**Реферат**

Конкурсная работа 24 с., 2 табл., 20 источников, 3 приложения

ОПРЕДЕЛЕНИЕ РОЛИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ К НОВОЙ СОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЕ

**Объект исследования:** студенты лечебного факультета ВГМУ.

**Предмет исследования:** адаптация личности к новой социальной среде.

**Цель исследования:** определить системообразующую роль эмоций в структуре адаптивного поведения; установить зависимость между снижением уровня адаптации личности и социальной средой, контрастирующей с личностью по типу психической активности; использовать полученные результаты в процессе обучения студентов.

**Методы исследования:** описательной, сравнительно-сопоставительный, психодиагностический.

**Экономическая эффективность и значимость работы:**

* адаптационные возможности личности обеспечивают высокую работоспособность и эффективность профессиональной деятельности при воздействии психогенных факторов социальной среды;
* умение адаптироваться к новой социальной среде у студентов лечебного факультета (будущих врачей) способствует снижению уровня эмоционального выгорания в профессиональной деятельности, повышению стрессоустойчивости и психической активности и, как следствие, - повышению эффективности работы с населением в области здравоохранения.

**Область применения:** образование и медицина.

 **Степень внедрения:** внедрена в образовательный процесс на кафедре психологии и педагогики с курсом ФПК и ПК в рамках изучения дисциплин: «Основы психологии и педагогики», «Психология межличностных отношений», «Биомедицинская этика и коммуникации в здравоохранении».

 **Прогнозные предположения о развития исследования:**

1. Продолжить исследование адаптационных возможностей личности на примере студентов старших курсов.

2. Включить материалы исследования в содержание дисциплины по выбору «Основы конкурентоспособности студента ВГМУ».

3. Использовать возможности для расширения сотрудничества с социально-педагогической и психологической службой ВГМУ с целью создания организационно-психологических условий для студентов со сниженным уровнем адаптации в процессе обучения в вузе.

 4. Рекомендовать ППС ВГМУ использовать результаты исследования при проведении лекционных и практических занятий.

**Содержание**

Введение 4

1. Эмоциональная направленность личности и ее связь с процессом адаптации 6

* 1. Темперамент как фактор психоэмоционального реагирования 6
	2. Социально-психологическая адаптация личности. Взаимосвязь 9

 адаптационного потенциала и типа психического реагирования

2. Исследование роли эмоциональной направленности личности в процессе

 адаптации к новой социальной среде 12

* 1. Определение адаптационного потенциала личности в зависимости

 от преобладающего типа психического реагирования 12

 2.2 Определение роли эмоциональной направленности

 личности в структуре адаптивного поведения 16

Заключение 21

Список использованных источников 23

Приложения

**Введение**

По определению экспертов ВОЗ здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровый человек – основа для благоприятного экономичного и социального развития любого государства, поэтому процесс сохранения и укрепления здоровья является не только индивидуальной, но и государственной задачей. При этом не стоит забывать, что для полноценного развития личности необходимо гармоничное сочетание всех трех факторов: физического, душевного и социального. Нарушение хотя бы одного из них приводит к потере социальной ориентации, физическому дискомфорту, эмоциональному напряжению и как следствие – к возникновению патологических реакций.

Современный мир навязывает человеку стремительный темп, за которым он зачастую не успевает. Хронические стрессы становятся постоянными спутниками жизни, активно воздействующими на душевный фактор здоровья. В зависимости от силы действующего раздражителя возникают самые разнообразные защитные реакции, которые могут помочь человеку справиться со сложившейся ситуацией, а могут и усугубить ее. В данном случае мы можем говорить об адаптационном потенциале личности.

Рассмотрение вопроса адаптационного потенциала предполагает изучение и анализ психических, пси­хологических и социальных явлений, отражаю­щих основные уровни психической организации личности.

Особое внимание стоит обратить на процесс адаптации, возникающий при различных изменениях социальной среды. Переход ребенка из детского сада в школу, из школы в средние или высшие учебные заведения, выход на новое рабочее место, смена статуса в обществе – все это требует колоссальных приспособительных сил организма. Подобные ситуации происходят в нашей жизни ежедневно. Снижение уровня адаптационного потенциала вполне может приводить к возникновению различного рода психосоматических заболеваний, повышенной утомляемости, снижению внимания, что может привести к росту производственных травм, потере трудоспособности.

Также стоит определить роль эмоционального фактора в развитии той или иной реакции на раздражитель, что напрямую связано с типом психического реагирования. Разные люди реагируют на похожие ситуации по-разному, и именно эта первая реакция будет определять дальнейшее психоэмоциональное состояние человека. Сможет ли он преодолеть трудный период в жизни или нет, адекватно ли воспримет радостную новость, или же его поведение не будет укладываться в рамки привычного? Какой бы элемент мы не избрали объектом нашего интереса, эмоциональный фон личности играет одну из важнейших ролей в ходе формирования ответной реакции организма.

Мы видим, что подобные изменения приводят к своеобразному эмоциональному кризису, подавленности настроения общества, тем более, что кажущееся предположение не так уж далеко от трансформации в действительность. В целях иллюстрации можно привести «Танцующую эпидемию» 1518 года, произошедшую в городе Зальцбург (расположенном на территории нынешней Франции). Некая миссис Троффи начала свой смертельный танец, к которому, к концу седьмого дня, присоединилось 34 человека, а к концу месяца – более четырехсот. Они не останавливались и ни секунды не отдыхали, в результате чего последовали смерти от инфарктов, инсультов, крайней степени переутомления.

