

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ С СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИЕЙ ПОДРОСТКОВ

Устюжанинова Елена Николаевна

кандидат психологических наук, доцент

Самарский филиал Московского городского педагогического университета

Самара, Россия

psyly@mail.ru

Кметь Полина Валентиновна

магистрант 3-го курса

Самарский филиал Московского городского педагогического университета

Самара, Россия

beautiful.lady97@list.ru

Статья посвящена выявлению взаимосвязи уровня субъективного контроля с уровнями сформированности социально-психологической адаптации у подростков. Авторы представили небольшой теоретический обзор психологических особенностей пубертатного периода, анализ понятий «социально-психологическая адаптация», «уровень субъективного контроля». Авторами была обоснована актуальность обращения к теме данного исследования, сформулирована цель, дана характеристика методов исследования и выборки, проведено исследование на выявление интернального и экстернального общего уровня субъективного контроля, а также в области достижений и неудач, семейных, деловых и межличностных отношений и в отношении к своему здоровью. Исследованы критерии адаптированности, которые отчасти совпадают с критериями личностной зрелости, в их числе: чувство собственного достоинства и умение уважать других, открытость реальной практике деятельности и отношений, понимание своих проблем и стремление овладеть, справиться с ними. Напротив, критерии дезадаптации предполагают: неприятие себя и других, наличие защитных барьеров в осмыслении своего актуального опыта, кажущееся решение проблем, негибкость. Проведен статистический анализ полученных данных и сформулированы выводы. Полученные результаты будут полезны педагогам и психологам, которые в ходе своей профессиональной деятельности взаимодействуют с подростками.

Ключевые слова: уровень субъективного контроля, социально-психологическая адаптация, подростковый возраст.

THE RELATIONSHIP OF THE LEVEL OF SUBJECTIVE CONTROL WITH THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF ADOLESCENTS

Ustyuzhaninova Elena Nikolaevna

PhD in Psychology, Associate Professor

Samara Branch of Moscow City University

Samara, Russian Federation

psyly@mail.ru

Kmet Polina Valentinovna
3rd year undergraduate student
Samara Branch of Moscow City University
Samara, Russian Federation
beautiful.lady97@list.ru

The article is devoted to the identification of the relationship between the level of subjective control and the levels of formation of socio-psychological adaptation in adolescents. The authors presented a small theoretical overview of the psychological features of the puberty period, an analysis of the concepts of «socio-psychological adaptation», «level of subjective control». The authors justified the relevance of addressing the topic of this study, formulated the goal, characterized the methods of research and sampling, conducted a study to identify the internal and external general level of subjective control, as well as in the field of achievements and failures, family, business and interpersonal relationships, and in relation to their health. The criteria of adaptability, which partly coincide with the criteria of personal maturity, including: self-esteem and the ability to respect others, openness to the real practice of activities and relationships, understanding of their problems and the desire to master, cope with them. On the contrary, the criteria of maladjustment presuppose: rejection of oneself and others, the presence of protective barriers in understanding one's actual experience, apparent problem solving, inflexibility. A statistical analysis of the data obtained was carried out and conclusions were formulated. The results obtained will be useful to teachers and psychologists who interact with teenagers in the course of their professional activities.

Keywords: the level of subjective control, socio-psychological adaptation, adolescence.

Современная ситуация в обществе, стране, к сожалению, не только не способствует, а еще и усугубляет психоэмоциональное состояние как взрослой части населения, так и подрастающего поколения. Особенно это касается подростков, которые находятся по ряду причин (физиологических, психологических и социальных) в нестабильном положении. Это в свою очередь ведет к аутодеструктивному поведению подростков: участвовавшие случаи суицидов, самопорезы, прижигание окурками сигарет и т. п. Причинами этого могут быть проблемы и сложности с социально-психологической адаптацией и уровнями субъективного контроля. Требования общества к образовательному и компетентностному уровню подрастающего поколения продолжают расти, в связи с чем проблема социально-психологической адаптации к постоянно меняющимся условиям среды становится все более актуальной в психологической науке и практике.

Пубертатный период на всем протяжении развития ребенка во взрослого является одним из самых сложных и неоднозначных периодов. В это время происходит трансформация психики ребенка, появляются новые способы, с помощью которых подросток взаимодействует с людьми из ближайшего социального окружения. Подросток на новом более сложном уровне строит свои взаимоотношения со сверстниками, родителями и педагогами. С одной стороны, он начинает отгораживаться от взрослых, с другой – нуждается в поддержке и понимании авторитетного для него взрослого окружения.

