

**М. А. Гула**

Научный руководитель: Т. Г. Шатюк, канд. пед. наук, доцент  
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,  
г. Гомель, Республика Беларусь

## СУВЕРЕННОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА ЮНОШЕЙ И ПОДРОСТКОВ

*Статья посвящена изучению суверенности психологического пространства у подростков и юношей. Рассмотрены возможные уровни выраженности суверенности пространства личности. Для эмпирического исследования, в ходе которого было выявлено доминирование умеренной суверенности у респондентов подросткового возраста, доминирование трех основных типов выраженности суверенности у юношеского возраста, была использована методика «Суверенность психологического пространства» 2010, С. К. Нартовой-Бочавер.*

*Ключевые слова: суверенность психологического пространства, депривированность, травмированность, сверхсуверенность.*

Проблема психологического пространства личности и суверенности как его характеристики представлена как в отечественной, так и в зарубежной психологии. Необходимость пристального внимания к субъекту в разных аспектах его взаимодействия с миром подчеркивалась многими русскими психологами (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, В. А. Петровский, С. Л. Рубинштейн).

Большой вклад в изучение выраженности суверенности психологического пространства внесла С. К. Нартова-Бочавер, она определяет суверенность как «субъективно значимый феномен бытия, то есть существенный, выделяемый из всего богатства проявлений мира и определяющий актуальную деятельность и стратегию жизни человека. Психологическое пространство включает комплекс физических, социальных и чисто психологических явлений, с которыми человек отождествляет себя (территория, предметы, привязанности, установки). Они становятся значимыми для субъекта, когда приобретают личностный смысл, и поэтому границы психологического пространства охраняются физическими и психологическими средствами» [1, с. 60].

Суверенность связана с переживанием уникальности собственного бытия, когда человек склонен думать о том, что он поступает согласно его системе желаний и убеждений, присутствует чувство своей уместности в пространственно-временных ценностных обстоятельствах своей жизни, которые он создает либо принимает.

С. К. Нартова-Бочавер в своих исследованиях выделила 4 уровня выраженности суверенности личности: «Травмированность», «Депривированность», «Умеренная или нормальная суверенность», «Сверхсуверенность», «Квазисуверенность». Уровни в свою очередь делятся на шкалы: суверенность физического тела (СФТ), суверенность территории (СТ), суверенность мира вещей (СВ), суверенность привычек (СП), суверенность социальных связей (СС), суверенность ценностей (СЦ).

Теоретические аспекты проблемы обусловили проведение эмпирического исследования, в котором приняли участие 120 человек. Данная выборка была разделена в зависимости от возраста. Таким образом, первую половину составили респонденты подросткового возраста, вторую – юношеского возраста. В исследовании была использована методика С. К. Нартова-Бочавер «Суверенность психологического пространства-2010».

**Таблица 1 – Результаты исследования по опроснику «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бочавер**

Уровень выраженности суверенности	Юношеский возраст		Подростковый возраст	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Травмированность	19	31,6 %	11	18,3 %
Депривированность	19	31,6 %	11	18,3 %
Умеренная (нормальная) суверенность	<b>21</b>	35 %	<b>32</b>	53,4 %
Сверхсуверенность	1	1,8 %	6	10 %

Согласно данным, представленным в таблице 1, можно сделать вывод, что у подросткового возраста доминирует умеренная суверенность, а респондентам юношеского возраста свойственны все три основных типа выраженности суверенности («травмированность», «депривированность», «умеренная суверенность»). Следовательно, можно утверждать, что большинство испытуемых подросткового возраста способны самостоятельно контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанное на обобщенном опыте успешного автономного поведения. Они уверены в том, что они поступают согласно собственным желаниям и убеждениям, ощущают свою уместность в пространственно-временных ценностных обстоятельствах своей жизни, которые они создают либо принимают.