Таким образом, нарушение психического (душевного) компонента здоровья ведет к снижению как физического, так и социального благополучия человека, а при достаточно высоком проценте подобных случаев - общества в целом.

**Целью** нашего исследования является изучение нарушения адаптационного потенциала личности с последующим определением возможных психических реакций в виде тревожности, эмоционального отчуждения, снижения работоспособности. В качестве симптомообразующего фактора рассматривается социальная среда, представители которой резко контрастируют с личностью по типу психического реагирования.

Для достижения поставленной цели нами были сформированы следующие **задачи:**

1. Установить зависимость между снижением адаптационных возможностей психики и средой, резко контрастирующей с личностью по типу психической активности (по типу темперамента).
2. Установить зависимость между снижением эмоциональной пластичности личности и нарушением процесса социально-психологической адаптации.
3. Установить зависимость снижения работоспособности и развития самоограничения у лиц, длительно находящихся в дезадаптирующей социальной среде.

**Объект исследования:** студенты ВГМУ 2 курса лечебного факультета.

**Предмет исследования:** развитие элементов социально-психологической дезадаптации у студентов, темперамент которых резко контрастирует с преобладающим типом психического реагирования группы.

**Методы исследования:** сравнительно – сопоставительный, описательный, психодиагностический.

**База исследования:** ВГМУ, лечебный факультет.

1. **Эмоциональная направленность личности и ее связь с процессом адаптации**
	1. **Темперамент как фактор психоэмоционального реагирования**

В структуре личности интегрируются природные и социальные основы индивидуальности, формируя тип реагирования, а также определенное взаимодействие конституционально-заданных и ситуативно-обусловленных факторов. Конституционально-заданными являются свойства нервной системы или темперамент.

Первые попытки выделить основные типы психической деятельности приписываются Гиппократу. Он предполагал, что в основе поведенческих реакций человека лежит преобладание в организме одного из четырех типов жидкости: крови, желчи, черной желчи или слизи, что стало основой для формирования гуморальной концепции темперамента. Гипотетическое преобладание этих жидкостей в организме и дало названия основным типам темперамента: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический.

Существуют также и другие классификации типов темперамента. Попытка разработать морфологическую теорию темперамента принадлежит немецкому психиатру Эрнсту Кречмеру. Он определял темперамент через основные конституциональные типы телосложения. Помимо "диспластических" типов, он различает три основных типа телосложения: астенический (лептосомный), атлетический и пикнический. Каждому из этих типов автор приписывал определенные черты характера поведения, а также особенности психического реагирования на окружающую действительность.

Также стоит отметить оригинальную концепцию Уильяма Шелдона, являющегося основателем конституциональной теории. Данная теория основана на предположении о наличии глубокой и достаточно рано возникающей связи между типом телосложения и темпераментом. Согласно этой концепции, структура тела определяет темперамент и тип психического реагирования. Но эта зависимость замаскирована ввиду сложности нашего организма и психики, потому раскрыть связь между физическим и психическим возможно при выделении таких физических и психических свойств, которые в наибольшей степени демонстрируют подобную зависимость.

 В основу своей классификации Шелдон вложил соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых слоев: эндодермы, мезодермы и эктодермы. и описал взаимосвязь психологических свойств личности от соматотипа (эндо-, экзо-, мезоморфа) с выделением основных типов: эндоморфа-висцеротоника, мезоморфа-соматоника, эктоморфа- соматотоника.

Основным недостатком морфологической и конституциональной теорий является то, что они принимают в качестве первопричины проявлений темперамента в поведении такие системы организма, которые не обладают в полной мере необходимыми для этого свойствами.

Теоретическое и экспериментальное обоснование ведущей роли центров нервной системы в динамических особенностях поведения впервые дал И.П.Павлов, выделивший три основных свойства нервной системы: силу; уравновешенность; подвижность возбудительного и тормозного процессов.

И.П.Павлов понимал тип нервной системы как врожденный, относительно слабо подверженный изменениям под воздействием окружения и воспитания. По его мнению, свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента, который является психическим проявлением общего типа нервной системы.

Из ряда возможных сочетаний этих свойств Павлов выделил четыре комбинации в виде четырёх типов высшей нервной деятельности.

Учение Павлова о четырех типах ВНД стало источником огромного числа опытов и исследований в этой области. Многие психологи и физиологи продолжили работу по определению типа психического реагирования.

В 50-е годы в СССР были проведены лабораторные исследования поведения взрослых людей. В результате этих исследований, проводившихся под руководством В.М.Теплова и В.Д.Небылицына, типология И.П.Павлова была дополнена новыми элементами. Были разработаны многочисленные приемы исследования свойств нервной системы человека, экспериментально выделены и описаны еще 2 свойства нервных процессов: лабильность и динамичность. Лабильность нервной системы проявляется в скорости возникновения и прекращения нервных процессов. Сущность динамичности нервных процессов составляют легкость и быстрота образования положительных (динамичность возбуждения) и тормозных (динамичность торможения) условных рефлексов.

В западноевропейской психологии еще конце ХIX и в начале ХX вв. появились исследования, которые сводилось к описанию проявления свойств темперамента людей в особенностях поведения и психических реакциях. Определенный вклад в развитие данного учения внесли швейцарский психоаналитик К. Юнг и немецкий психолог Г. Айзенк. Так, Карл Юнг разделил людей на экстравертов и интровертов в зависимости от внешних или внутренних причин активности психики. Людей экстравертивного типа характеризует направленность на взаимодействие с внешним миром, стремление к новым впечатлениям, импульсивность, общительность, повышенная двигательная и речевая активность. Для людей интровертивного типа характерны фиксация интересов на своем внутреннем мире, склонность к самоанализу, замкнутость, затруднения в социальной адаптации.