У подростков появляются новые интересы и увлечения, за счет чего общение становится более разнообразным, он начинает усваивать новые для себя ценности, у него начинают формироваться и развиваться нравственные качества. В связи с вышеперечисленными особенностями пубертатного периода необходимо понять особенности и способы наиболее эффективной социально-психологической адаптации подростков к новой для них социальной ситуации развития.

Слово «адаптация» в переводе с латинского означает приспособление.

С биологической точки зрения изучается процесс приспособления живого организма к окружающей среде.

С психологической позиции рассматривается, как человек принимает решения, проявляет инициативу, берет на себя ответственность и может ли устанавливать причинно-следственные связи между принятыми решениями и дальнейшими своими действиями по реализации этих решений.

Наряду с психологической адаптацией выделяют также социально-психологическую адаптацию, которую Л. В. Ключникова определяет как «процесс включения личности во взаимодействие с социальной средой, предполагающий ориентировку в ней, осознание проблем, возникающих в ходе этого взаимодействия, и нахождение путей их разрешения, выбор наиболее адекватной для нее деятельности в данных условиях с целью достижения оптимального соответствия между личностью и социальной средой»¹.

Согласно Карлу Роджерсу и Розалинд Даймонд, адаптация – это некоторый показатель, который в своем континууме объединяет то, как человек принимает себя и других, насколько эмоционально комфортно он себя ощущает. Эти три элемента, входящие в понятие «адаптация», в свою очередь, определяют то, насколько субъект гордится своими достижениями и переживает из-за своих неудач, насколько он способен решать внутриличностные конфликты и тем самым быть в ладу с самим собой, и как всё это способствует тому, что он может устанавливать конструктивные и эффективные межличностные связи. То есть, по К. Роджерсу, критериями того, что подросток может адаптироваться в окружающем мире, могут быть его умения взаимодействия с объектным миром, с окружающими и с самим собой².

С проблемой адаптации сталкивается каждый индивид, как только оказывается в новых для себя обстоятельствах и условиях жизнедеятельности, с внутриличностными изменениями. Если человек научается решать новые для себя проблемы, готов к изменению старых недейственных способов взаимодействия с окружающими, можно говорить, что процесс адаптации проходит успешно. Но бывает и так, что «некоторые... реагируют неадаптивно на биологические, психологические и социальные изменения...»³, это свидетельствует о трудностях в социально-психологической адаптации, которые выражаются в конфликтном взаимодействии, повышенной эмоциональности, сложностях при принятии решений и взятии на себя ответственности за происходящее в их жизни.

С понятием «ответственность» тесно связано понятие «уровень субъективного контроля», который может быть как внешним (экстернальным), когда ответственность за происходящее возлагается на стечение обстоятельств или на окружающих людей, так и внутренним (интернальным), когда субъект осознает свою ответственность за происходящие события в его жизни⁴.

Целью нашего исследования стало изучение взаимосвязи уровня субъективного контроля с социально-психологической адаптацией.

¹ Ключникова 2001, 4.

² Rogers, Dymond 1954.

³ Petersen 1988, 467.

⁴ Елисеев 2003, 413–417.

Методики исследования:

1. Теоретические: анализ психологической литературы.

2. Эмпирические:

– методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса, Р. Даймонд;

– тест-опросник уровня субъективного контроля (УСК), разработанный на основе шкалы Дж. Роттера в НИИ им. Бехтерева и опубликован Е. Ф. Бажиным с соавторами.

3. Методы математической статистики:

– критерий корреляции Ч. Спирмена.

Выборку исследования составили подростки обоих полов в возрасте 14–15 лет, в количестве 20 человек.

Результаты диагностики уровня субъективного контроля представлены на рисунке 1.

