

**Взаимосвязь особенностей психологических границ личности и тревожности с адаптацией студентов-первокурсников к обучению в ВУЗе**

**Шукина Юлия Викторовна**

*Аспирант*

Международный университет природы, общества и человека «Дубна», Факультет социальных и гуманитарных наук, Кафедра психологии, Дубна, Россия

*E-mail: shukinaul@mail.ru*

Данная работа является продолжением исследования феномена психологических границ личности. Мы придерживаемся определения Т. С. Леви, которая понимает психологическую границу как виртуальное образование, обеспечивающее возможность выражать себя в мире, сдерживать и накапливать внутреннюю энергию, проявляющееся в действиях человека. [4]

Основные сложности в адаптации к ВУЗу выпадают на 1 курс обучения, особенно на время первой сессии. [1] Новые взаимоотношения ярко демонстрируют проявления особенностей границ личности. Первокурсники, переходя на следующую ступень образовательного процесса, попадают в отличающуюся от привычной среду, им приходится включаться в отношения с преподавателями, другими студентами и сотрудниками образовательного учреждения. Приобщение к университетской жизни может вызывать трудности и переживания у студентов. Поэтому нам кажется важным рассмотреть, что происходит с личностными границами студентов в процессе их адаптации к обучению в ВУЗе.

*Целью* исследования являлось изучение связи процесса адаптации студентов к обучению в ВУЗе с особенностями психологических границ личности и тревожностью первокурсников.

*Выборку* исследования составили студенты-первокурсники университета «Дубна» 2013-2014, 2014-2015 и 2015-2016 годов обучения. В исследовании приняло участие 84 человека, из них 27 юношей и 57 девушек в возрасте от 18 до 20 лет. Все участники являлись студентами-первокурсниками университета «Дубна», обучались на направлениях психологии, социальной работы, бизнес-информатики.

*Объектом* исследования выступали студенты первого курса университета «Дубна», находящиеся в процессе адаптации.

*Предмет* исследования: психологические границы студентов, находящихся в процессе адаптации к обучению в ВУЗе.

*Гипотезы:* 1) Основываясь на понимании личностных границ как характеристики взаимодействия общающихся субъектов, мы предполагаем, что их изменение может быть показателем успешности адаптации к обучению в ВУЗе: особенности функционирования психологических границ первокурсников связаны с характеристиками процесса их адаптации к обучению в ВУЗе; 2) Ранее нами была выявлена связь тревожности с психологическими функциями личностных границ: вбирающей ( $r=0,380$  при  $p=0,016$ ,  $N=40$ ) и сдерживающей ( $r=-0,318$  при  $p=0,046$ ,  $N=40$ ). Мы предположили, что адаптация студентов связана с уровнем тревожности: чем выше уровень тревожности, тем меньше адаптирован студент.

*Методики:* 1) методика «Адаптированность студентов в ВУЗе» Т.Д. Дубовицкой, А.В. Крыловой [2]; 2) методика «Психологическая граница личности» Т.С. Леви [3]; 3) опросник Ч. Спилбергера, Ю. Л. Ханина «Исследование тревожности». Каждому испытуемому были предложены для заполнения три перечисленные опросные методики.

*Результаты.* Полученные данные отражают выраженность у испытуемых: адаптированности к учебной группе и адаптированности к учебной деятельности, функций психологических границ (невпускающей, проницаемой, вбирающей, отдающей, сдерживающей, спокойно-нейтральной), а также тревожности в момент исследования (реактивная тревожность, как состояние) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Корреляционный анализ связи между шкалами перечисленных методик производился при помощи коэффициента корреляции Пирсона в программе SPSS 16.0. Значимые корреляции существуют для следующих шкал:

- положительные корреляции между адаптированностью к учебной группе и такими функциями психологических границ, как вбирающей ( $r = 0,451$  при  $p = 0,000$ ,  $N = 56$ ) и отдающей ( $r = 0,426$  при  $p = 0,001$ ,  $N = 56$ );
- отрицательные корреляция между ситуативной тревожностью и функциями психологических границ: сдерживающей ( $r = -0,313$  при  $p = 0,014$ ,  $N = 61$ ) и спокойно-нейтральной ( $r = -0,376$  при  $p = 0,003$ ,  $N = 61$ );
- отрицательные корреляция между личностной тревожностью и функциями психологических границ личности: невпускающей ( $r = -0,397$  при  $p = 0,002$ ,  $N = 61$ ), сдерживающей ( $r = -0,341$  при  $p = 0,007$ ,  $N = 61$ ) и спокойно-нейтральной ( $r = -0,436$  при  $p = 0,000$ ,  $N = 61$ ).

Выявлена тенденция к отрицательной связи между адаптированностью к учебной группе и ситуативной тревожностью ( $r = -0,202$  при  $p = 0,09$ ,  $N = 69$ ).

*Выводы.* Полученные результаты позволяют говорить о связи адаптированности первокурсников с функционированием их психологических границ личности (чем выше адаптированность к группе, тем больше возможностей для самовыражения, раскрытия сторон своей личности, просьб о помощи и удовлетворения своих потребностей в окружении одноклассников). Кроме того, подтвердилась взаимосвязь тревожности и функций границ (чем выше ситуативная тревожность, тем менее проявляются сдерживание внутренних импульсов и спокойное состояние человека, а также чем выше личностная тревожность, тем менее выражена работа невпускающей функции психологических границ, что означает сниженную способность защититься от неблагоприятных воздействий окружающего мира и сказать «нет»). Замеченная тенденция к связи ситуативной тревожности и адаптированности к группе может говорить о том, что у более адаптированных к группе студентов ситуативная тревожность ниже. Этот результат требует уточнения в дальнейших исследованиях.

### Источники и литература

- 1) Агличева И. В. Комплексное исследование особенностей личностной адаптации студентов ВУЗа. Дисс. на соискание ученой степени канд. психол. наук. Ставрополь, 2006.
- 2) Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в ВУЗе // Электронный журнал «Психологическая наука и образование». 2010. № 2. <http://www.psyedu.ru/>
- 3) Леви Т.С. Методика диагностики психологической границы личности // Вопросы психологии. 2013. № 1. С. 131 – 146.
- 4) Леви Т. С. Психологическая граница как телесный феномен // Бюллетень АТОП. 2007. № 9. С. 51-68.

**Слова благодарности**

Автор выражает благодарность научному руководителю работы – кандидату психологических наук, доценту кафедры психологии государственного университета «Дубна» Сахаровой Наталии Алексеевне за идею исследования и поддержку в разработке темы.