



4852579

**КУЛАГИНА Ирина Васильевна**

**ВЛИЯНИЕ ТВОРЧЕСКОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ НА СОЦИАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ АДАПТАЦИЮ СТУДЕНТОВ**

Специальность: 19.00.01 – общая психология,  
психология личности, история психологии

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

1 СЕН 2011

Москва  
2011

Работа выполнена на кафедре теоретической и прикладной психологии гуманитарного института Тольяттинского государственного университета

**Научный руководитель:**

доктор психологических наук, профессор **Кудинов Сергей Иванович**

**Официальные оппоненты:**

доктор психологических наук, профессор **Фомина Наталья Александровна**

*Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина*

кандидат психологических наук, доцент **Шогорева Елена Юрьевна**  
*Военный университет Министерства обороны РФ*

**Ведущая организация:**

Новосибирский государственный педагогический университет

Защита диссертации состоится 23 сентября 2011 г. В 10.00 часов на заседании диссертационного совета Д 212.203.22 при Российском университете дружбы народов по адресу: 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 6, зал № 1.

С диссертацией можно ознакомиться в Учебно-научном информационно-библиотечном центре (Научной библиотеке) РУДН.

Автореферат диссертации размещен на сайте [www.rudn.ru](http://www.rudn.ru).

Автореферат разослан 22 августа 2011 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат педагогических наук,  
доцент



В.Б. Куриленко

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Все большее внимание специалистов различного профиля привлекает проблематика, связанная с адаптационными ресурсами человека как субъекта деятельности, общения и познания. Актуальность данного вопроса возрастает в контексте тех интенсивных трансформаций, которые претерпевает современное мировое, и особенно российское, общество. Нестабильность и даже непредсказуемость социальных процессов предъявляют повышенные требования к личности, которой приходится учитывать внешне обусловленные социальные требования: изменяться и сохранять при этом собственные основополагающие установки и убеждения, другими словами, оставаться в относительно устойчивом равновесии. Данные положения позволяют констатировать, что разработка проблемы адаптации личности становится одной из насущных, ключевых задач психологической науки.

Процесс адаптации, будучи непрерывным, все же представляет собой криволинейное движение, его актуальность возрастает при смене условий жизни и деятельности, возникновении новых требований со стороны окружающей среды. Одним из таких периодов является поступление юношей и девушек в вуз, что связано с необходимостью адаптации к новому коллективу, новым условиям и способам деятельности, со сменой жизненных приоритетов.

В период юности также приобретают новую актуальность вопросы, касающиеся самореализации личности, обретения смысла существования, поиска и нахождения своего места в социуме и в студенческом коллективе, получения удовлетворения от выполняемой деятельности и жизни в целом. Недостаточная эффективность процесса адаптации может способствовать снижению мотивации к обучению, утрате интереса к овладению выбранной специальностью, а также ослаблению стремления к самореализации как главной побудительной силы роста и развития личности.

Таким образом, очевидна необходимость расширения вариативного спектра условий, влияющих на успешность протекания адаптационного процесса и являющихся мощным стимулом для развития личности.

С учетом того, что одним из механизмов, обеспечивающих психологическую адаптацию, является направленность на цель, связанную с ведущей потребностью в жизни личности, а именно достижение высшего уровня – самоактуализации и самореализации, необходимо способствовать такой организации учебной и внеучебной деятельности студентов-первокурсников, при которой взаимосвязь процессов адаптации и самореализации содействовала бы полноценному функционированию личности.

**Степень научной разработанности проблемы.** Несмотря на то, что изучение феномена самореализации имеет длительную историю, интерес к самореализации как максимально полному достижению и воплощению своих способностей и возможностей, своей сущности возрастает с появлением

новых научных концепций и исследований А. Маслоу, К. Роджерса, А. Адлера, К. Голдштейна, Э. Фромма и других ученых. Не столь долгое изучение собственно самореализации в отечественной психологической науке, тем не менее, способствовало разнообразию современных подходов к рассмотрению самореализации. В качестве многомерного феномена самореализация предстает как цель развития личности (Д.А. Леонтьев), способ самоосуществления личности (Л.Г. Брылева), как процесс актуализации различных потенций (Е.И. Горячева, Н.Л. Кулик), творчество личности и реализация творческого отношения (И.Ф. Ведин, М.В. Шугуров), а также как системное комплексное явление, состоящее из различных уровней и характеристик, направляющих самоосуществление человека (С.И. Кудинов, Э.В. Галажинский, Л.А. Коростылева). Как отечественные, так и зарубежные исследователи подчеркивают, что самореализация не имеет заранее заданного сценария и результата, и утверждают ее в качестве субъективного личностного творчества. Творческий элемент самореализации в отдельных работах акцентируется, но анализ научной литературы показывает недостаточную изученность именно феномена творческой самореализации как самостоятельного вида самореализационной деятельности.

Адаптация также исследовалась достаточно длительное время до современного рассмотрения ее как активного процесса установления личностью гармоничного равновесия между требованиями окружающей действительности и собственными интересами и возможностями (Ю.А. Александровский, А.Н. Жмыриков, А.А. Реан). Многие ученые (К.А. Альбуханова-Славская, Г.А. Балл, А.А. Реан и др.) признают в качестве цели адаптации, как установления гармонии в отношениях с окружающей средой, стремление личности к самореализации, самовоплощению в этой среде. Существует и другое мнение, согласно которому самореализация и адаптация – два разных и даже противоположных пути развития личности (Д.А. Леонтьев, П.П. Горностай и др.). Стремление найти разрешение данного противоречия определило проблему нашего исследования.

**Проблема** исследования состоит в том, что общество делает запрос на выпускника, способного быстро адаптироваться в изменяющихся условиях окружающей действительности, сохраняя целостность собственной личности и стремление к творческой самореализации, модернизации этой действительности. При этом вопрос о соотношении психологической адаптации и творческой самореализации личности является недостаточно разработанным в научной литературе.