Нидерландские психологи Г. Хейманс и Э. Вирсма разработали опросник, с помощью которого постарались определить главные свойства темперамента в поведении индивидов. По их мнению, к таким свойствам следует отнести эмоциональность, активность и первичную-вторичную функции (силу и скорость возникновения и угасание реакций).

Дальнейшее изучение этого вопроса, наряду с появлением инновационных методик исследования головного мозга, позволило Г.Айзенку провести аналогию между преобладанием первичной функции и экстраверсией и между преобладанием вторичной функции и интроверсией в поведении индивида. К экстраверсии и интроверсии Юнга он добавил в описание темперамента такие свойства, как  эмоциональная устойчивость и эмоциональная неустойчивость (нейротизм). Сочетание эмоциональной устойчиво­сти с экстраверсией Айзенк отождествлял с типом сангвиника; эмоциональной лабильности и экстраверсии — с типом холерика; эмоциональной устойчивости с интроверсией — с типом флегматика, а эмоциональной лабильности с интроверсией — с типом меланхолика.

 В отличие от гуморальной и конституциональной теорий, в рамках этих исследований было высказано утверждение, что каждое свойство, которое входит в темперамент, имеет индивидуальную степень выраженности.

Основываясь на современных представлениях клинической психологии, темперамент определяется как характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности: темпа, интенсивности его психических процессов и т.д. [9]. Другими словами, темперамент характеризует собой определенный тип высшей нервной деятельности, а в ряде случаев даже приравнивается к ней. Таким образом, темперамент, являясь центром психической деятельности, является основой для формирования индивидуальности личности.

Существующий ряд характеристик (эмоциональность, склонность к общению, тип мышления, характер двигательной активности) позволяет классифицировать темперамент на основные типы: флегматики, холерики, сангвиники, меланхолики.

Флегматик – человек, которого можно характеризовать как спокойного, уравновешенного, достаточно медлительного, с довольно умеренной скоростью проявления психических реакций. Флегматики отличаются постоянством, склонностью к длительным размышлениям.

Люди, обладающие типом темперамента холерика достаточно неуравновешенны. С одной стороны, они характеризуются высокой скоростью всех психических процессов, способностью вкладывать все силы в выполняемую задачу, преодолевать значительные трудности. С другой стороны – импульсивностью, агрессивностью и несдержанностью.

Сангвиник определяется как человек энергичный, трудолюбивый, общительный, обладающий склонностью к активной жестикуляции и мимике. Отмечается высокий уровень эмоционального развития, причем возникающие эмоции являются преимущественно положительного характера.

Меланхолики – люди, обладающие высокой чувствительностью нервной системы. Эмоциональный компонент направлен в сторону глубоких переживаний и размышлений. Ранимость, чувство уязвимости усиливаются в ситуации ответственности либо в присутствии большого количества людей. Люди этого типа нуждаются в психологической поддержке и длительном постоянстве сформировавшейся системы отношений, так как ее изменение будет воспринято довольно болезненно.

Каждый из описанных типов темперамента имеет свои особенности, сильные и слабые стороны. Но какую из классификаций бы мы не рассматривали, все они сходятся в одном: сангвиники являются самым сильным психотипом, в то время как меланхолики – самым слабым. И подобная оценка дана не случайна, ведь основным критерием явилась именно психологическая устойчивость личности, которая и определяет течение адаптационного процесса.

* 1. **Социально-психологическая адаптация личности. Взаимосвязь адаптационного потенциала и типа психического реагирования**

Адаптация – процесс приспособления организма либо личности к изменяющимся условиям или требованиям окружающей среды.

Важность механизмов адаптационного процесса нельзя недооценивать. Только при успешно завершившемся периоде адаптации возможно нормальное функционирование психики человека, тогда как его нарушение ведет к возникновению компенсаторных реакций.

Традиционно считается, что процесс адаптации происходит на трех уровнях: физиологическом, психологическом и социальном. На психологическом уровне адаптация обеспечивает нормальную работу всех психических структур при воздействии внешних факторов. Социальная адаптация обеспечивает приспособление человека к сложившейся социальной среде за счет его умения анализировать ситуацию, осознавать свои психические и социальные возможности, выстраивать свое поведение в соответствии с главными целями деятельности.

Социальная среда, опираясь на биологические особенности человека, формирует его сознание, определяет социально-психологическое своеобразие, создает неповторимые личностные особенности. Личность человека всегда носит целостный характер, отражающий, по словам Д.Н. Узнадзе, «упорядоченное единство» всех биологических и психологических функций» [16].

В настоящее время большую роль стал играть именно социальный фактор развития адаптации. Данная проблема является одной из наиболее сложных в современной социальной психологии. Это объясняется как неизменно ускоряющейся динамикой общественного развития, так и продолжающимися дискуссиями представителей различных социологических и психологических школ и направлений.

Проблема адаптации остается одной из недостаточно разработанных, а интерес к ней носит волнообразный характер. Пик пришелся на 60-70-е годы прошлого столетия. В эти годы был заложен надежный теоретический фундамент интерпретаций базового термина «адаптация».

Сегодня вектор исследования данного явления устремлен не столько к познанию внутреннего устройства этого сложного феномена, сколько к накоплению разного рода эмпирических сюжетов, затрагивающих те или иные стороны адаптации.

