

Рис. 2. Показатели лени у студентов-иностранцев летнего училища

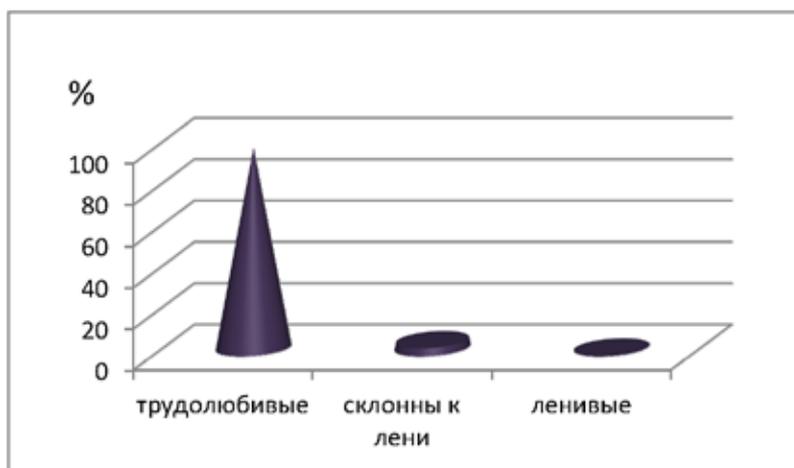


Рис. 3. Показатели лени у студентов-россиян летнего училища

Лень в большей степени (25,9%) проявляется у студентов, когда они, лёжа на диване, смотрят телевизор или читают книгу и кроме учёбы ничем не занимаются.

Результаты исследования показали, что к лени в большей степени склонны студенты технического вуза. Наиболее трудолюбивыми оказались курсанты-россияне летнего училища.

Результаты исследования могут быть использованы преподавателями в работе с ленивыми студентами в своей педагогической деятельности.

**Список литературы**

1. Воробьева В.В., Якиманская И.С. Психология лени: постановка проблемы. – URL: [http://www.psyvoren.narod.ru/ps\\_leni.htm](http://www.psyvoren.narod.ru/ps_leni.htm) (дата обращения: 10.12.2014).
2. Ильин Е. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. URL: <http://www.e-reading.link/book.php?book=1022824> (11.12.14).
3. Ожегов С.И. Словарь русского языка /Под ред. Н.Ю. Шведовой. – 17-е изд., стереотип. – М.: Рус. яз., 1985. – 797 с.
4. [http://upravlenam.ru/ps\\_test/test\\_len/index.html](http://upravlenam.ru/ps_test/test_len/index.html) (дата обращения: 09.09.2014 г.).

**ОСОБЕННОСТИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ  
СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ**

Маркарян Г.М., Крутых Е.В.

*Кубанский государственный технологический университет,  
Краснодар, e-mail: g\_markaryan96@mail.ru*

В Большой психологической энциклопедии самоактуализация определяется как «стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей» [2].

Первыми понятие «самоактуализация» стали разрабатывать основоположники гуманистической психологии А.Маслоу, К. Роджерс. В российской психологической и педагогической науках самоактуализация изучается не первое десятилетие. С разных позиций её изучали К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, Л.Г. Брылева, И.А. Витин, П.И. Пидкасистый, В.И. Слободчиков, Л.М. Фридман и др. Е.Е. Вахромов рассматривал самоактуализацию как

ключевой системообразующий элемент гуманистического направления в психологии и педагогике [4]. Е.В. Крутых рассматривала личностные особенности самоактуализирующейся личности [6]. У О.Н. Большаковой исследуются критерии сформированности самоактуализации у студентов. [1].

Сегодня развитие самоактуализации является одной из задач, поставленных перед нашей системой образования [3].

Профессиональное становление студента начинается в вузе в процессе обучения. Исходя из этого, А.К. Маркова выделяет четыре этапа становления специалиста.

1. Этап адаптации к профессии. Он соответствует периоду обучения в вузе на первом-втором курсах. На этом этапе усваиваются нормы, приемы, технологии будущей профессии.

2. Этап самоактуализации в профессии. Он соответствует обучению на 3-4-5 курсах. Студенты осознают свои возможности в будущей профессиональной деятельности.

3. Этап свободного владения профессией. Это период десяти-двадцати лет профессиональной деятельности. На этом этапе проявляется мастерство.

4. Этап соответствует уровню зрелого человека, посвятившего жизнь выбранной профессии [7].

Применительно к самоактуализации в процессе обучения интерес представляет первый этап.

Исследовав учебную деятельность студентов, В.М. Иванова выделила следующие фазы самоактуализации.

