

**ADAPTAÇÃO SÓCIO-PSICOLÓGICA DOS ESTUDANTES AO ESCOLHER A DIREÇÃO DO CONDICIONAMENTO FÍSICO GERAL NO PROCESSO EDUCATIVO E DE TREINAMENTO**

***ADAPTACIÓN SOCIO-PSICOLÓGICA DE LOS ESTUDIANTES AL ELEGIR LA DIRECCIÓN DE LA FORMACIÓN FÍSICA GENERAL EN EL PROCESO EDUCATIVO Y FORMATIVO***

***SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS WHEN CHOOSING THE DIRECTION OF GENERAL PHYSICAL TRAINING IN THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS***

Anna BABINA<sup>1</sup>  
Evgeny BEREZUEV<sup>2</sup>  
Marina ARTAMONOVA<sup>3</sup>  
Sergey UTUSIKOV<sup>4</sup>

**RESUMO:** O estudo examina as características distintivas da adaptação sociopsicológica dos estudantes da Universidade Industrial de Tyumen no contexto do condicionamento físico em relação à satisfação com a escolha da direção do condicionamento físico geral. As características da adaptação sociopsicológica são avaliadas pelo Teste Rogers-Dymond de Ajuste Pessoal e examinadas. O estudo revela a relação entre as características da adaptação sociopsicológica e a satisfação com a escolha da direção do treinamento físico geral. A satisfação dos estudantes com sua escolha no processo de treinamento físico mostra uma correlação positiva pronunciada com a autoaceitação, a interioridade e o conforto emocional. A insatisfação com a escolha está fortemente correlacionada com o escapismo (ato de evitar problemas). Como resultado, os alunos satisfeitos com sua escolha assumem mais frequentemente a responsabilidade, demonstram maior autoaceitação e aceitação dos outros e mais frequentemente experimentam conforto emocional e desejo de dominar.

**PALAVRAS-CHAVE:** Características de adaptação sociopsicológica. Escolha. Satisfação.

<sup>1</sup> Universidade Industrial de Tyumen (IUT), Tyumen – Rússia. Professor Associado. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1915-0581>. E-mail: [babinaaa@tyuiu.ru](mailto:babinaaa@tyuiu.ru)

<sup>2</sup> Universidade Agrária dos Trans-Urais do Norte, Tyumen – Rússia. Professor Associado. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5203-1982>. E-mail: [e.a.berezuev@mail.ru](mailto:e.a.berezuev@mail.ru)

<sup>3</sup> Universidade Industrial de Tyumen (IUT), Tyumen – Rússia. Professor Associado. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6115-2847>. E-mail: [m.n.artamonova@mail.ru](mailto:m.n.artamonova@mail.ru)

<sup>4</sup> Universidade Industrial de Tyumen (IUT), Tyumen – Rússia. Professor Associado. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4723-2864>. E-mail: [s.a.utusikov@mail.ru](mailto:s.a.utusikov@mail.ru)



**RESUMEN:** El estudio examina las características distintivas de la adaptación socio-psicológica de los estudiantes de la Universidad Industrial de Tyumen en el contexto de la formación física en relación con la satisfacción con la elección de la dirección de la formación física general. Las características de la adaptación socio-psicológica se evalúan mediante el Test de Rogers-Dymond de Ajuste Personal y se examinan. El estudio revela la relación entre las características de adaptación socio-psicológica y la satisfacción con la elección de la dirección del entrenamiento físico general. La satisfacción de los estudiantes con la elección en el proceso de entrenamiento físico muestra una pronunciada correlación positiva con la autoaceptación, la interioridad y el confort emocional. La insatisfacción con la elección está fuertemente correlacionada con el escapismo (evitación de problemas). Como resultado, se observa que los alumnos satisfechos con su elección asumen responsabilidades con más frecuencia, muestran una mayor autoaceptación y aceptación de los demás, y experimentan con más frecuencia confort emocional y deseo de dominio.