Понятие о личностном адаптационном потенциале, определяющем устойчивость человека к внешним, социальным факторам, предложено А.Г. Маклаковым. Адаптационные способности, по его мнению, обеспечивают нормальную работоспособность и высокую эффективность деятельности при воздействии психогенных факторов внешней среды. Чем выше уровень развития этих характеристик, тем выше вероятность успешной адаптации человека и тем значительнее диапазон факторов внешней среды, к которым он может приспособиться. Согласно А.Г.Маклакову, данные психологические особенности человека составляют его личностный адаптационный потенциал, в который включаются следующие характеристики: нервно-психическая устойчивость, уровень развития которой обеспечивает толерантность к стрессу; самооценка личности, которая является ядром саморегуляции и определяет степень адекватности восприятия условий деятельности и своих возможностей; ощущение социальной поддержки, обусловливающее чувство собственной значимости для окружающих; уровень конфликтности личности, опыт социального общения [8].

Нарушение цикла приспособления личности на разных этапах его развития может привести к установлению защитных механизмов: развитию социальной дистанции, самоограничению, нарушению эмоциональной структуры и др.

Одним из самых важных параметров сформированного типа психического реагирования является эмоциональность, которая определяет характер поведения человека в социуме. Эмоционально-неустойчивая личность представляет потенциальную опасность не только для себя, но и для окружающих, что может быть связано с неадекватным реагирование психики на определенный раздражитель. В то же время стоит отметить, что эмоциональное развитие человека напрямую зависит не только от темперамента, но и от социального окружения, возникающих конфликтных ситуаций, социальных причин.

Изучение психологии эмоций позволяет расширить представление об адаптивной психической активности, о факторах, обеспечивающих эффективное поведение личности в процессе ее адаптации.

Эмоции выделяют в особый вид психических процессов, выражающих отношение человека к самому себе и окружающему миру. Согласно представлениям Л.С. Выготского, Г.М. Бреслава, Л.К. Изарда, А.Н. Леонтьева и др., эмоции, выступая в качестве регуляторов поведения, выполняют важную приспособительную функцию, организуя взаимодействие субъекта с внешней средой и обеспечивая активные формы его жизнедеятельности. Исходя из этого, нельзя переоценивать значимость эмоционального фактора, оценивающего и формирующего отношение личности к действию внутреннего или внешнего раздражителя. Эмоции влияют не только на процесс становления и функционирования личности, но и на общую организацию поведения.

Эмоциональность же определяется как свойство личности, отражающее характер и динамичность возникающих чувств и эмоций соответственно. Как известно, эмоциональная сфера осуществляет активацию, побуждение и аффективную оценку действительности, организуя целостные формы поведения, разрешающие простые и сложные адаптационные задачи. Нарушения эмоциональной регуляции поведения, согласно современным исследованиям, непосредственно ведут к расстройству адаптации, социально-психологической деформации личности.

В свое время было установлено, что ценность одних и тех же переживаний для разных определяется по-разному. В связи с этим в психологию и было введено понятие общей эмоциональной направленности. Эмоциональная направленность, таким образом, связана с функционированием эмоции в качестве ценности, и только по этому признаку она отличается от морально-мировоззренческой [1].

Существующая сложность в изучении эмоций связана с их субъективностью, необходимостью индивидуального подхода к человеку, что препятствует формированию однозначных выводов об их влиянии на процесс адаптации. С вероятностью можно говорить, что состояние психологического (внутреннего) комфорта может служить показателем психологической адаптированности личности, что определяется сбалансированностью положительных и отрицательных эмоций человека и степенью удовлетворения его потребностей.

Нарушение состояния комфортности приводит к состоянию фрустрации и актуализации потребностей, побуждающих либо к активному взаимодействию со средой с целью восстановления гармонизации взаимоотношений, либо же к состоянию подавленности и проявлению социальной отчужденности.

**2. Исследование роли эмоциональной направленности личности в процессе адаптации к новой социальной среде**

**2.1 Определение адаптационного потенциала личности в зависимости от преобладающего типа психического реагирования**

Исследование адаптационного потенциала личности, позволившее нам сформировать базу для определения эмоциональной направленности, проводилось на базе кафедры психологии и педагогики Витебского государственного медицинского университета. В исследовании приняли участие студенты 2 курса лечебного факультета в количестве 88 человек.

Мы предположили, что после первого года обучения, когда период адаптации к новой социальной среде успешно завершился для большинства студентов, будут выявлены те лица, чей адаптационный потенциал оказался задействован не в полной мере. Мы провели ряд психодиагностических исследований с целью определения изменений, способных затруднить процесс обучения и замедлить ход социальной адаптации.

Первичный опрос и применение психодиагностических методик позволил структурировать группы по темпераменту с последующим исключением из исследования преобладающих типов. Так, группы были разделены на группы с преобладающей экстраверсией и группы с преобладающей интроверсией.

В качестве психодиагностических методик использовались: «Тест Айзенка по определению типа темперамента», «Комплекс неполноценности», «Тест когнитивных предпочтений», «Я-Реальное и Я-Идеальное (тест Лири)».

Первым этапом стало применение широко известной методики: «Теста Айзенка по определению темперамента» *(приложение 1).* Определение типа темперамента, исходя из исследований Айзенка, возможно при выявлении двух свойств: экстраверсии и нейротизма. Сочетание этих характеристик и их выраженность формирует определенный тип личности.