**Цель** исследования – выявить влияние творческой самореализации на психологическую адаптацию студентов-первокурсников.

**Объект** исследования – психологическая адаптация как процесс организации социального взаимодействия, способствующего наиболее полной реализации личностного потенциала.

**Предмет** исследования – особенности влияния творческой самореализации на психологическую адаптацию студентов-первокурсников.

**Гипотезы исследования** заключаются в предположениях о том, что:

– творческая самореализация есть цель, процесс и результат максимально полного воплощения личностью потенциальных возможностей и актуальных способностей в жизни и деятельности; ее содержание составляют когнитивные, личностные и деятельностные компоненты;

– специфика творческой самореализации личности детерминирует уровень психологической адаптации студентов-первокурсников;

– творческая самореализация будет содействовать повышению уровня психологической адаптации у студентов в рамках высшего учебного заведения тогда, когда со студентами-первокурсниками, имеющими низкий уровень психологической адаптации, будет осуществляться программа оптимизации творческой самореализации, основанная на модели, представленной совокупностью когнитивного, личностного и деятельностного аспектов творческой самореализации;

– разработанная программа повышает выраженность таких критериев творческой самореализации, как развитое самосознание и самопознание личности; наличие творческих способностей и стремление к их реализации; осуществление творческого отношения в деятельности и во взаимодействии с окружающими людьми.

**Задачи исследования.**

1. На основе анализа литературы конкретизировать понятия «социально-психологическая адаптация» и «творческая самореализация».

2. Разработать модель творческой самореализации и критерии, позволяющие сделать вывод о выраженности данного феномена.

3. Создать и апробировать программу оптимизации творческой самореализации студентов-первокурсников на базе разработанной модели и критериев творческой самореализации.

4. Эмпирически выявить особенности психологической адаптации и творческой самореализации у студентов.

5. Определить эффективность обозначенной экспериментальной программы по оптимизации творческой самореализации студентов.

6. Установить наличие взаимосвязи между творческой самореализацией и социально-психологической адаптацией студентов-первокурсников.

**Теоретической и методологической основой исследования** послужили современные подходы к изучению саморазвития, самореализации и, в частности, творческой самореализации личности (Е.Е. Вахромов, И.Ф. Ведин, Э.В. Галажипский, П.П. Горностай, Е.И. Горячева, Л.А. Коростылева, С.И. Кудинов, Д.А. Леонтьев, Е.А. Никитина, Д.И. Фельдштейн, Г.К. Чернявская, А.В. Шишкин, М.В. Шугуров); учения о сущности, видах и динамике адаптации (Ф.Б. Березин, Д.А. Бирюков, Л.Г. Дикая, А.Н. Жмыриков, Е.К. Завьялова, С.Т. Посохова, А.А. Реан,

Г. Селье, И.Н. Симаева, А.Г. Смирнов, С.И. Степанова, С.А. Шапкин); а также теоретические положения и ключевые принципы, сформулированные ведущими отечественными и зарубежными психологами.

Теоретико-методологической основой исследования также являются: *деятельностный подход*, описанный в трудах Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна и позволяющий утверждать, что самореализация не только сопровождает и оптимизирует деятельность, но и формируется, развивается в процессе деятельности; *принцип детерминизма*, сформулированный в работах С.Л. Рубинштейна: особенности феноменов человеческой психики обусловлены внешними и внутренними факторами, способствующими их возникновению; *принцип единства сознания и деятельности*, согласно которому сознание и психика формируются и развиваются в деятельности, а деятельность регулируется сознанием и психикой; *принцип отражения*, заключающийся в том, что восприятие человеком предметов и явлений закономерно продиктовано чертами его личности и деятельности; *гуманистические принципы* детерминированности развития личности социальными условиями и особенностями жизнедеятельности Дж. Бьюдженталя, А. Маслоу, Р. Мэя, К. Роджерса.

**Методы и методики исследования.** Для решения поставленных в исследовании задач и проверки выдвинутых гипотез нами был использован комплекс методов, дополняющих друг друга и адекватных предмету исследования: анализ психолого-педагогической литературы, включающий осмысление концептуальных разработок, сделанных ранее; эмпирические методы: тестирование, метод самооценки, метод экспертных оценок, формирующий эксперимент; методы обработки данных: количественный анализ с помощью методов математической статистики (t-критерий Стьюдента, коэффициент ранговой корреляции Спирмена), а также качественный анализ результатов исследования.

**Эмпирическая база исследования.** В исследовании приняли участие 198 человек, студенты гуманитарных специальностей дневного отделения первых курсов ГОУ ВПО «Тольяттинский государственный университет» города Тольятти, возрастной диапазон респондентов – 17–18 лет.

**Основные этапы исследования.**

**Первый этап** (2006 – 2007 гг.) состоял в изучении философской, психологической и педагогической литературы по проблеме самореализации и психологической адаптации личности. Определены методологические и теоретические основы исследования, его цель, задачи, гипотезы и методы.

**Второй этап** (2007 – 2008 гг.) был посвящен реализации исследовательской части работы, созданию модели и определению критериев творческой самореализации, а также разработке программы оптимизации творческой самореализации.

На **третьем этапе** (2008 – 2009 гг.) апробирована коррекционно-оптимизирующая программа, установлена ее эффективность, обобщены результаты всех этапов исследования, сформулированы выводы, оформлена диссертационная работа.