**PALABRAS CLAVE:** Características de la adaptación sociopsicológica. Elección. Satisfacción.

**ABSTRACT:** The study examines the distinguishing features of socio-psychological adaptation of students in the Industrial University of Tyumen in the context of physical training in association with the satisfaction with the choice of the direction of general physical training. The features of socio-psychological adaptation are assessed by the Rogers-Dymond Test of Personal Adjustment and examined. The study reveals the relationship between the characteristics of socio-psychological adaptation and satisfaction with the choice of direction of general physical training. Students' satisfaction with their choice in the process of physical training shows a pronounced positive correlation with self-acceptance, internality, and emotional comfort. Dissatisfaction with the choice strongly correlates with escapism (avoidance of problems). As a result, the students satisfied with their choice are found to take on responsibility more often, show greater self-acceptance and acceptance of others, and more frequently experience emotional comfort and desire to dominate.

**KEYWORDS:** Characteristics of socio-psychological adaptation. Choice. Satisfaction.

## Introdução

No sentido institucional, o conteúdo da educação profissional superior é representado por currículos e programas educacionais específicos realizados com base em padrões educacionais. A principal função de um padrão educacional é a avaliação e o monitoramento da qualidade da educação. No entanto, é preciso notar que tal padrão representa a chamada "camada formal" do nível de formação especializada, que não pode avaliar adequadamente a adaptação sociopsicológica dos alunos, a satisfação com o processo de aprendizagem e a realização adicional do potencial de adaptação pessoal. Contudo, a adaptação sociopsicológica é o ato de interação ativa com o ambiente que contribui para a satisfação das necessidades de um indivíduo, a realização de suas capacidades e a expressão de sua personalidade e,

consequentemente, serve para aumentar a satisfação (ANDREEVA, 2009). Nesse caso, interessa a questão da inter-relação entre a escolha da direção do treinamento físico geral no processo de treinamento físico e a adaptação sociopsicológica de um aluno. Aqui, consideramos a relação entre a satisfação com essa escolha e as características da adaptação sociopsicológica.

A adaptação sociopsicológica é um processo de as pessoas adquirirem um determinado estado sociopsicológico, dominando certas funções sociopsicológicas... Ao mesmo tempo, o status de uma "pessoa social" é entendido como a posição de uma pessoa no sistema de relações interpessoais, que determina seus direitos, obrigações e privilégios. Em diferentes grupos, a mesma pessoa pode ter um status diferente (KRYSKO, 2001, p. 11, tradução nossa).

A adaptação sociopsicológica exige que os alunos atendam aos requisitos da situação de treinamento de acordo com seus próprios interesses, necessidades e habilidades. Destina-se à adaptação do indivíduo ao ambiente, mas, ao mesmo tempo, é um processo de autorrealização, a transformação do mundo circundante de acordo com as características individuais-pessoais. Ao mudar constantemente as condições externas, um indivíduo melhora seu potencial de adaptação. Todavia, a perfeição só pode ser alcançada se a pessoa reconhecer e aceitar a situação e as condições em mudança, modificando gradualmente sua relação com o meio ambiente (CHERNOBROVKINA; GRUSHKO, 2017).

A adaptação sociopsicológica no processo de formação pressupõe não apenas o domínio dos alunos de novas formas de comportamento através do estabelecimento de novos mecanismos de adaptação, mas também a formação de uma atitude positiva em relação a si mesmo, como a autoaceitação, a autoconfiança, a calma e o conforto interno. A harmonização das relações entre o indivíduo e o ambiente é precisamente o que condiciona a satisfação com o processo de formação e, assim, a eficácia da adaptação sociopsicológica. Dessa forma, isso também melhora a confiança de uma pessoa em seus pontos fortes e habilidades, o que lhes permite completar conjuntos de exercícios por conta própria, dominar novos conhecimentos, habilidades e competências, controlar independentemente a eficácia de seu aprendizado e treinamento, construir sua trajetória de desenvolvimento individual. Isso contribui para o desenvolvimento da prontidão dos alunos para interagir de forma independente e construir o sistema de relações sociais dentro do processo de treinamento e planejar sua carga de trabalho de acordo com suas necessidades e habilidades. Por exemplo, a carga aeróbica pode ser mais intensa para alguns alunos, enquanto outros realizam os mesmos exercícios em movimento, mas sem usar, por exemplo, exercícios de salto. Assim, todos os alunos podem obter uma carga ideal de acordo com o seu desenvolvimento psicofísico, bem como obter satisfação com os