Анализ результатов позволил распределить группы по преобладающему типу психического реагирования, выяснив тип темперамента каждого студента в отдельности. Результаты представлены в таблице:

*Таблица 1*

|  |  |
| --- | --- |
| **Группы** | **Преобладающий в группе тип темперамента**  |
| **М** | **Ф** | **Х** | **С** |
| №А | 2 | 0 | 11 | 0 |
| №B | 6 | 4 | \*2 | \*1 |
| №C | 2 | \*2 | 3 | 6 |
| №D | 12 | 0 | 0 | 2 |
| №E | 2 | 2 | 5 | 4  |
| №K\* | 1 | 1 | 4 | 5 |
| №O\* | 0 | \*1 | 6 | 4 |

Учитывая что меланхолики и флегматики относятся к группе интровертов, а холерики и сангвиники – экстравертов, группы распределились следующим образом: преобладающим типом реагирования в группах А,С,Е,К,О является экстраверсия, в то время как группы В и D относятся к интровертному типу.

Ранее мы предположили, что студенты, имеющие тип психического реагирования, резко контрастирующим с преобладающим в группе, будут иметь более низкие показатели психологической пластичности и выраженное нарушение адаптации.

Таким образом, объектом нашего дальнейшего исследования стали те студенты, чей темперамент располагался в зоне интроверсии, при преобладании групповой экстраверсии и наоборот. Данная выборка испытуемых составила 16 человек.

Целью второго этапа нашего исследования было выявление расхождений между фактическим и реальным представлением студента о собственной личности. В целях подтверждения надежности метода нами была отобрана контрольная группа испытуемых – студентов, для кого предположительно процесс социальной адаптации завершился успешно. Данный этап исследования проводился с применением методики Лири *(приложение 3)* Данная методика предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С ее помощью выявляется ряд ориентаций - типов отношения к окружающим. Делаются выводы о выраженности этого типа, о степени адаптированности поведения - соответствия либо несоответствия между целями и достигаемыми результатами.

Результаты исследования показали, что в контрольной группе не наблюдается выраженного конфликта между Я–идеальным и Я–реальным, что подтверждает предположение об успешном завершении периода адаптации к новой социальной среде.

 Иная ситуация наблюдается у студентов, отобранных для дальнейшего исследования (опытной группы). Отсутствие расхождения между результатами тестов наблюдается только у 37,5% (6 человек). Интересно, что распределение по типу темперамента этих студентов в соответствующих группах произошло следующим образом: два холерика, один сангвиник в среде интровертов и три флегматика в среде экстравертов.

 Проанализировав полученные данные, мы определили, что 66,7% студентов, успешно завершивших период адаптации в контрастирующей с их типами психического реагирования среде, составили сильные или стабильные типы темперамента (по Павлову), а именно сангвиники и флегматики. У 62,5% испытуемых (10 человек из 16) было выявлено расхождение между типом темперамента по Айзенку с результатами теста Лири. Это предположительно привело к снижению адаптивных способностей, склонности к малоактивности, тревожности.

Примечательно, что у 57% меланхоликов было выявлено стремление к доминированию и общительности, у 43% - к агрессивно-конкурентной позиции. У сангвиников и флегматиков выявлены схожие отклонения адаптационных возможностей.

В результате исследования были отобраны студенты, у которых по результатам тестов, были выявлены несоответствия между типом психического реагирования и тестом Лири. Они стали дальнейшим объектом дальнейшего исследования.

Следующий этап включал в себя проведение диагностики на предмет определения комплекса неполноценности. Методику «Комплекс неполноценности» *(приложение 2)* мы использовали как уточняющий фактор, для оценки глубины произошедших отклонений в связи с незавершившимся периодом адаптации. Результаты варьировались в интервале от 0 до 40 балов в 40% случаев (4 человека), что указывает на зацикленность на недостатках, ошибках, болезненную реакцию на мнение окружающих. 20% (2 человека) находились в интервале от 41 до 80 баллов. Это характеризует студентов как личностей, склонных к анализу происходящих с ними событий, что в, принципе, находится в пределах нормы. У 40% (4 человека) количество набранных баллов варьировалось от 131 до 150, что трактуется как полная свобода от всяческих комплексов, и вместе с тем указывает на неискренность и выраженный эгоцентризм личности.

Подводя итоги исследования комплекса неполноценности, мы можем констатировать наличие отклонений у 80% студентов.

«Тест когнитивных предпочтений» используется для диагностики эмоциональной направленности личности и с помощью стимульного материала (изображения человеческих лиц) выявляет ориентацию на позитив либо негатив.

Результаты «Тест когнитивных предпочтений» также подтвердили состояние незавершившегося периода адаптации у данных лиц. Средние показатели по тесту когнитивных предпочтений составили:

1. Средняя скорость поиска позитивных лиц – 6,26 секунд.

2. Средняя скорость поиска негативных лиц – 3,85 секунд.

3. Разница в скорости поиска составила 38 %.

Подобные значения указывают на повышенную скорость реагирования организма на негативные стимулы, акцентированием личностью отрицательных явлений при игнорировании положительных.

В результате оценки полученных данных мы выделили группу студентов, с незавершившимся периодом социальной адаптации, повышенной утомляемость, развивающемся комплексом неполноценности, негативной направленностью в когнитивной сфере.

Дальнейший этап исследования заключался в том, чтобы с помощью психодиагностических методик выявить ряд особенностей протекания познавательных процессов у лиц со сниженным уровнем социально-психологической адаптации. Предположительно, у них развивается утомляемость, снижение объема и концентрации внимания, снижение памяти. На этом этапе нами применялся ряд следующих методик:

1. Методика счета (по Крепелину).

2. Таблицы Шульте.

3. Тест Мюнстерберга.

Методика счета по Крепелину изначально была предназначена для исследования волевых усилий, работоспособности, утомляемости. В настоящее время применение этой методики приобрело более широкий диапазон; ею пользуются для изучения психиче­ского темпа, колебаний внимания его переключаемости.