**Наиболее существенные и новые результаты исследования, полученные лично соискателем, и их научная новизна:**

– проанализированы различные психологические подходы к пониманию творческой самореализации личности (как цели, процесса и результата максимально полного воплощения личностью потенциальных возможностей и актуальных способностей в жизни и деятельности), выделены такие ее особенности, как наличие внешнего и внутреннего источников детерминации, поливалентность проявления и связь с сущностными силами личности. Обосновано, что юношеский возраст является наиболее важным для последующей эффективной самореализации;

– рассмотрены представления о психологической адаптации личности как процессе организации социального взаимодействия, способствующего наиболее полной реализации личностного потенциала. Проанализированы особенности и психолого-педагогические условия повышения эффективности психологической адаптации студентов-первокурсников. Изучены особенности самореализации у студентов-первокурсников с разным уровнем психологической адаптации;

– разработана модель творческой самореализации, содержание которой представлено совокупностью когнитивного (развитость комплекса психических познавательных процессов, содействующих всестороннему исследованию предметов и явлений окружающей действительности), личностного (наличие определенного потенциала, стремления к самореализации, к личностному духовному развитию и самосовершенствованию) и деятельностного (практическое воплощение творческого потенциала и отношения в различных сферах жизни и деятельности) компонентов;

– выделены критерии творческой самореализации: развитое самосознание и самопознание личности; наличие творческих способностей и стремления к их реализации; осуществление творческого отношения в деятельности и во взаимодействии с окружающими людьми;

– разработана и апробирована программа оптимизации творческой самореализации личности студентов-первокурсников на основе модели и выделенных критериев. Программа представлена системой взаимосвязанных блоков, каждый из которых направлен на оптимизацию определенного элемента, необходимого для творческой самореализации;

– установлено, что реализованная программа оптимизации творческой самореализации способствует более эффективному протеканию процесса психологической адаптации студентов-первокурсников, что выражается в поиске и организации новых межличностных контактов, уменьшении временных и энергозатрат при вхождении в новый коллектив, а также в стремлении найти баланс между собственными интересами и требованиями социального окружения.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в том, что его результаты:

- существенно конкретизируют, углубляют и дополняют теоретические положения о феноменах психологической адаптации и самореализации, в частности, творческой самореализации личности;
- раскрывают содержание творческой самореализации как совокупности когнитивного, личностного и деятельностного аспектов;
- обосновывают возможность оценки творческой самореализации посредством выделенных критериев;
- расширяют представление об особенностях психологической адаптации студентов-первокурсников;
- обнаруживают взаимосвязь между процессами психологической адаптации и творческой самореализации личности студента-первокурсника;
- дают возможность расширить научное представление об особенностях творческой самореализации у студентов-первокурсников с различной степенью психологической адаптации;
- позволяют разрабатывать новые подходы к диагностике, инициации и оптимизации творческой самореализации личности студентов, базирующиеся на оптимизации совокупности взаимодействующих когнитивных, личностных и деятельностных аспектов личности.

**Практическая значимость исследования** обеспечивается возможностью применения полученных результатов для повышения эффективности процесса психологической адаптации студентов-первокурсников посредством оптимизации творческой самореализации личности. Определение содержания программы и методов оптимизации творческой самореализации у студентов-первокурсников позволит целенаправленно использовать экспериментальные данные в коррекционно-развивающей работе специалистов высшей школы в процессе профессиональной подготовки.

Экспериментально проверенный диагностический инструментарий может быть задействован в процессе профессиональной подготовки для изучения особенностей психологической адаптации студентов, а также для выявления специфики самореализации личности студента.

Результаты исследования могут применяться при разработке лекционных курсов по психологии развития, общей, социальной и дифференциальной психологии; при подготовке научно-методических материалов и индивидуальных программ повышения адаптированности и творческой самореализации личности, а также в консультативных и коррекционных видах деятельности представителей различных психологических служб.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Творческая самореализация – цель, процесс и результат максимально полного воплощения личностью потенциальных возможностей и актуальных способностей в жизни и деятельности, которое осуществляется посредством наличия внешнего и внутреннего источника детерминации, а также поливалентности проявления и связи с сущностными силами



личности. Наиболее важным возрастным периодом, определяющим успешность творческой самореализации, является юношеский период.

2. Модель творческой самореализации личности представляет собой совокупность взаимосвязанных когнитивных (развитость комплекса психических познавательных процессов, помогающих всестороннему исследованию предметов и явлений окружающей действительности), личностных (наличие определенного потенциала, стремления к самореализации, к личностному духовному развитию и самосовершенствованию) и деятельностных (практическое воплощение творческого потенциала и отношения в различных сферах жизни и деятельности) аспектов.

3. Критериями, позволяющими установить степень творческой самореализации личности, выступают: развитое самосознание и самопознание личности; наличие творческих способностей и стремления к их реализации; осуществление творческого отношения в деятельности и во взаимодействии с окружающими людьми.

4. Повышению эффективности творческой самореализации личности студентов-первокурсников способствует осуществление разработанной коррекционно-оптимизирующей программы, основанной на предложенной модели и выделенных критериях творческой самореализации.

5. Установлено влияние оптимизации творческой самореализации личности на повышение эффективности психологической адаптации студентов-первокурсников, что содействует снижению временных, психо- и эмоциональных затрат при организации и поддержании социальных и межличностных контактов, увеличению арсенала способов и средств самоутверждения в коллективе, более полному принятию норм и правил высшего учебного заведения, формированию гармоничного равновесия между требованиями окружающей среды и личными интересами.