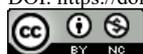


exercícios realizados. O conceito descrito define a orientação seletiva de valores das atividades de formação, que são consideradas como atividades de aprendizagem em que os fatores naturais e artificiais que condicionam o ambiente "sociocultural" dos alunos incluem o conteúdo e os vários meios de educação física. Esse ambiente "sociocultural" é representado pelos pontos de referência que determinam as relações interpessoais dos sujeitos e as relações com a educação como um todo (ZEER, 2006), o que permite aos alunos construir uma trajetória individual de desenvolvimento, estabelecer certos contatos sociais de diferentes níveis, acumular experiências de relações emocionais e de valor consigo mesmos, com os outros e com as atividades. O sucesso da adaptação sociopsicológica expressa-se na necessidade de organizar a própria atividade formativa de modo a proporcionar a autoaprendizagem e o autodesenvolvimento, procurando uma ou outra forma de resolver um problema de formação. Adaptação significa "um processo constante de adaptação ativa de um indivíduo às condições do meio social" (TIURINA, 2007, p. 152, tradução nossa).

A efetividade da adaptação sociopsicológica dos alunos no processo de treinamento está associada à satisfação com a escolha da direção do treinamento físico geral, o que, por sua vez, leva ao conforto emocional, que é um "componente e indicador que delinea o curso de adaptação no ambiente educacional" (TKACHENKO, 2018, p. 360, tradução nossa). Pesquisas mostram que um alto nível de conforto emocional dos alunos pode apontar para a presença de habilidades como a capacidade de manter a tensão emocional sob controle, que é um dos fatores condicionantes da conexão do locus de controle com a "interioridade" (KARAPETIAN, 2018; KULIK; AKIMOVA, 2016; KULIK; NAUMOVA, 2021; SHEINOV, 2020). Assim, a satisfação permite não só aumentar o "controle interno" dos alunos sobre o processo de formação e situações significativas, mas também aumentar o nível do seu conforto emocional a partir da escolha das atividades de formação e do próprio processo de formação, proporcionando assim uma adaptação sociopsicológica mais eficaz.

A satisfação como categoria geral da psicologia explorada nos trabalhos de D.A. Leontiev, S.L. Rubinstein, C. Rogers, E. Fromm, K.L. Abulkhanova-Slavskaia e outros apresenta um indicador integral formado sob a influência de inúmeros fatores: sociopsicológico, psicológico-pedagógico, sexo e idade. A pesquisa estrangeira também observa a natureza integral do termo "satisfação" (EXTREMERA; REY, 2016; LIU; WANG; LÜ, 2013).

Este conceito, ainda, é examinado através das lentes do conceito de bem-estar, cuja ideia-chave é alcançar o prazer, sendo a satisfação um de seus aspectos. A satisfação é



considerada um componente do bem-estar subjetivo. Entretanto, estudiosos observam a necessidade de características adicionais para sua descrição (KARAPETIAN, 2018; KULIK; AKIMOVA, 2016). Portanto, a satisfação deve ser considerada no contexto da adaptação sociopsicológica como um preditor que molda o desenvolvimento de outras características da personalidade (lôcus de controle, conforto emocional, autoaceitação, qualidades de liderança, etc.), que, por sua vez, afetam essa adaptação.

A satisfação também depende do realismo das ideias dos alunos sobre o conteúdo, os métodos e os meios empregados no ensino de cada um dos cursos na direção dada do treinamento físico geral. Esse realismo atua como uma pré-condição necessária para uma escolha consciente. Naturalmente, neste caso, a consciência permite estabelecer metas, escolher os métodos de auto-organização e definir correções para os métodos e habilidades da atividade de treinamento físico, ações de força de vontade e maneiras de superar obstáculos. No entanto, a escolha dos alunos da direção do treinamento físico geral pode ser aleatória (a primeira opção que vem à mente quando dada a escolha) ou social (a escolha feita sob a influência de colegas de grupo ou amigos) (IAKOVLEVA, 2018, p. 220). Nesse caso, a satisfação como indicador integral se transforma dependendo das condições da situação educacional e da necessidade das habilidades e formas de ação aplicadas de acordo com as tarefas de treinamento em questão. Assim, a situação de formação exige "aceitar" esta situação não "porque..." mas "para que...". Isso dá origem à necessidade de construir de forma independente o espaço educativo "a partir de dentro", atualizando o potencial individual-pessoal e a "criatividade pessoal".