Обработка результатов использование теста не выявила отклонений от нормы. Студенты справились с заданием легко, не допуская ошибок. Однако уже при использовании таблиц Шульте подтвердились указанные нами ранее различия. У 62,5% студентов (10 человек) выявлено увеличение затраченного времени на выполнение заданий, причем 20% (2 человека) отказались продолжить тест после истечения времени. Среднее время, затраченное на проведение этого теста у лиц, с завершившимся периодом адаптации варьировалось в пределах 37,5 секунд, тогда как у опытной группы из десяти человек этот показатель приблизился к 46 секундам, что может указывать на повышенную утомляемость, снижения внимания, способности к концентрации.

Применение теста Мюнстерберга направлено на изучение сенсомоторной реактивности и активность внимания. Просматривая в тексте ряды букв, нужно найти среди них слово и подчеркнуть его. При этом учитывается количество слов и время выполнения задания.

Таблицы Шульте используют для определения устойчивости внимания и динамики работоспособности. Испытуемому поочередно предлагается пять таблиц, на которых в произвольном порядке расположены числа от 1 до 25, которые нужно найти, показать и назвать числа в порядке их возрастания. Проба повторяется с пятью разными таблицами.

Результаты теста выявили увеличение затраченного времени (средний показатель – 2 минуты). 20% студентов также отказались продолжить тест после истечения времени. Это указывает на процесс снижения концентрации внимания и утомляемости.

В результате проведенного исследования с использованием психодиагностических методик нами было выявлено десять студентов с незавершенным процессом адаптации к новой социальной среде, развивающимися отклонениями когнитивной сферы, снижением внимания и его концентрации.

**2.2 Определение роли эмоциональной направленности личности в структуре адаптивного поведения**

Основываясь на результатах исследований по определению адаптивного потенциала личности, нами была сформирована опытная группа, включающая в себя 16 студентов с незавершившимся периодом адаптации и развившимся спектром отклонений. Для контроля и проверки полученных результатов были отобраны еще 16 студентов, также участвовавших в предыдущем исследовании, но показавшие успешно завершившийся период адаптации. Таким образом, общее количество студентов, задействованных во втором этапе исследования составило 32 человека.

Целью исследования являлась необходимость определить свойства психоэмоционального состояния личности, а также их роль в формировании и взаимодействии адаптационного потенциала с окружающей средой.

 Для определения свойств и роли эмоциональной направленности личности использовался ряд психодиагностичесих методик, а именно:

1. Проективный тест «Куб»
2. Проективный тест Пальмера
3. Цветовой тест Люшера
4. Проективный тест Маркета
5. Проективная диагностическая методика ТАТ: Эмоциональная направленность
6. Тест Сонди

Для изучения эмоционального компонента личности зачастую используются проективные методики. Они представляют собой специфическую, довольно неоднородную группу психодиагностических приемов, направленных не столько на выявление тех или иных особенностей личности, сколько способных спрогнозировать индивидуальный стиль поведения, переживания и аффективного реагирования в значимых или конфликтных ситуациях, выявить неосознаваемые аспекты личности.

 Проективный метод изучения психических явлений характеризуется созданием экспериментальной ситуации, допускающей множественность возможных интерпретаций при восприятии её испытуемыми. Наиболее существенным признаком проективных методик является использование в них неопределенных стимулов, которые испытуемый должен сам дополнять, интерпретировать, развить и т. д. В этой группе методик ответы на задания также не могут быть правильными или неправильными: возможен широкий диапазон разнообразных решений. При этом предполагается, что характер ответов обследуемого определяется особенностями его личности, которые «проецируются» в его ответах. Цель проективных методик относительно замаскирована, что уменьшает возможность испытуемого давать такие ответы, которые позволяют произвести желательное о себе впечатление.

Проективный (ассоциативный) тест «Куб» использовался нами для определения характера межличностных отношений в сложившейся среде и эмоционального восприятия личностью происходящих в нем процессов. Результаты распределились следующим образом: у 87,5% контрольной группы (14 человек) присутствует тенденция к стабилизации, зависимости от мнения общества и потребность в самоутверждении. Также выявлена обеспокоенность студентов агрессивным поведением окружающих в отношении их как к личности в целом, так и к различным увлечениям и интересам, свойственным каждым из них (100%). Образы, формируемые сознанием испытуемых в процессе теста, несли на себе элементы эмоциональной окраски. Стремление доказать свою значимость, желание самореализации и признания контрастируют с выявленной апатией и страхом перед возможной неудачей.

Результаты студентов контрольной группы оказались схожими всего в 12,5% (у 2-х человек). Однако стоит отметить, что существующие различия преимущественно затрагивали ощущение агрессивности среды; данные показатели здесь были на порядок ниже. Уровень стремления к самоутверждению у студентов контрольной группы составил 31,25% (5 человек), при этом никаких препятствий или опасений в успехе планируемых действий не выявлено.

Проективный тест в картинках, разработанный немецким психологом К.Пальмером, позволяет оценить личное отношение испытуемых к партнерам по общению. Он использовался нами с целью выяснить, насколько успешно студентам удается общение с другими людьми. Результаты показали, что в 62,5% случаев (10 человек) студенты опытной группы относятся к людям как к потенциальным конкурентам и обидчикам, часто попадая при этом в конфликтные ситуации. У студентов контрольной группы этот показатель составил 18,75%. Результаты остальных студентов определялись на достаточно высокое развитие коммуникативной функции, избегание конфликтов, быстрое их урегулирование.

