSONALITY

I.V. Kulagina

Department of theoretical and practical psychology  
Togliatty State University  
Belorussian str., 14, Togliatty, Russia, 445667

The Article is dedicated to analysis result, got in the course of experimental study of the particularities self-realization of students with different level social-psychological adaptation.

**Key words:** personality, social-psychological adaptation, creative self-realization.