**Таблица 2 – Результаты исследования уровня психологического пространства по шкалам с помощью опросника «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бочавер (выборка юношей)**

Уровень по шкале	СФТ	СВ	СТ	СП	СС	СЦ
Травмированность	<b>40 %</b>	<b>40 %</b>	<b>45 %</b>	28,3 %	<b>50 %</b>	<b>41,6 %</b>
Депривированность	20 %	28,3 %	13,3 %	30 %	13,3 %	11,7 %
Умеренная суверенность	30 %	28,3 %	36,7 %	<b>33,4 %</b>	31,7 %	35 %
Сверхсуверенность	10 %	3,4 %	5 %	8,3 %	5 %	11,7 %

Согласно данным, представленным в таблице 2, можно сделать следующие выводы:

– по шкале *суверенность физического тела* доминирует травмированная суверенность. Люди с травмированным уровнем суверенности по данной шкале переживают дискомфорт, вызванный прикосновениями, запахами, принуждением в отпращивании его физиологических потребностей. Они имеют проблемы с принятием собственного тела. Причиной может выступать буллинг в подростническом возрасте, который способствует закладыванию большого числа комплексов;

– по шкале *суверенность вещей* также доминирует травмированная суверенность. Эти респонденты испытывают трудности с признанием права человека на личные вещи. Часто встречается у тех людей, которые в детстве или подростничестве не имели личных вещей (например, такое часто встречается в многодетных или малообеспеченных семьях);

– по шкале *суверенность территории* более половины респондентов имеют проблемы с территориальными границами (отсутствие своей комнаты или кровати в детстве);

– по шкале *суверенность привычек* большому количеству респондентов характерны депривированный и травмированный уровни суверенности. Люди с депривированным уровнем предпринимают насильственные попытки изменить комфортный распорядок субъекта;

– по шкале *суверенность социальных связей* более половины испытуемых имеют проблемы с желанием иметь друзей, доверием и ощущением доверия от других по отношению к себе. Такие люди находились в токсичном окружении или не могли общаться с тем, с кем хотели из-за запретов родителей или других родственников;

– по шкале *суверенность ценностей* доминирует травмированная суверенность, что говорит об отсутствии свободы вкусов и мировоззрения. Депривированность говорит о насильственном принятии чужих ценностей.

**Таблица 3 – Результаты исследования уровня психологического пространства по шкалам с помощью опросника «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бочавер (выборка подростков)**

Уровень по шкале	СФТ	СВ	СТ	СП	СС	СЦ
Травмированность	11,7 %	16,7 %	16,7 %	13,3 %	18,4 %	0 %
Депривированность	13,3 %	<b>41,6 %</b>	16,7 %	16,7 %	28,3 %	6,7 %
Умеренная суверенность	<b>41,7 %</b>	25 %	<b>33,3 %</b>	<b>53,3 %</b>	<b>33,3 %</b>	<b>60 %</b>
Сверхсуверенность	33,3 %	16,7 %	<b>33,3 %</b>	16,7 %	20 %	33,3 %

Согласно данным, представленным в таблице 3, можно сделать следующие выводы:

– по шкале *суверенность физического тела* доминирует умеренная суверенность. Люди с нормальным уровнем суверенности по данной шкале принимают свое тело, отмечается отсутствие попыток нарушить его соматическое благополучие. Небольшое количество респондентов имеют проблемы с принятием собственного тела;

– по шкале *суверенность вещей* доминирует депривированная суверенность. Эти испытуемые испытывают трудности с признанием права человека на личные вещи. Часто встречается у тех людей, которые в детстве или подростковом возрасте не имели личных вещей (например, такое часто встречается в многодетных или малообеспеченных семьях);

– по шкале *суверенность территории* большее количество респондентов распределилось на нормальный уровень суверенности и сверхсуверенность. Человек с таким уровнем суверенности территории переживает безопасность физического пространства, в котором он находится (личная часть или собственная комната в квартире или доме);