На первой фазе происходит присвоение студентами знаний об объективной действительности. При этом у студентов имеется целостное представление о своих возможностях, связанных с выполнением учебной деятельности в процессе усвоения материала по теме занятия.

Вторая фаза представляет собой «преобразование студентами своей учебной деятельности по следую-

щим параметрам: отбор содержания деятельности, выбор средств обучения, обоснование мотивации, способов организации и управления учебной деятельностью. Взаимодействие студентов в учебной деятельности позволяет добавить к своим собственным выводам теоретические конструкции других. Эти выводы и конструкции приводят к проекту решения учебной задачи» [5, с.104].

Третья фаза заключается в практической деятельности студентов, когда они на практике защищают свои проекты.

На четвертой фазе происходит «проектирование изменений собственной личности, необходимых для решения возникающих учебных задач по выбору и принятию решения о деятельности студентов в возникшей образовательной ситуации» [5].

Экспериментальная работа по изучению самоактуализации студентов в вузе проводилась на базе ФБГОУ ВПО «Кубанский государственный технологический университет». В исследовании приняли участие 10 студентов второго курса механико-машиностроительного факультета (4 девушки, 6 юношей). Для исследования использовался «Самоактуализационный тест» (САТ) Э. Шостром [8]. Результаты этого небольшого исследования показали, что у 70% студентов показатели самоактуализации средние, у 20% показатели были завышены, что говорит о псевдосамоактуализации, т.е. стремлении выглядеть в наиболее благоприятном свете, и 10% были с низким уровнем самоактуализации (рисунок).

Таким образом, можно сделать вывод, что у студентов данной группы нет потребности в самоактуализации. Этому способствуют лень, отсутствие стремлений к изменениям, излишняя самоуверенность, что и так они все знают и т.д. Полученные результаты должны стать для студентов поводом для построения своей профессиональной траектории развития.

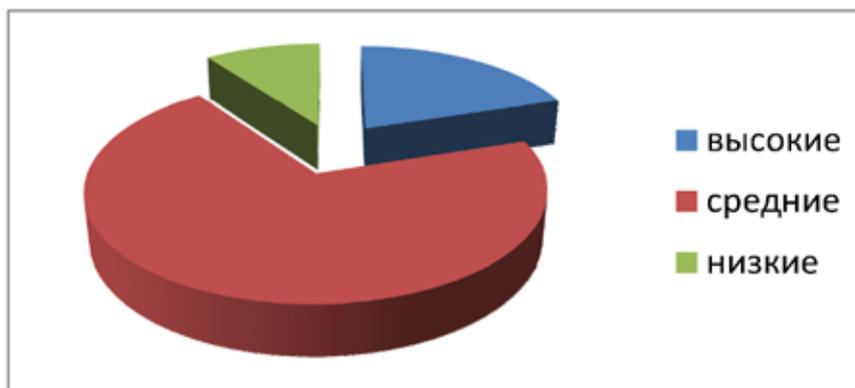


Рис. 1. Показатели уровней самоактуализации

**Список литературы**

1. Большакова О.Н. Особенности развития самоактуализации студентов. – URL: <http://bmsi.ru/doc/243ac339-cd73-4c8f-992e-81bf06395d5> (дата обращения: 20.11.2014).
2. Большая психологическая энциклопедия. – URL: <http://psychology.academic.ru/2186/> (дата обращения: 02.12.2014).
3. Вахромов Е.Е. Концепция самоактуализации в решении задач федеральной целевой программы развития образования на 2006-10 гг. URL: <http://hpsy.ru/public/x2727.htm> (дата обращения: 05.11.2014 г.)
4. Вахромов Е.Е. Развитие теории самоактуализации в отечественной педагогике и психологии. – URL: <http://hpsy.ru/public/x044.htm> (дата обращения: 10.09.2014 г.)
5. Иванова В.М. Структура образовательной поддержки самоактуализации студентов университета / Вестник ОГУ. – 2013. – №2 (151).
6. Крутых Е.В. Проблема человеческих потребностей в гуманистической психологии А. Маслоу // Философские аспекты постижения человека: Сб. науч. ст. – Ростов н/Д.: Изд-во Рост. ун-та, 2001.
7. Маркова А.К. Психологические критерии и ступени профессионализма учителя // Педагогика. 1995. – № 6.
8. Шостром Э. Самоактуализационный тест (CAT). URL: <http://psylab.info/> (дата обращения: 18.11.2014 г.).

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
ИНТЕРНЕТ-ОБЩЕНИЯ**

Тюхтина А.А.

*Кубанский государственный технологический университет,  
Краснодар, e-mail: tyukhtina.nastya@mail.ru*

Общение – это средство коммуникации между людьми в современном мире. Человек – общественное существо и не может жить без общения. Но проходят века и стиль, формы общения меняются.