**Достоверность и объективность** результатов исследования обеспечиваются обоснованностью исходных методологических позиций; содержательным анализом теоретических положений; сочетанием теоретического анализа и качественного обобщения экспериментальных данных; применением комплекса методов исследования, адекватных поставленным в работе задачам и логике исследования; содержательным и статистическим анализом полученных результатов и личным участием автора в организации и проведении эксперимента.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные теоретические положения диссертации и экспериментальные результаты исследования обсуждались на заседаниях кафедры теоретической и прикладной психологии Тольяттинского государственного университета, а также на региональных межвузовских научно-практических конференциях: «Наука. Образование. Практика» (Уфа, 2007), «Современная образовательная среда как условие самореализации личности» (Тольятти, 2008); всероссийских научно-практических конференциях: «Самореализация личности в современных социокультурных условиях» (Тольятти, 2007),

«Самореализация личности с ограниченными возможностями в современной России» (Тольятти, 2010); международных научно-практических конференция: «Педагогические системы развития творчества: творческий потенциал дополнительного образования» (Екатеринбург, 2008), «Социальная сфера: опыт, инновации, перспективы развития» (Тольятти, 2008), «Личность в межкультурном пространстве» (Москва, РУДН, 2009). Материалы исследования внедрены в психолого-педагогическую практику Тольяттинского государственного университета, Муниципального учебно-развивающего центра «Виктория» г. Тольятти.

По теме диссертационного исследования опубликовано 12 работ, 3 из них – в ведущих рецензируемых научных изданиях, рекомендованных ВАК РФ.

**Структура диссертации** соответствует логике исследования и включает введение, три главы, заключение, список использованной литературы (195 источников) и приложения. В диссертацию включены 3 рисунка, 12 таблиц и 17 диаграмм. Общий объем работы составляет 208 страниц.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

Во **Введении** обосновывается актуальность исследования, определяются проблема, объект, предмет, цель, выдвигаются гипотезы, формулируются задачи, методологические основы, характеризуются эмпирическая база, этапы и методы работы, раскрывается научная новизна исследования, его теоретическая и практическая значимость, формулируются положения, выносимые на защиту, а также приводятся сведения о достоверности результатов исследования, их апробации и внедрении.

В **первой главе «Адаптация как проблема психологического исследования»** рассматриваются различные подходы к пониманию адаптации как процесса и результата внутренних изменений и внешнего активного приспособления индивида к новым условиям жизни и деятельности. Проанализировано представление об адаптации в различных отечественных и зарубежных концепциях. Необихевиористы (Г. Айзенк) считают адаптацию состоянием гармонии человека и среды, а также процессом ее достижения. В отличие от данной концепции интеракционисты (Л. Филипс) разделяют понятия приспособления и адаптации, трактуя последнее как совокупность приемов, кристаллизованных путем последовательного ряда приспособлений. В рамках психоаналитического направления адаптация описывается как конфликт личности и среды, положительное разрешение которого проявляется в состоянии адаптированности (З. Фрейд, Г. Хартманн). Э. Эриксон, как представитель данного направления, также полагает, что адаптация – процесс приспособления человека и среды, но, по его мнению, данный процесс на одном полюсе характеризуется конфликтами и защитными механизмами, а на другом – сотрудничеством и гармонией. Адаптация как разрешение

конфликта личности и среды упоминается и в работах представителей гуманистического направления, но они видят причины этого конфликта во фрустрации базовых потребностей личности (А. Маслоу, К. Роджерс). Современные исследователи понимают под адаптацией более активный и продуктивный процесс установления гомеостатического равновесия между личностью и средой, направленный на самоактуализацию и самореализацию личности в социальной среде (Б.Д. Парыгин, А.А. Реан и др.). В настоящее время, не теряя своей актуальности, проблема адаптации разрабатывается в трех основных направлениях: медико-психологическом, психофизиологическом и комплексном изучении психических и функциональных состояний человека в трудовой деятельности. Адаптация как многомерное явление изучается в процессуальном и результативном аспектах, а также как основание для личностных новообразований. Процесс адаптации человека непрерывен, но наиболее заметно выражен в периоды значительных изменений в окружающей реальности. Один из таких этапов – юношеский возраст, связанный с поступлением в высшее учебное заведение, сменой коллектива, форм и способов осуществления учебной деятельности. Проблемами адаптации именно студентов занимались многие исследователи (Б.С. Положий, С.Н. Игнатьева, А.Л. Гройсман и др.), указывая на то, что обретение нового образовательного пространства это качественно новый этап развития, который затрагивает все разновидности адаптации от организационной до бытовой. Ссылаясь на то, что личность является продуктом социальных взаимоотношений и взаимодействий, данные авторы наиболее важными видами адаптации студента-первокурсника признают социальную, психологическую и социально-психологическую адаптацию. Достаточно большое внимание исследователей посвящено раскрытию факторов, влияющих на успешность обучения студентов-первокурсников, так В.Г. Асеев делает упор на интеллект, С.М. Кетько на мировоззрение, Л.А. Пономарева отмечает преобладание продуктивного стиля мышления у студента. Многие авторы подчеркивают важность и необходимость организации условий, способствующих повышению эффективности процесса адаптации, при этом можно отметить недостаточную разработанность этого аспекта в научной литературе. Обобщая различные точки зрения на выделяемые исследователями педагогические и психологические условия, способствующие успешной адаптации в среде высшей школы, можно выделить объективные, не зависящие от личности первокурсника, и субъективные условия, на которые можно повлиять, в частности, посредством коррекционных воздействий. Акцентируемая в научной литературе связь успешности адаптационного периода студента-первокурсника к среде вуза и эффективности последующего профессионального обучения, обуславливает необходимость оптимизации психологической адаптации, в частности, посредством творческой самореализации для достижения полноценного функционирования личности.