– по шкале *суверенность привычек* так же большому количеству респондентов характерны умеренный и сверхсуверенный уровень суверенности. Люди с умеренным уровнем принимают временную форму организации жизни человека. Люди с депривированным уровнем по данной шкале предпринимают насильственные попытки изменить комфортный распорядок субъекта;

– по шкале *суверенность социальных связей* испытуемые имеют проблемы с желанием иметь друзей, доверием и ощущением доверия от других по отношению к себе. Такие люди находятся в токсичном окружении или не могут общаться с тем, с кем хотели из-за запретов родителей или других родственников. Ощущают постоянный контроль над их социальной жизнью. Испытуемые с нормальным уровнем по данной шкале отстаивают свое право иметь друзей и знакомых, которые могут не одобряться близкими;

– по шкале *суверенность ценностей* доминирует умеренная и сверхсуверенная суверенность, что говорит о наличии свободы вкусов и мировоззрения. Человек с таким уровнем суверенности имеет свою систему ценностей и идеалов, собственное мировоззрение, свободно выражает свое мнение и демонстрирует независимость, что свидетельствует о некой зрелости.

**Таблица 4 – Статистическая обработка результатов методики «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бочавер**

Уровень по шкале	СФТ	СВ	СТ	СП	СС	СЦ
1	2	3	4	5	6	7
Травмированность	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм}^* = 3,675$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм}^* = 2,886$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм}^* = 3,445$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ < $\varphi_{эм}^* = 2,054$ при $p \leq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм}^* = 3,763$ при $p \leq 0,01$	–

Окончание таблицы 4

1	2	3	4	5	6	7
Депривированность	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,986$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 1,545$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,52$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 1,736$ при $p \leq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,054$ при $p \leq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,953$ при $p \geq 0,05$
Умеренная суверенность	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 1,342$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,411$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,394$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,229$ при $p \leq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 0,186$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,771$ при $p \leq 0,01$
Сверхсуверенность	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 3,21$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,613$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 4,267$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 1,64$ > $\varphi_{эм.}^* = 1,413$ при $p \geq 0,05$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,607$ при $p \leq 0,01$	$\varphi_{кр.}^* = 2,31$ < $\varphi_{эм.}^* = 2,914$ при $p \leq 0,01$

Согласно данным, представленным в таблице 4, можно утверждать, что существуют статистически значимые различия у юношей и подростков по шкалам:

- СФТ, СВ, СТ, СС на уровне травмированности и сверхсуверенности;
- СЦ проявляется на умеренном и сверхсуверенном уровнях.

Поскольку эмпирические значения критерия попали в зону значимости, то гипотеза  $H_0$  отклоняется и принимается альтернативная ей гипотеза  $H_1$ , согласно которой можно утверждать, что:

- по шкале СФТ юноши имеют статистически значимую тенденцию к травмированности по сравнению с подростками, а подросткам характерен уровень сверхсуверенности по сравнению с юношами. Травмированная суверенность по данной шкале проявляется в некоторых затруднениях при посещении пляжа, бассейна, тренажерного зала, при выборе одежды и т. д. Люди с нормальным уровнем суверенности по данной шкале принимают свое тело, отмечается отсутствие попыток нарушить его соматическое благополучие;

- по шкале СВ подростки имеют статистически значимую тенденцию к сверхсуверенности по отношению к юношам, а юноши имеют статистически значимые различия на уровне травмированности суверенности по отношению к подросткам. Для сверхсуверенности по данной шкале характерно уважение личной собственности человека, распоряжаться которой может только он сам. Для травмированного уровня характерно ощущение трудности с признанием права человека на личные вещи;