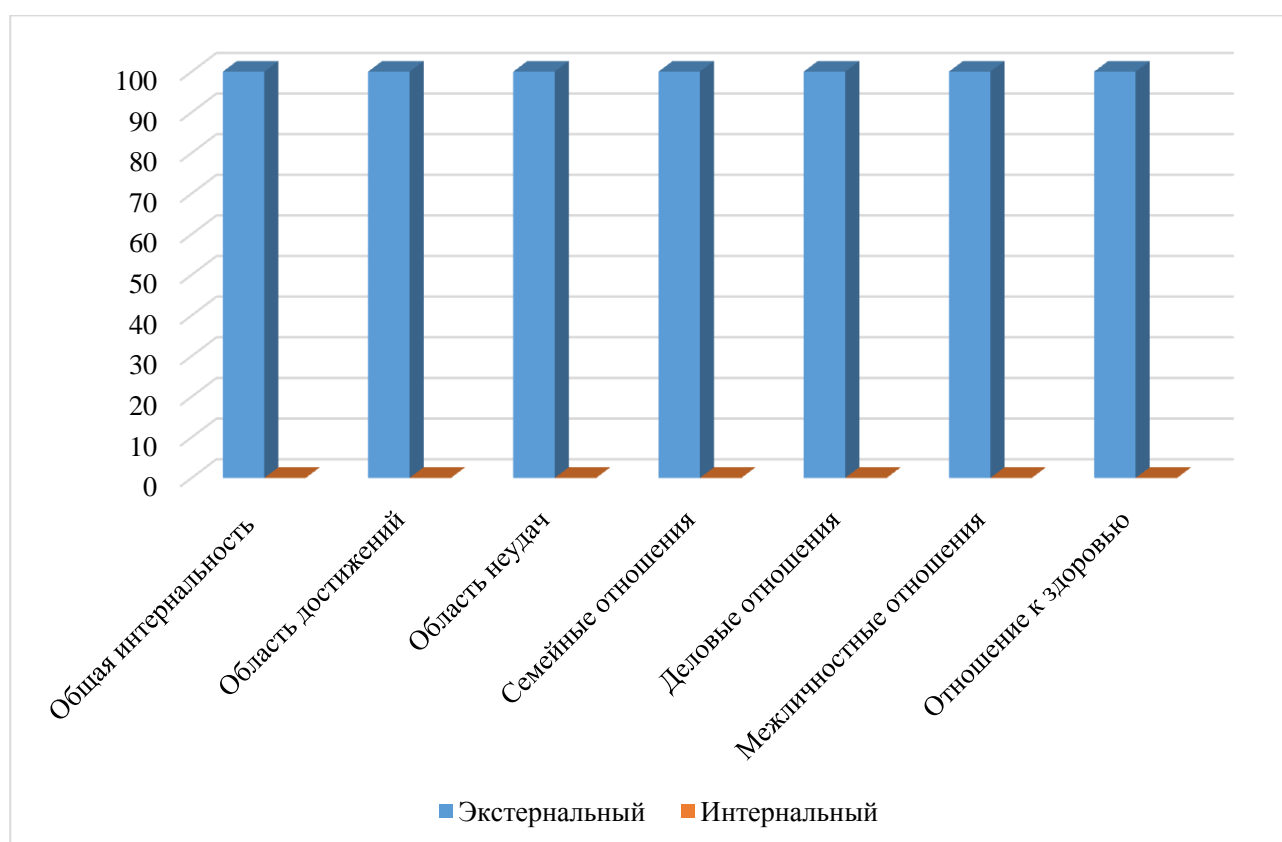


Рис 1. Уровни субъективного контроля подростков по шкалам

На представленном рисунке 1 мы можем видеть, что в группе наших респондентов по всем шкалам субъективного контроля нами был диагностирован экстернальный уровень контроля, что свидетельствует о том, что у подростков, принимавших участие в исследовании, низкий уровень субъективного контроля. Значит, они не могут устанавливать причинно-следственные связи между своими действиями и жизненными событиями, и соответственно, не могут контролировать происходящее.

Свои достижения и успехи в деятельности они воспринимают как счастливые стечение обстоятельств, а также не берут ответственности на себя и за свои неудачи, считая их результатом невезения.

В конфликтах, происходящих с родителями или сиблингами, они обвиняют других, но не себя.

Ответственность за успехи и неудачи в учебной деятельности, они также возлагают на окружающих или обстоятельства.

Здоровье и болезнь также считают результатом случая и надеются на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей.

Перейдем к представлению результатов диагностики социально-психологической адаптации, которые представлены на рисунке 2.