Во второй главе исследования «Теоретический анализ проблемы творческой самореализации в научной литературе» раскрываются различные подходы к пониманию самореализации как явления, процесса, потребности, свойства. Изучение литературных источников указывает на исторически длительный интерес к возможности самореализации, нахождению человеком смысла жизни. Большинство авторов трактует самореализацию как врожденное стремление к личностному росту, развитию, самосовершенствованию (А. Маслоу, К. Роджерс и др.). Творческий компонент в гуманистических концепциях был априори включен во все акты самоактуализации и самореализации, поскольку каждый человек индивидуален и аспекты его жизнедеятельности неповторимы, то есть являются творческими. В отечественной психологической науке термин «самореализация» вошел в употребление сравнительно недавно, но и ранее присутствовал интерес к проблемам, потенциалу, возможностям личности. Рассмотрение самореализации на философском, социологическом и психологическом уровнях позволяет составить свое представление о данном феномене на основе многообразия имеющихся подходов и концепций. Особенности психологического уровня являются определение личностных качеств и конкретных условий, дающих личности возможность эффективно самореализоваться, а также обратное влияние самореализации на личность и деятельность. Эволюцию представлений отечественных исследователей о самореализации можно условно разделить на два этапа. На первом из них самореализация считается не самостоятельным феноменом, а составным элементом более сложных образований, таких как самоопределение и самоутверждение, в контексте изучения которых она и упоминается. Для второго этапа характерно выделение самореализации в качестве самостоятельного предмета изучения, относимого преимущественно к взрослому возрасту. В таком понимании самореализацию связывают с личностным потенциалом (О.И. Пустовит), творчеством личности (М.В. Шугуров), со смыслом жизни (Л.В. Сохань, М.В. Тихонович), волей личности (Н.Л. Кулик), с основной мотивирующей силой (И.Ф. Ведин, Н.Н. Михайлов, В.В. Роговин). В последнее время в отечественной научной литературе прослеживается тенденция рассматривать самореализацию как комплексное явление, что находит отражение в работах С.И. Кудинова (самореализация как функциональная система), Л.А. Коростылевой (самореализация как осуществление возможностей развития «Я» посредством собственных усилий, сотворчества, содеятельности с другими людьми – ближним и дальним окружением, социумом и миром в целом), Э.В. Галажинского (самореализация как одно из проявлений самоорганизации личности) и др. По мнению некоторых исследователей (М.Т. Громкова, Н.Б. Крылова и др.), самореализация выступает завершающим этапом процесса саморазвития личности, то есть осуществляется в период акме. С точки зрения И.Д. Егорычевой, представляющей самореализацию в виде циклического процесса, состоящего из нескольких последовательно сменяющих друг друга стадий, собственно

самореализация является завершающим этапом первого цикла в развитии личности, и осуществляется в период молодости. Рассматривая самореализацию как актуализацию потенциальных возможностей (Е.А. Никитина), следует отметить, что их формирование и развитие осуществляется ранее, делая, таким образом, период перехода от юности к молодости достаточно важным для становления творческой самореализации личности. Будучи комплексным, системным явлением, недостаточно теоретически оформленным в научной литературе, творческая самореализация, по нашему убеждению, может быть представлена совокупностью взаимосвязанных когнитивных, личностных и деятельностных компонентов.

В третьей главе «Экспериментальное исследование влияния творческой самореализации на психологическую адаптацию студентов» осуществлялась проверка гипотез работы, описана организация исследования, методы сбора и обработки полученных эмпирических данных. Экспериментальной базой исследования стал Тольяттинский государственный университет (ТГУ), в нем приняли участие студенты гуманитарных специальностей дневного отделения первых курсов, общая выборка составила 198 студентов. Возраст респондентов составлял 17–18 лет.

В качестве диагностического инструментария в исследовании применялись следующие методики: «Методика диагностики социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда, методики «Самооценка психологической адаптивности» и «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности» А.В. Батаршева. Отдельно стоит сказать о методике «САМОАЛ» А.В. Лазуркина в адаптации Н.Ф. Калина, направленной на изучение самоактуализации личности. Использование данной методики не противоречит целям исследования, поскольку феномены самореализации и самоактуализации являются взаимодополнительными и представляют собой единый процесс самоосуществления личности. Были также задействованы методики «Мини-тест на креативность» Е.В. Батовриной, «Определение социальной креативности личности» и «Самооценка творческого потенциала личности» А.В. Батаршева. Использовался и метод экспертной оценки эффективности творческой самореализации студентов, где в качестве экспертов выступали преподаватели, обучающие респондентов в рамках кредитно-модульной системы. Экспертам предлагалось оценить студентов по трем критериям творческой самореализации: развитое самосознание и самопознание; наличие творческих способностей и стремления к их реализации; реализация творческого отношения в деятельности и во взаимодействии с окружающими людьми.

Результаты констатирующего этапа исследования позволили разделить представителей выборки на три группы в соответствии с уровнем адаптации (см. рис. 1). Анализируя респондентов с низким уровнем социально-психологической адаптации ( $n = 58$ ), можно отметить, что у них наблюдаются затруднения в процессе организации социального взаимодействия, им требуется значительное количество времени для вхождения в ситуацию межличностного общения, им свойственны большие

энергозатраты, их интерес к овладению ролевыми функциями неустойчив, отсутствует удовлетворение от взаимодействия, что способствует образованию у данных студентов барьера на пути к достижению гармоничного равновесия между личными интересами и требованиями окружающей среды.

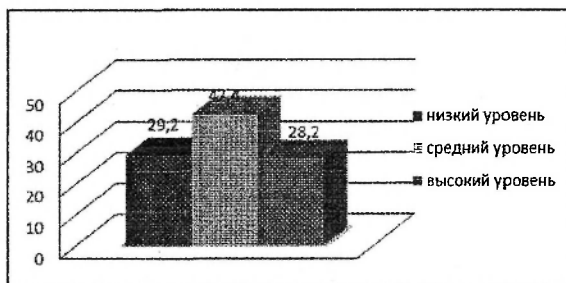
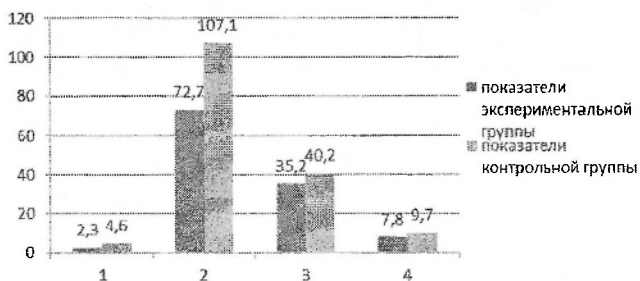