A adaptação sociopsicológica dos alunos no contexto da necessidade de "escolher uma direção" do processo de formação implica "imersão prática na experiência sensual" (DAVYDOV, 2000, p. 323, tradução nossa), em que a satisfação como indicador integral de uma "experiência – reconhecimento de relevância" no contexto "aqui e agora" implica a necessidade de aceitar a situação. Isso exige que os alunos "se dediquem a essa direção específica e se desenvolvam nela" de acordo com suas características e habilidades pessoais individuais. O nível de adaptação sociopsicológica está intimamente ligado às características psicológicas e peculiaridades do comportamento de uma pessoa em atividades de treinamento. Portanto, o estudo da adaptação sociopsicológica e suas características específicas em estudantes em processo de formação é considerado à luz da inter-relação dos conceitos de "satisfação com uma escolha", "conforto emocional", "lôcus de controle", "escapismo", "desejo de dominar", "autoaceitação" e "aceitação dos outros". Essa abordagem integral também é encontrada em outros estudos, que examinam a relação entre recursos pessoais e satisfação

como fator de obtenção de bem-estar psicológico e adaptação sociopsicológica (IDOBÁEVA, 2011; KARAPETIAN, 2018; KULIK; NAUMOVA, 2021). Esses parâmetros são assumidos para determinar a atividade de um sujeito no processo educativo e a formação de peculiaridades de adaptação sociopsicológica.

Diante disso, torna-se importante examinar essas variáveis e revelar as relações entre elas como componentes da adaptação sociopsicológica em relação à satisfação com a escolha da direção do treinamento físico geral dos alunos no contexto das atividades de educação física.

A adaptação sociopsicológica dos alunos ao processo de formação em tal ambiente educacional será mais bem-sucedida se as necessidades e interesses dos indivíduos no contexto dessa escolha forem levados em consideração de acordo com as características sociopsicológicas da adaptação. Isso permitirá uma descoberta mais completa da individualidade de cada aluno no contexto de uma "sobrescolha", na qual a diversidade de interesses precisa se tornar um mecanismo para a realização do potencial pessoal.

A variabilidade de interesses e habilidades é considerada na literatura científica estrangeira (ARAKI, 2018; COLANGELO; MADEIRA, 2015a, 2015b; VERDE, 2006). Esse termo é considerado e denotado como "multipotencialidade", ou seja, a posse de várias ou mesmo muitas oportunidades para desenvolver competências nas condições da chamada "sobrescolha" (ARAKI, 2018; COLANGELO; MADEIRA, 2015a, 2015b; VERDE, 2006). Indivíduos com mais recursos internos terão mais sucesso na afirmação de sua identidade (EXTREMERA; REY, 2016; GREEN, 2006), e, portanto, mais bem sucedido na adaptação a um determinado ambiente.

Esse conceito também é considerado como a variedade de aptidões, interesses, oportunidades, habilidades da pessoa nas condições de uma "sobrescolha", onde a multipotencialidade (versatilidade) está conectada com a escolha de uma esfera de atividade (KARAPETIAN, 2018; KRYSKO, 2001). Nesse caso, com a escolha dos alunos da direção da cultura física e do treinamento esportivo nas condições do processo educacional e formativo.

## Métodos

O problema da adaptação sociopsicológica dos alunos é explorado no presente estudo na amostra de alunos do 1º ao 3º ano da Universidade Industrial de Tyumen em todas as direções e perfis de formação. A amostra é composta por 250 alunos que frequentam aulas de educação física e tiveram a escolha entre as direções do treinamento físico: aeróbica, vôlei, basquete, natação e atletismo. A orientação da escolha baseia-se na presença de um certo apego ou preferência por uma ou outra opção, aprendendo coisas novas; a formação de uma atitude positiva em relação às atividades inovadoras; obter satisfação a partir da realização de suas habilidades na resolução de problemas educacionais e de treinamento.

Nesse contexto, acreditamos, o grau de satisfação com a própria escolha é o fator mais crítico que define o conforto emocional ou o desconforto de um aluno e sua trajetória de autodesenvolvimento individual.

Assume-se que a escolha de uma ou outra direção do treinamento físico geral deve garantir não a adaptação passiva de um indivíduo ao processo de educação e treinamento, mas sua interação ativa com o ambiente educacional. Isso determinará a eficácia da adaptação sociopsicológica no processo de treinamento e a realização adicional do potencial pessoal individual.