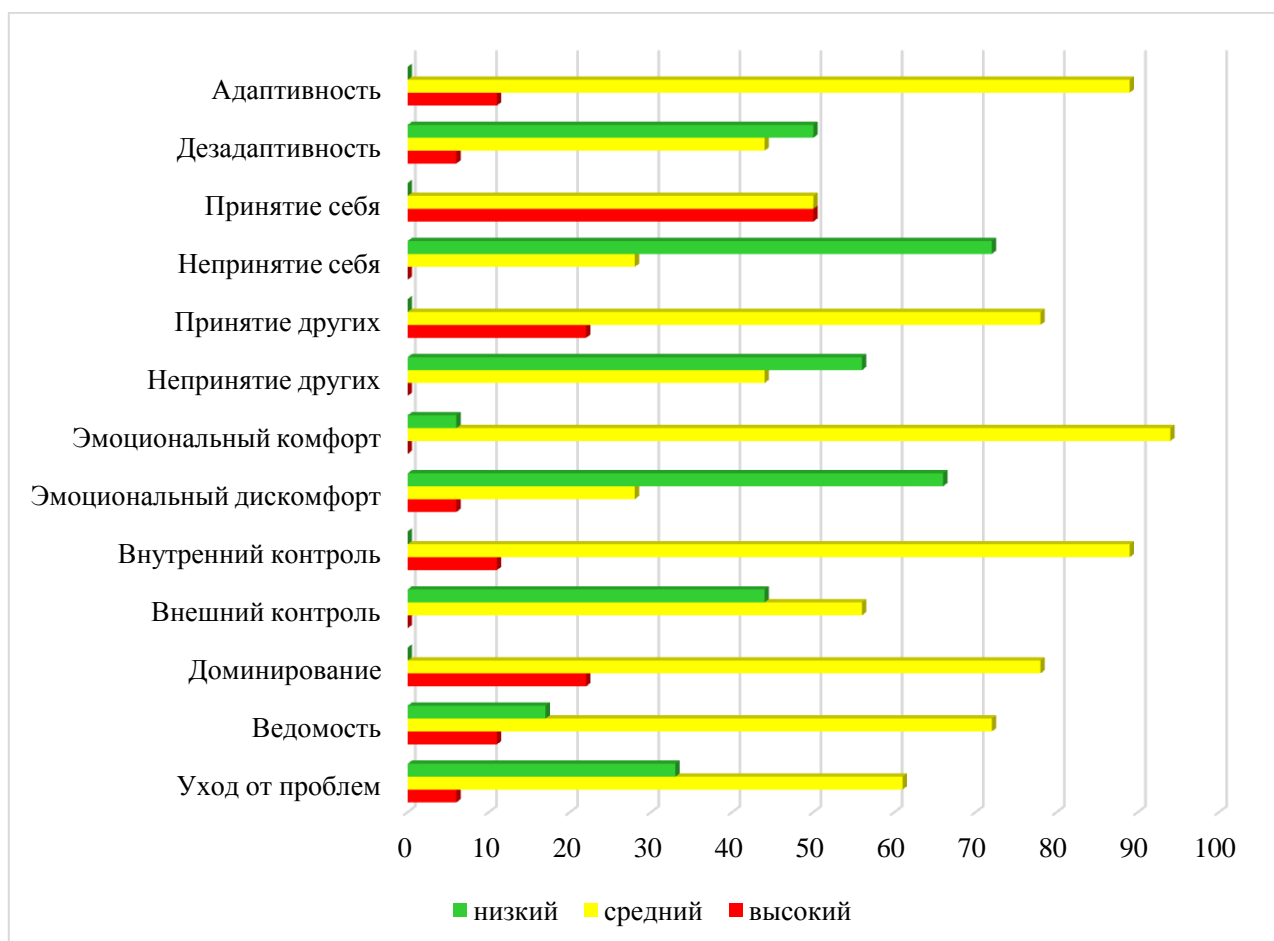


Рис. 2. Уровни сформированности социально-психологической адаптации подростков

По шкале «адаптивность» у 89 % подростков – средний уровень и у 11 % – высокий, что свидетельствует о том, что они могут реализовывать свои потребности и интересы, при этом не нарушая общественные требования. И то, что по шкале «деадаптивность» у 50 % – низкий уровень, говорит о том, что половина наших респондентов социально зрелы, но при этом у 44 % – средний и у 6 % – высокий уровень деадаптивности свидетельствует, что другая половина наших респондентов с трудом принимают решения и достигают своих целей.

Средний и высокий уровень принятия себя (50 и 50 %), а также то, что у 72 % – низкий уровень по шкале непринятия себя, свидетельствуют о том, что подростки удовлетворены своими личностными характеристиками.