Сегодня многие специалисты посвящают свои работы вопросам общения. Это и общение между детьми, родителями и детьми, внутри различных возрастных и профессиональных групп. Психологи ищут возможности, как помочь человеку в общении, разрабатывают различные тренинги

«Растущая динамичность современной жизни, ломка стереотипов в области коммуникации, способность изменению требований к общению во всех сферах жизнедеятельности человека» [2, С. 190]. Сегодня все большее количество молодежи предпочитает общаться с помощью Интернета. Чем же привлекательно Интернет-общение?

Для начала рассмотрим причины общения в Интернете.

1. Знакомые продолжают общаться, находясь довольно далеко друг от друга. Общение между людьми, знакомыми в реальной жизни (Интернет, как правило, используется как средство, более удобное в тех или иных условиях).

2. Незнакомые люди ищут знакомства и общение посредством сети, участники которого желают перехода к общению в реальной жизни. Интернет становится доступным и крайне облегченным, по сравнению с реальной жизнью, способом расширения круга общения, образования новых связей и знакомств. Подобного рода общение особо увлекает людей, испытывающих по тем или иным причинам трудности при первоначальном контакте в обыденной действительности.

3. В сети общаются те, кто не стремится или избегает общения в реальной жизни.

А что дает общение в интернете?

1. Анонимность. Реальная личность неизвестна [4].  
2. Добровольность. Пользователь по своей воле и инициативе вступает в контакты, прерывает их.

3. Пользователь может вести себя не так, как в обычной жизни [3].

Однако многие люди оценивают общение по Интернету как «суррогатное», «малоценные контакты», «развлекательная, игровая деятельность» и предпочитают реальное общение, используя сеть в случае, когда реальные контакты по тем или иным причинам

затруднены. Эта категория людей легко отказывается от Интернет-общения, испытывает потерю интереса к нему в случае насыщения и удовлетворения потребности в общении в условиях реальных контактов.

Интернет-общение позволяет проиграть и реализовать любое фантастическое «Я», то есть само-реализовываться в новом качестве, не свойственном привычным социальным ролям в реальной жизни. Появляется качественно новое маскарадное поведение и общение.

Через интернет-общение возможно получение психотерапевтической помощи, поддержки, сочувствия и понимания. В отличие от подобного рода контактов в реальной жизни, терапевтическое общение в Интернет обладает большей открытостью, доверительностью, разнообразием проблем, открытых для обсуждения. Также общение можно прервать в любой момент. Ошибки виртуального общения легче исправить, особенно пока они не перешли в отношения в реале. В интернете возможно найти собеседника по душе или партнера для создания серьезных отношений. Такого, которого нет поблизости в реале или начать общаться с ним затруднительно. В интернете можно реализовать качества личности, проигрывание ролей, пережить эмоции, которые в реальной жизни не переживаются. Некоторым людям виртуальное общение помогает развить навыки взаимодействия, стать более уверенным в себе в целом.

Однако существуют и отрицательные стороны интернет-общения, так называемые знакомства в Интернете.

1. Общение идет в ущерб отношениям в реальной жизни.

2. Отсутствие невербальной коммуникации – при помощи жестов, интонации и т.д., что обедняет общение и дает почву неверно воспринимать собеседника, переоценивать или недооценивать.

3. Возможность повстречаться с вымогателями, влезавшими в доверие с целью дальнейшего денежного обогащения.

4. Виртуальное общение обладает повышенной, по сравнению с обычными социальными контактами эмоциональной насыщенностью.

Психологи выявили, что больше всего интернет-общение используют те, у кого мало контактов в реальной жизни. Поэтому специалисты в области НЛП рекомендуют следующие правила эффективного общения.

1. Смысл общения – в ответной реакции собеседника.

2. Поведение – это еще не сам человек.

3. Поведение изменяется в соответствии с контекстом (обстоятельствами общения).

4. Невербальный язык (язык жестов, интонации и т.д. – которого, к сожалению, нет в виртуальном общении) – самый правдивый источник информации.

5. Чем больше выборов, тем больше свободы.

6. Каждый выбирает и делает лучшее из того, на что он способен.

7. Каждое действие имеет позитивное намерение и поэтому полезно и значимо.

8. Взгляните на неудачу как на обратную связь.

9. У каждого есть ресурсы для изменения.

10. Все, что возможно в этом мире, возможно и для меня [5].

Целью виртуальных знакомств и отношений должно быть развитие навыков общения для повышения качества и удовлетворенности отношениями в реальной жизни. Любое интернет-общение должно иметь подкрепление в виде реальных отношений, иначе велик шанс общаться в вымышленном, придуманном