Проективная методика Маркета, направленная на определение текущего эмоционального состояния, не дала однозначных результатов. Так, в обеих группах присутствует равное количество студентов, считающих, что в данный момент происходит подавление некоторых основополагающих и значимых для них качеств и тех, кто предпочитает не акцентироваться на окружающих. В тоже время у всех студентов в той или иной степени отмечается стремление к беспечности и праздности.

Следующим этапом нашего исследование стало применение теста Люшера. Данный тест основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности.

Одной из наиболее известных проективных методик в психологии является знаменитый цветовой тест Макса Люшера. Данный тест основан на предположении о том, что выбор цвета отражает направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности.

Результаты прохождения цветового теста Люшера отчасти подтвердили результаты теста Куб. Так, у 93,75% студентов (15 человек) опытной группы выявлены стремления к общению, наряду с недоверием и страхом от возможной неудачи. В 87,5% (14 человек) – склонность к нарциссизму, асоциальному поведению, желанию доказать себе самому и обществу свое над ним превосходство. Интересно, что уровень эмоциональной напряженности студентов опытной группы колебался в пределах 5-6 балов (из 12 возможных), в то время как студенты контрольной группы показали результат на уровне 6-7 баллов.

В контексте данной работы мы предлагаем рассматривать этот феномен как результат успешно завершившейся адаптации: студенты контрольной группы также испытывали эмоциональное напряжение, но воспринимали трудности и преодолевали их с большей настойчивостью. Показатели цветового теста Лющера у студентов контрольной группы в целом были схожи с результатами диагностики с использованием теста Куб.

Тематический апперцептивный тест (ТАТ) является одной из наиболее популярных и уникальных по своим возможностям проективных методик, но одновременно одной из наиболее сложных в проведении и обработке. Она была введена Генри Мюрреем в качестве метода, дающего возможность посредством анализа свободного рассказа, продуцируемого испытуемым, познакомиться со значимыми для человека ситуациями, кругом и направлением его интересов, возможностями оценки и самооценки, а также выявить его потребности в общении.

Результаты проективной диагностической методики «ТАТ: Эмоциональная направленность» представлены в таблице:

*Таблица 2*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Эмоциональная направленность** | **Опытная группа** | **Контрольная группа** |
| Альтруистическая | 0 | 5 |
| Коммуникативная | 3 | 0 |
| Глорическая | 7 | 7 |
| Праксическая | 4 | -5 |
| Пугническая | -1 | 1 |
| Романтическая | 4 | 1 |
| Гностическая | 2 | 4 |
| Эстетическая | 0 | 0 |
| Гедонистическая | 1 | 9 |
| Акизитивная | 5 | -3 |

 Оценивая результаты этого теста, можно отметить тот факт, что среднее значение коммуникативной направленности выше именно у студентов опытной группы, несмотря на выявленные ранее чувства замкнутости, отчужденности, озабоченностью агрессивным поведением окружающих. При этом тот же показатель у студентов контрольной группы находится на нуле. Также стоит отметить ряд отличий, наблюдаемых в результатах:

1. Праксическая направленность (положительные эмоции, возникающие во время деятельности) выше именно у студентов опытной группы что, по нашему мнению, может являться характерной особенность интраверсионного типа психического реагирования.
2. Романтическая направленность так же преобладает у студентов опытной группы.
3. Акизитивная направленность (положительные эмоции, возникающие в процессе коллекционирования вещей) подтверждает результаты первого пункта.
4. Альтруистический тип направленности свойственен студентам контрольной группы

Таким образом, мы видим, что студенты, с развившимися отклонениями в ходе незавершившегося периода адаптации испытывают положительные эмоции преимущественно при концентрации на интересующих их вещах или выполняемой задаче, В это же время студенты второй группы, имея более низкую коммуникативную направленность, испытывают потребность в оказании помощи, покровительства, содействии другим людям.

Тест Сонди - проективный личностный тест, разработан швейцарским врачом, психоаналитиком и психологом Леопольдом Сонди. Данный тест базируется на положении, что типологически разные личностные структуры могут быть представлены сочетаниями 8-ми основных влечений. Каждое из них в зависимости от формализованных показателей выявляет ту или иную патологию или проблему обследуемой личности.

Стимульный материал состоит из 48 стандартных карточек с портретами людей с определенными психическими отклонениями. Карточки-портреты разделены на шесть серий по восемь штук (по одному портрету от каждой категории). Испытуемому предлагается во всех сериях портретов выбрать по два наиболее и наименее понравившихся.

Л.Сонди высказал предположение, что наиболее выраженную силу и психодиагностическое значение имеют портреты, которые соответствуют наиболее значимым потребностям индивида и соответствуют его генетически обусловленным и динамически актуальным склонностям

По результатам теста Сонди у студентов опытной группы выявлена в 62,5% случаев (10 человек) выявлено:

1. Вектор Sch (характерологические черты): Тенденция к гуманизации. Мучительность любого выбора. Интеллектуальность с очень высоко поставленными целями и завышенным эго-идеалом, эстетство. Эгоцентризм, нарциссизм. Недовольство. Неподверженность влияниям. Отсутствие порядка. Быстрый переход от доверия к недоверию.
2. Вектор P (этико-моральные черты): Накопление ярости, ненависти, гнева, мщения, зависти и ревности. В поведении доминируют бессовестность, несправедливость, нетерпимость, злонамеренность.

У контрольной группы показатель теста Сонди по данным пунктам составил 12,5% (2 человека).

Таким образом, вторая часть нашего практического исследования, направленная на диагностику роли эмоциональной направленности личности, включала в себя использования ряда проективных методик как одного из достоверных способов исследования психических структур.