Высокие показатели (средний уровень – у 78 %, высокий – у 22 %) по шкале «принятие других» и низкие показатели (низкий уровень – у 56 %) по шкале «непринятие других» подтверждают то, что подростки могут продуктивно и конструктивно взаимодействовать с окружающими в сфере общения и совместной деятельности.

По шкале «эмоциональный комфорт» средний уровень диагностирован у 94 % наших респондентов, а у 66 % выявлен низкий уровень по шкале «эмоциональный дискомфорт». Из этого можно сделать вывод, что большая часть подростков чувствуют себя уверенно, активно взаимодействуют и с хорошим позитивным настроем относятся к окружающей действительности.

Результаты по шкалам «внутренний и внешний контроль» подтверждают результаты предыдущего теста – большей части наших респондентов присущ экстернальный локус контроля.

У 22 % подростков диагностирован высокий уровень доминирования, то есть у них имеется стремление к лидерству, руководству в решении задач, зачастую личностно значимые задачи решаются за счет окружающих. При этом 11 % испытуемых готовы подчиняться и выполнять поставленные кем-то задачи.

66 % подростков, принимавших участие в нашем исследовании, стремятся избегать проблемные ситуации, уходить от них.

Наиболее репрезентативными характеристиками личности, которые в наибольшей степени дифференцируют выборку, являются интегральные показатели «адаптация», «самопринятие» и «принятие других».

Далее полученные нами результаты мы подвергли проверке с помощью методов математической статистики. Выявленные нами статистически значимые связи представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты математического анализа (выборочные данные)

		Деадаптивность	Принятие других	Непринятие других	Эмоциональный дискомфорт	Внутренний контроль	Внешний контроль	Уход от проблем
Ио	R	,580*	,177	,401	,460	,455	,653**	,641**
	p	,012	,482	,099	,055	,058	,003	,004
Ид	R	,389	,293	,173	,200	,328	,511*	,504*
	p	,110	,238	,493	,427	,183	,030	,033
Ис	R	,685**	,032	,531*	,569*	,569*	,617**	,688**
	p	,002	,898	,023	,014	,014	,006	,002
Ип	R	,604**	,062	,622**	,467	,482*	,634**	,643**
	p	,008	,806	,006	,050	,043	,005	,004
Из	R	-,047	,813**	-,484*	,014	-,057	,177	,001
	p	,854	,000	,042	,955	,823	,483	,997

Примечание:

R – Коэффициент корреляции Спирмена

p – Знач. (двухсторонняя)

Ио – шкала общей интернальности

Ид – шкала интернальности в области достижений

Ис – шкала интернальности в семейных отношениях

Ип – шкала интернальности в области производственных отношений

Из – шкала интернальности в отношении здоровья и болезни

Нами были установлены положительные статистически значимые корреляционные связи между показателями уровня субъективного контроля и социально-психологической адаптации:

- общая интернальность связана с дезадаптивностью, внешним контролем и уходом от проблем;
- интернальность в области достижений – с внешним контролем и уходом от проблем;
- интернальность в семейных отношениях связана с дезадаптивностью, непринятием других, эмоциональным дискомфортом, внутренним контролем, внешним контролем и уходом от проблем;
- интернальность в области производственных отношений также связана с дезадаптивностью, непринятием других, эмоциональным дискомфортом, внутренним контролем, внешним контролем и уходом от проблем;
- интернальность в отношении здоровья и болезни связана с принятием и непринятием других.

Исходя из результатов нашего исследования, мы можем сделать ряд выводов:

- 1) уровень субъективного контроля взаимосвязан с социально-психологической адаптацией;
- 2) подросткам, принимавшим участие в нашем исследовании, свойственен экстернальный уровень субъективного контроля;
- 3) экстернальный уровень субъективного контроля приводит к дезадаптации в семейных отношениях и в учебе, к эмоциональному дискомфорту и уходу от проблем.

Литература / References

1. *Елисеев О. П.* Конструктивная типология и психодиагностика личности. Псков, 1994.
2. *Ключникова Л. В.* Взаимосвязь социально-психологической адаптации переселенцев и межгруппового восприятия: на примере немцев, выехавших из стран СНГ на постоянное место жительства в Германию: автореферат дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Ин-т психологии РАН. М., 2001. 26 с.
3. *Petersen A. C.* Adolescent Development // Annual Review of Psychology. 1988. Vol. 39. P. 583–607.