Рис. 1. Соотношение уровней социально-психологической адаптации респондентов

В то же время респонденты со средним уровнем социально-психологической адаптации ( $n = 84$ ) довольно успешно и продуктивно организуют процесс межличностного взаимодействия. Параллельно с повышением адаптированности у них увеличивается арсенал способов и средств самоутверждения в коллективе и повышения своего статуса. Характеризуя респондентов с высоким уровнем социально-психологической адаптации ( $n = 56$ ), следует подчеркнуть стремление к более полному принятию норм и правил высшего учебного заведения, к активному воздействию на окружающую среду, преобразованию ее сообразно собственным интересам. В результате изучения специфики самореализации в группах с разным уровнем социально-психологической адаптации можно констатировать, что у студентов с низким уровнем социально-психологической адаптации наблюдаются пониженные показатели и всех структурных компонентов самореализации. Они не уверены в своих силах, но обладают завышенными притязаниями, погружены в прошлые переживания, отличаются недоверием к людям, осторожным отношением к новым впечатлениям, страхом перед неизвестным, недостатком спонтанности и автономности, низким самопониманием и самопринятием, трудностями организации и поддержания межличностного взаимодействия, для них характерен недостаток креативности, творческого подхода к событиям и явлениям окружающей действительности. В связи с выделенными критериями творческой самореализации нас интересовали преимущественно шкалы «Потребность в познании», «Самопонимание», имеющие отношение, на наш взгляд, к критерию развитого самосознания и самопознания; «Креативность», представляющая собой творческое отношение к жизни и деятельности; «Автономность», «Спонтанность» и «Гибкость в общении», соответствующие критерию творческой

самореализации в деятельности и взаимодействии с окружающими людьми. Между средними значениями по данным шкалам и экспертными оценками студентов была установлена статистическая прямая связь на достаточно высоком уровне значимости ( $r_s = 0,585$  при  $p < 0,05$  в отношении к первому критерию,  $r_s = 0,82$  при  $p < 0,01$  для второго критерия,  $r_s = 0,941$  при  $p < 0,01$  относительно третьего критерия). Наличие достоверной связи указывает на возможность использования методики «САМОАЛ» для реализации целей, поставленных в исследовании. Группе респондентов со средним уровнем социально-психологической адаптации свойственны довольно высокие показатели по всем структурным компонентам самореализации. Респонденты с высоким уровнем социально-психологической адаптации по всем структурным компонентам самореализации имеют наивысшую процентную представленность.

Соотнесение показателей социально-психологической адаптации и творческой самореализации в исследуемых группах с помощью ранговой корреляции Спирмена показало наличие статистической прямой связи между ними ( $r_s = 1$  при  $p < 0,01$ ). Это свидетельствует в пользу предположения, выдвинутого в данной работе, о зависимости уровня психологической адаптации студентов-первокурсников от показателей творческой самореализации. Дальнейшие исследования творческой составляющей самореализации в группе студентов с низким уровнем социально-психологической адаптации дали возможность распределить респондентов на экспериментальную и контрольную подгруппы (см. рис. 2).



**Рис. 2.** Гистограмма соотношения показателей творческой самореализации экспериментальной и контрольной групп на констатирующем этапе исследования

**Примечание:** по оси абсцисс расположены: 1 – «Мини-тест на креативность» Е.В. Батовриной, 2 – «Определение социальной креативности личности» А.В. Батаршева, 3 – «Самооценка творческого потенциала личности» А.В. Батаршева, 4 – показатели шкалы «Креативность» методики «САМОАЛ» (А.В. Лазуркин в адаптации Н.Ф. Калина).

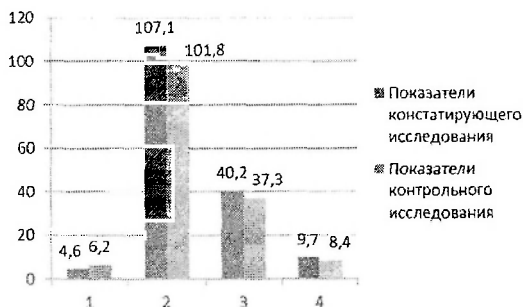
Следующим этапом исследования стали разработка и апробация программы оптимизации творческой самореализации студентов на основе предложенной модели и критериев творческой самореализации.

Построение и проведение коррекционно-оптимизирующей программы включало ряд последовательных стадий. *Диагностическая стадия* осуществлялась в ходе констатирующего этапа исследования. *Теоретико-методологическая стадия* состояла в формировании у студентов представлений о теоретических, методологических и практических подходах к рассмотрению творческой самореализации. Содержание *установочной стадии* заключалось в активизации мотивационной стороны участников развивающего взаимодействия, побуждений к саморазвитию и самореализации. *Коррекционно-оптимизирующая стадия* включала несколько блоков, адекватных модели и критериям выраженности творческой самореализации. Первый и второй блоки программы направлены на развитие когнитивного аспекта творческой самореализации; упражнения третьего и пятого блоков соответствуют личностному аспекту творческой самореализации и способствуют активизации стремления и потенциала к творческому саморазвитию и самосовершенствованию студентов; с помощью четвертого и шестого блоков программы, нацеленных на повышение социальной смелости, самоконтроля и применения на практике полученных знаний, был реализован деятельностный аспект творческой самореализации студентов-первокурсников. На *рефлексивно-оценочной стадии* оценивалась эффективность проведенной программы, произошедшие личностные изменения, возможность и необходимость переноса нового опыта в реальные жизненные условия. Программа реализовалась в течение года, после чего было проведено контрольное исследование.