A adaptação sociopsicológica é examinada no estudo utilizando o Teste de Ajuste Pessoal de C. Rogers e R. Dymond. O método inclui seis subescalas: 1) autoaceitação – não autoaceitação; 2) aceitação dos outros – não aceitação dos outros; 3) conforto emocional – desconforto; 4) interioridade – externalidade (lôcus de controle); 5) desejo de dominar – submissão; 6) escapismo (escapar dos problemas) (CHINYU MOZGI I MEBEL', 1970).

O método descrito visa o diagnóstico de um conjunto de fenômenos psicológicos que acompanham a adaptação sociopsicológica. O objetivo é utilizar os resultados dos diagnósticos no aconselhamento psicológico e corrigir as características de adaptação sociopsicológica da pessoa na realização de seu potencial de qualidades sociopsicológicas positivas.

O questionário é composto por 78 afirmações a serem comparadas com a imagem de "Eu" e as atividades no processo de treinamento nas aulas de Educação Física. Os respondentes são obrigados a escolher a opção de resposta mais adequada para cada afirmação. As declarações apresentam informações sobre uma pessoa, estilo de vida e estilo de comportamento. Os pontos da escala são numerados de 0 a 6, onde "0" – Não se aplica a mim; "1" – Isso não é típico de mim na maioria dos casos; "2" – Duvido que isso possa ser atribuído a mim; "3" – Hesito em atribuir isso a mim mesmo; "4" – Isso parece comigo, mas não tenho

certeza; "5" – Isso parece comigo; "6" – Isso é definitivamente sobre mim. De acordo com a chave, os escores de cada indicador são somados e correlacionados com os valores normativos (CHINYU MOZGI I MEBEL', 1970).

A satisfação dos alunos com a escolha da direção do treinamento físico geral (GPT) é avaliada por meio da escolha de uma das opções de resposta: 1) altamente satisfeito com a direção escolhida do treinamento físico geral; 2) bastante satisfeito; 3) bastante insatisfeito; 4) insatisfeito; 5) difícil de responder.

### **Resultados e discussão**

De acordo com a avaliação realizada, a parcela de alunos altamente satisfeitos com sua escolha é de 35,2%, os que estão satisfeitos 20,1%, os completamente insatisfeitos são 5,7% dos alunos e 4,2% não souberam dar resposta.

A análise realizada revela correlações positivas estatisticamente significativas entre a satisfação com a escolha da direção do treinamento físico geral e as características de adaptação sociopsicológica em alunos do 1º-3º ano em todas as direções e perfis de treinamento.

As mais significativas são as relações positivas entre satisfação com a direção escolhida do treinamento físico geral (altamente satisfeito e bastante satisfeito) com autoaceitação, conforto emocional e interioridade no processo de treinamento ( $p \leq 0,001$ ). Isso se aplica a todos os alunos, independentemente do ano de estudo. De acordo com os resultados obtidos, quanto maior a satisfação dos alunos com sua escolha, maior o grau de seu conforto emocional, especificamente, os alunos satisfeitos estão confiantes de que fizeram a escolha certa. Assim, pode-se argumentar que esses alunos têm uma atitude emocional positiva em relação à realidade no processo de formação.

A ligação descoberta entre satisfação e autoaceitação sugere que maior satisfação com a escolha feita corresponde a maior autoestima, esses alunos estão mais confiantes em si mesmos e em suas habilidades e satisfeitos com suas características pessoais que se manifestam no processo de treinamento. A relação positiva entre satisfação e locus de controle (no caso, interioridade) mostra que, quanto mais satisfeitos, os indivíduos assumem a responsabilidade pelas ações que ocorrem.

Relações estatisticamente confiáveis também são encontradas entre a satisfação dos alunos com a direção escolhida do treinamento físico geral e sua aceitação dos outros e desejo de dominar ( $p \leq 0,05$ ). Os alunos completamente satisfeitos com sua escolha estão prontos para

aceitar os outros como eles são, com todos os seus aspectos positivos e negativos. Esses alunos também mostram prontidão para serem dominantes, assumirem o papel de líder.