- по шкале СТ юноши имеют статистически значимые различия на уровне травмированности суверенности по отношению к подросткам, а подростки имеют статистически значимую тенденцию к сверхсуверенности по отношению к юношам. Человек с нормальным уровнем суверенности территории переживает безопасность физического пространства, в котором он находится (личная часть или собственная комната в квартире или доме). Травмированная суверенность по данной шкале характеризуется проблемами с территориальными границами (отсутствие своей комнаты или кровати в детстве);

- по шкале СС подростки имеют статистически значимую тенденцию к сверхсуверенности по сравнению с юношами, а юноши имеют статистически значимые различия на уровне травмированности по отношению к подросткам. Подростки, с нормальным уровнем по данной шкале отстаивают свое право иметь друзей и знакомых, которые могут не одобряться близкими. Травмированная суверенность по данной шкале характеризуется тем, что юноши имеют проблемы с желанием иметь друзей, доверием и ощущением доверия от других по отношению к себе. Такие люди находились в токсичном окружении или не могли общаться с тем, с кем хотели из-за запретов родителей или других родственников;

- по шкале СЦ подростки имеют статистически значимую тенденцию к умеренной суверенности и сверхсуверенности по отношению к юношам. Человек с таким уровнем суверен-

ности имеет свою систему ценностей и идеалов, собственное мировоззрение, свободно выражает свое мнение и демонстрирует независимость, что свидетельствует о некой взрослости.

Исследование опровергло выдвинутую гипотезу. Было предположено, что травмированный и депривированный уровни по выраженности суверенности будут выявлены у респондентов подросткового возраста, однако, эти уровни преобладают у респондентов юношеского возраста.

Таким образом было выявлено, что у подросткового возраста доминирует умеренная суверенность. Следовательно, можем утверждать, что подростки способны самостоятельно контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанное на обобщенном опыте успешного автономного поведения. У испытуемых юношеского возраста преобладают три основных типа суверенности, такие как: травмированность, депривированность, умеренная суверенность. Им свойственны признаки умеренной суверенности, а также признаки травмированной и депривированной суверенности, такие как: чувство трудности с признанием права человека на личные вещи, трудности с территориальными границами, имеют проблемы с желанием иметь друзей, доверием и ощущением доверия от других по отношению к себе, отсутствие свободы вкусов и мировоззрения.

#### **Список использованных источников**

1 Валединская, О. Р. Личное пространство человека и возможности его «измерения» / О. Р. Валединская, С. К. Нартова-Бочавер // Психология зрелости и старения. – М.: Лето 2012. – С. 60–77.

**УДК 159.923.2-057.875:364-785.14**

**А. Н. Ерлыгина**

Научный руководитель: А. Н. Захарова, канд. психол. наук, доцент,  
Г. С. Дулина, канд. психол. наук, доцент  
Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова,  
г. Чебоксары, Российская Федерация

#### **ОСНОВНЫЕ ТРУДНОСТИ ПЕРВОКУРСНИКОВ ПРИ АДАПТАЦИИ К СИСТЕМЕ ВУЗА В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО И СМЕШАННОГО ФОРМАТА ОБУЧЕНИЯ**

*Переход от очного формата обучения к дистанционному, смена дистанционных занятий смешанной формой образования в условия пандемии COVID-19, в совокупности со сменой роли школьника на роль студента, определяет особое внимание к адаптации студентов первого курса. В статье рассмотрены результаты изучения основных трудностей студентов первого курса при прохождении процесса адаптации к вузовской системе в период смены очных, дистанционных и смешанных форматов обучения. Описаны отношения обучающихся к различным сторонам образовательного процесса и структура удовлетворенности условиями обучения.*

*Ключевые слова: адаптация, первокурсники, студенты, вуз, формат обучения, дистанционное образование, трудности адаптации, условия вуза.*

Условия пандемии COVID-19 обусловили стремительно происходящие изменения в образовательной среде всех вузов, в том числе и российских. Переход от очного формата обучения к дистанционному, смена дистанционных занятий смешанной формой образования – все это в совокупности со сменой роли школьника на роль студента со всеми вытека-