Результаты контрольного этапа исследования доказывают отсутствие изменений показателя творческой самореализации в контрольной группе, в то время как в экспериментальной группе этот показатель увеличился в сравнении с констатирующим этапом исследования ( $t = 4,251$  при  $p < 0,01$ ), что позволяет говорить о положительной динамике творческой самореализации у респондентов экспериментальной группы. Показатели «творчесткости» в контрольной и экспериментальной группах не претерпели существенных изменений, а показатели творческой самореализации обнаруживают статистически значимые различия ( $t = 5,393$  при  $p < 0,001$ ). Это свидетельствует о том, что студенты экспериментальной группы стали более ориентированными на творческую самореализацию в деятельности и межличностном взаимодействии, они отмечают усиление наблюдательности, любознательности, экспрессивности, спонтанности, интуитивности, фантазии, возникновение интереса ко всему новому, необычному, к собственному внутреннему миру, «цепкость» и избирательность внимания к деталям, а также улучшение настроения и формирование устойчивой мотивации к самосовершенствованию (см. рис. 3). Среди специфических особенностей самореализационной деятельности на контрольном этапе в изучаемых группах, учитывая выделенные критерии творческой самореализации, можно отметить статистически значимые различия в сторону увеличения



экспертной оценки в области критерия наличия творческих способностей и стремления к их реализации (шкала «Креативность») ( $t = 5,393$  при  $p < 0,001$ ).



**Рис. 3.** Гистограмма соотношения показателей творческой самореализации экспериментальной и контрольной групп на контрольном этапе исследования

**Примечание:** по оси абсцисс расположены: 1 – «Мини-тест на креативность» Е.В. Батовриной, 2 – «Определение социальной креативности личности» А.В. Батаршева, 3 – «Самооценка творческого потенциала личности» А.В. Батаршева, 4 – показатели шкалы «Креативность» методики «САМОАЛ» (А.В. Лазуркин в адаптации Н.Ф. Калина).

Это означает, что данные студенты интериоризировали стремление к творческому восприятию действительности и творческому подходу к выполнению деятельности, в том числе и учебной.

В отношении социально-психологической адаптации не обнаружено статистически значимых различий контрольной и экспериментальной групп, но в последней уровень адаптации несколько выше. Существенные различия наблюдаются в уровне творческой самореализации исследуемых групп ( $t = 5,393$  при  $p < 0,001$ ) (см. табл. 1).

**Таблица 1**

**Соотношение показателей творческой самореализации и социально-психологической адаптации в экспериментальной и контрольной группах на контрольном этапе исследования**

$n = 58$

Группы \ Показатели	Показатели творческой самореализации	Показатели социально-психологической адаптации
Экспериментальная группа	13,2	63,1
Контрольная группа	8,4	61
t-критерий	5,393	0,538
p – уровень значимости	0,001	

В контрольной группе уровень социально-психологической адаптации респондентов несколько увеличился, но не обнаруживает связи с уровнем творческой самореализации.

В экспериментальной группе на контрольном этапе исследования зафиксировано значительное увеличение показателей и творческой самореализации ( $t = 4,251$  при  $p < 0,01$ ), и социально-психологической адаптации ( $t = 5,393$  при  $p < 0,001$ ), демонстрирующие наличие взаимосвязи ( $r_s = 0,739$  при  $p < 0,05$ ), что свидетельствует о подтверждении выдвинутой гипотезы о том, что оптимизация творческой самореализации личности способствует повышению эффективности социально-психологической адаптации (см. рис. 4).

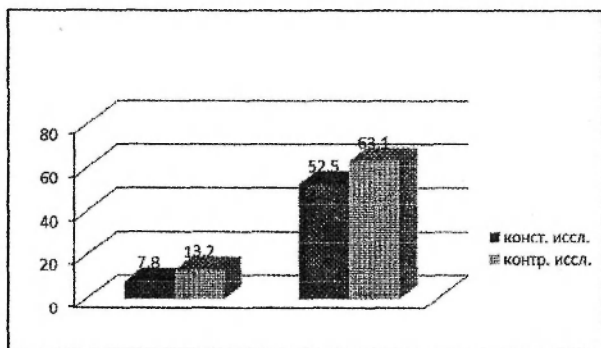


Рис. 4. Гистограмма соотношения показателей творческой самореализации и социально-психологической адаптации на констатирующем и контрольном этапах исследования в экспериментальной группе

**Примечание:** 1 – соотношение показателей творческой самореализации на констатирующем и контрольном этапах исследования; 2 – соотношение показателей социально-психологической адаптации на констатирующем и контрольном этапах исследования.

Полученные данные отражают особенности влияния творческой самореализации на психологическую адаптацию студентов. Учет педагогами и психологами этих результатов и использование их в практической работе поможет оптимизации творческой самореализации личности и повышению уровня психологической адаптации студентов-первокурсников.

В **Заключении** диссертационной работы сформулированы выводы, подтверждающие гипотезы исследования и положения, выносимые на защиту.

1. В исследовании актуализирована проблема психологической адаптации студентов-первокурсников в рамках высшей школы как одного из условий дальнейшего успешного обучения и освоения будущей профессии. Обосновано представление о психологической адаптации студентов-

первокурсников как процессе организации социального взаимодействия, способствующего наиболее полной реализации личностного потенциала. На основе анализа психолого-педагогической литературы установлено недостаточное освещение условий повышения эффективности психологической адаптации, что затрудняет организацию стимулирования данного процесса в высшей школе.

2. Конкретизировано представление о творческой самореализации как цели, процессе и результате максимально полного воплощения личностью потенциальных возможностей и актуальных способностей в жизни и деятельности. Определена важность юношеского возраста для успешности последующей самореализации. Сформулирована модель творческой самореализации, представленная совокупностью когнитивного (разностороннему исследованию предметов и явлений окружающей действительности), личностного (наличие определенного потенциала; стремления к самореализации, к личностному духовному развитию и самосовершенствованию) и деятельностного (практическое воплощение творческого потенциала и отношения в различных сферах жизни и деятельности) компонентов.