**Заключение**

Психологическая устойчивость является одним из важнейших факторов благополучного физического и душевного развития личности. Именно поэтому так важно сохранить ее на достаточном уровне активности, не допустить снижение личностного и адаптационного потенциала.

Адаптационный механизм – это системное образование, в котором задействованы психофизиологические, личностные и социальные факторы. В процессе социально-психологической адаптации человек стремится достичь гармонии между внутренними и внешними условиями жизни и деятельности. По мере ее осуществления по­вышается адаптированность личности - степень приспособ­ленности ее к жизни в социуме.  Адаптация вы­ступает и как способ защиты, с помощью которого ослабляются и устраняются внутреннее психическое напряже­ние, тревожность, беспокойство, возникаю­щие у человека при взаимодействии с окружающими и об­ществом в целом. Защитные реакции, такие как самоограничение, снижение психологической пластичности выступают при этом как способы адаптации человека.

Показателями успешной социально-психологической адаптации является нормальный уровень психической активности, сохранение работоспособности, отсутствие негативных эмоциональных проявлений и невротических реакций на окружающую действительность.

Обучение в вузе напрямую связано с проблемой адаптации к новой социальной среде. Студент оказывается в новых и непривычных для себя условиях, что запускает адаптационные процессы, физиологические и психологические. И от того, насколько успешно будет протекать процесс социально-психологической адаптации, будет зависеть и успешность его обучения и становления как будущего специалиста.

Целью нашего исследования являлось определение роли эмоций в структуре адаптивного поведения; установление зависимости между снижением уровня адаптации личности и социальной средой, контрастирующей с личностью по типу психической активности.

Анализ литературных источников, а также результатов проведенных исследований позволил нам сформировать следующие выводы:

1. Студенты, обладающие темпераментом, резко контрастирующим с преобладающим по группе, находятся в состоянии повышенной утомляемости, настороженности. Отмечается склонность к стрессам, снижение концентрации и внимания. Все это, безусловно, влияет на душевный компонент здоровья по определению ВОЗ.

2. Снижение психологической пластичности, вызванное описанными отклонениями, ведет к затруднению успешного формирования адаптационного потенциала к новой социальной среде.

3. Студенты, вследствие нарушения процесса адаптации, в поведении и принятии решений склонны основываться на эмоциональном факторе свойственного им типа психического реагирования, тогда как у студентов без выявленных отклонений наблюдается рационалистический подход к формированию и оценке своих действий.

Результаты, полученные в ходе проделанной работы, показали, что отсутствие адаптации к новой социальной среде неблагополучно сказывается на здоровье и повседневной деятельности личности. Таким образом, нами четко установлена системообразующая роль эмоциональных особенностей личности как компонента целостной адаптационной системы.

Внедрение полученных данных в образовательный процесс на базе кафедры психологии и педагогики с курсом ФПК и ПК позволит выявлять лиц со сниженным уровнем социально-психологической адаптации и создавать организационно-психологические условия для их успешного обучения и развития.

**Список использованных источников:**

1. Дарвин, Ч. О выражении эмоций у человека и животных Ч. Дарвин. – СПб.: Питер, 2001. – 365 с.
2. Додонов, Б.И. Эмоция как ценность / Б.И.Додонов. – М., Политиздат, 1978. – 272 с.
3. Еникеев, М.И. Общая и социальная психология: Учебник / М.И. Еникеев. – М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 640 c.
4. Замятина, А. А. Взаимосвязь показателей адаптационного потенциала и психологического благополучия студентов / А.А. Замятина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 13. – С. 4101–4105. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/85821.htm>.
5. Изард, К.Э. Психология эмоций. The Psychology of Emotions / К.Э. Изард; пер. с англ. А. Татлыбаевой. – СПб.: Питер, 2000. - 460 с.: ил.
6. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с.
7. Карвасарский, Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б.Д. Карвасарский. – СПб.: Издательство «Питер», 1999. – 752 с.
8. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб: Питер, 2008. – 583 с.
9. Менделевич, В.Д. Клиническая и медицинская психология: Учебное пособие / В.Д.Менделевич. – 6-е изд. – М.: МЕДпресс-информ, 2008. – 432 с.
10. Немов, Р.С. Психология. Кн. 1: Общие основы психологии / Р.С. Немов, М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 688с.
11. Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – М.: ЧеРо, 2002. – 751 с.
12. Рогов, Е.И. Психология общения / Е.И. Рогов. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 335 с.
13. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб: Питер, 2002. – 720 с.
14. Стреляу, Я. Роль темперамента в психическом развитии / Я. Стреляу. – М.: Прогресс, 1982. – 33 с.
15. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: учеб. пособие / Л.Д. Столяренко. – 5-е изд., перераб. и дополнено. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. – 672 с.
16. Узнадзе, Д.М. Общая психология / Д.М. Узнадзе. – Пер. с грузинского Е. Ш. Чомахидзе; под ред. И. В. Имедадзе. – М.: Смысл; СПб.: Питер, 2004. – 413 с: ил. – (Серия «Живая классика»).
17. Шадриков, В.Д. Введение в психологию: эмоции и чувства / В.Д. Шадриков. – М.: Логос, 2002. – 156 с.
18. Юнг, К. Г. Психологические типы / К.Г. Юнг; под общей ред. В. Зеленского. – СПб.; М.: Ювента; Прогресс-Универс, 1995. — 718 с.
19. Юнг, К.Г. Психология бессознательного / К.Г. Юнг. – М.: Канон, 1994. – 320 с.
20. Психологический словарь. / Ред. Зинченко В. П. – М.: Педагогика-Пресс, 2006. – 465с.