3. Определены критерии творческой самореализации: развитое самосознание и самопознание личности; наличие творческих способностей и стремления к их реализации; осуществление творческого отношения в деятельности и во взаимодействии с окружающими людьми.

4. Эмпирически выявлены особенности психологической адаптации студентов-первокурсников, а также особенности творческой самореализации у студентов с разным уровнем психологической адаптации.

5. Разработана и апробирована программа оптимизации творческой самореализации, основанная на предложенной модели и выделенных критериях творческой самореализации.

6. Выявлено и экспериментально доказано, что оптимизация творческой самореализации студентов-первокурсников способствует повышению эффективности их психологической адаптации в рамках высшей школы. Полученные результаты подтвердили целесообразность использования программы оптимизации творческой самореализации в целях повышения уровня психологической адаптации студентов-первокурсников.

**Основные положения диссертационного исследования отражены в следующих публикациях автора:**

1. Кулагина И.В. Исследование влияния творческой самореализации на социально-психологическую адаптацию студентов // Сибирский педагогический журнал. – 2010. – № 2. – С. 313–321.

2. Кулагина И.В. Творческая самореализация как условие социально-психологической адаптации личности // Вестник Российского университета дружбы народов. – Серия: Психология и педагогика. – 2010. – № 1. – С. 84–88.

3. Кулагина И.В. Исследование влияния творческой самореализации на социально-психологическую адаптацию студентов // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. – 2010. – № 3 (13). – С. 297–302.

4. Кудинов С.И., Кулагина И.В. Исследование творческой самореализации личности // Наука. Образование. Практика: Сборник материалов Региональной межвузовской научно-практической конференции. – Уфа: Восточный университет, 2007. – С. 53–61.

5. Кулагина И.В. Особенности творческой самоактуализации личности студентов // Самореализация личности в современных социокультурных условиях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Тольятти: ТГУ, Гуманитарный институт, 2007. – С. 131–135.

6. Кулагина И.В. Взаимосвязь социально-психологической адаптации и творческой самореализации студентов // Социальная сфера: опыт, инновации, перспективы развития: Сборник научных трудов Международной научно-практической конференции / Под ред. Демченковой Н.А. – Тольятти: «Печатное дело», 2008. – С. 198–205.

7. Кулагина И.В. Проблема творческой самореализации личности // Современная образовательная среда как условие самореализации личности: Материалы Региональной научно-практической конференции. – Тольятти: ТГУ, Гуманитарный институт, 2008. – С. 263–268.

8. Кулагина И.В. Творческая самореализация как неотъемлемый элемент успешной социально-психологической адаптации студентов-первокурсников // Педагогические системы развития творчества: Материалы VII Международной научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2008. – С. 248–251.

9. Кулагина И.В. Исследование влияния творческой самореализации на социально-психологическую адаптацию студентов // Личность в межкультурном пространстве: Материалы IV Международной конференции, посвященной 50-летию Российского университета дружбы народов. – М.: РУДН, 2009. – С. 121–126.

10. Кулагина И.В. Исследование проблемы творческой самореализации личности // Прикладные исследования психологии личности: Сборник научных трудов. – Вып. 1. – Тольятти: ТГУ, 2009. – С. 163–172.

11. Кулагина И.В. Особенности самореализации личности в юношеском возрасте // Самореализация личности с ограниченными возможностями в современной России: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, Тольятти, 27–28 мая 2010 г. / Под ред. С.И. Кудинова. – Тольятти, 2010. – С. 201–206.

12. Кулагина И.В. Результаты исследования влияния творческой самореализации на социально-психологическую адаптацию первокурсников // Высшая школа: опыт, проблемы, перспективы: Материалы Международной научно-практической конференции. Ч. 1. Москва, РУДН, 25–26 мая 2010 г. / науч. ред. В.И. Казаренков. – М.: РУДН, 2010. – С. 186–194.

**Кулагина Ирина Васильевна  
(Россия)**

**Влияние творческой самореализации на психологическую  
адаптацию студентов**

Диссертация посвящена исследованию взаимосвязи творческой самореализации и психологической адаптации студентов-первокурсников. В работе осуществлен полисистемный подход к изучению творческой самореализации у студентов с разным уровнем психологической адаптации. Проанализирована взаимосвязь феноменов творческой самореализации и психологической адаптации. Представлены модель и критерии творческой самореализации. Рассмотрены результаты апробации программы оптимизации творческой самореализации, определено ее влияние на повышение уровня психологической адаптации студентов. Результаты теоретической и эмпирической части исследования расширяют научное представление о творческой самореализации личности и могут быть использованы для разработки развивающих программ различного профиля, а также в целях оптимизации психологической адаптации студентов-первокурсников.

**Irina V. Kulagina  
(Russia)**

**Influence of creative self-actualization on psychological  
adjustment of students**

The thesis is devoted to the study of correlation between creative self-actualization and psychological adjustment of freshmen students. The polysystemic approach towards the study of creative self-actualization of the students with different levels of psychological adjustment is carried out in this work. Interrelation of such phenomena as creative self-actualization and psychological adjustment was analyzed. The concept and criteria of creative self-actualization are presented. Results of program approbation of optimization of creative self-actualization were analyzed; influence of this program on improving students' psychological adjustment was defined. Theoretical and empirical research results extend scientific image of creative self-actualization and can be used for development of enrichment programs in various fields, and also in order to optimize psychological adjustment of freshmen students.

Подписано в печать: 15.08.2011

Заказ № 5778 Тираж - 100 экз.

Печать трафаретная.

Типография «11-й ФОРМАТ»

ИНН 7726330900

115230, Москва, Варшавское ш., 36

(499) 788-78-56

[www.autoreferat.ru](http://www.autoreferat.ru)