Os alunos que não estão totalmente satisfeitos com a escolha da direção do treinamento físico geral também demonstram prontidão para aceitar os outros com suas peculiaridades e defeitos. A análise revela uma correlação positiva ( $p \leq 0,05$ ). Os resultados obtidos mostram que os alunos menos satisfeitos com sua escolha estão menos frequentemente prontos para aceitar outras pessoas com todos os seus méritos e falhas em comparação com os plenamente satisfeitos. No entanto, a insatisfação não mostra uma correlação significativa com a aceitação de outras pessoas.

Descobriu-se uma correlação significativa entre insatisfação e escapismo ( $p \leq 0,05$ ). Esse resultado indica que valores mais elevados na primeira variável correspondem ao desejo de uma pessoa de fugir de seus problemas (escapismo). Alunos satisfeitos não mostram tal relação.

Os resultados obtidos estão apresentados na Tabela 1.

**Tabela 1** – Correlação entre a satisfação dos alunos com a escolha da direção do GPT e as características de sua adaptação sociopsicológica

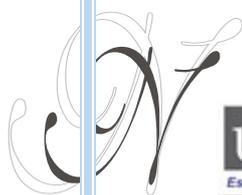
Problemas de adaptação	Grau de satisfação com a direção escolhida do GPT				
	Altamente satisfeito com a escolha	Bastante satisfeito com a escolha	Bastante insatisfeito com a escolha	Insatisfeito com a escolha	Difícil de responder
Autoaceitação	0.31***	0.28***			
Conforto emocional	0.28***	0.27***			
Interioridade	0.27***	0.25***			
Desejo de dominar	0.16*	0.15*			
Aceitação dos outros	0.15*	0.15*	0.15*		
Escapismo			0.15*	0.15*	0.15*

A tabela mostra apenas coeficientes de correlação estatisticamente significativos:

\* –  $p < 0.05$ ; \*\* –  $p < 0.01$ ; –  $p < 0.001$

Fonte: Elaborado pelos autores

O estudo indica que a autoaceitação, o conforto emocional e o lócus interno de causalidade no processo de treinamento correlacionam-se positivamente com a satisfação com a escolha feita, neste caso, da direção do treinamento físico geral (aeróbica, vôlei, basquete, natação ou atletismo). Esta associação é encontrada para ser bastante forte. Maior satisfação está ligada a uma maior autoaceitação, conforto emocional e lócus interno de causalidade. Isso sugere que os alunos que estão satisfeitos com sua escolha se aceitem como são, experimentem conforto emocional com mais frequência, tentem ter a situação sob seu controle (lócus interno



de controle) e aceitem outras pessoas com todos os seus méritos e falhas. Além disso, quanto maior a satisfação, maiores são esses indicadores. Esses alunos avaliam os pontos fortes e fracos dos outros e de si mesmos de forma mais objetiva e realista. Assim, permite que a pessoa sinta conforto emocional de suas ações e do processo de controle interno sobre a situação. Como resultado, a atividade de treinamento é mais satisfatória. Eles confiam mais em seu controle interno (locus interno de controle) em situações de treinamento e, mais frequentemente, assumem a responsabilidade pelo que acontece. Esses alunos aceitam a situação em questão e analisam suas ações de acordo com suas características, habilidades e competências individuais, o que promove ainda mais o conforto emocional e o aumenta. À medida que sua satisfação com a situação e sua decisão cresce, eles mais frequentemente têm o desejo de dominar e tomar a iniciativa de "controlar a situação a partir de dentro". Não é da sua natureza evitar o problema.

Os alunos que estão insatisfeitos com sua escolha e aqueles que tiveram dificuldade em responder à pergunta, ao contrário, são mais propensos a fugir de seus problemas (escapismo). Os resultados do estudo revelam uma correlação positiva entre insatisfação e escapismo. Os alunos que estão satisfeitos com sua decisão não mostram tal ligação entre as variáveis. Acreditamos que esse achado está associado ao fato de que a insatisfação com a escolha e, conseqüentemente, possivelmente a situação geral do treinamento leva os alunos a evitar seus problemas em vez de resolvê-los. Parece que essa estratégia de comportamento pode servir como uma espécie de mecanismo de defesa expresso em ignorar e escapar de situações desagradáveis e conflituosas para minimizar a tensão emocional emergente. A tendência de evitar problemas e situações de conflito encontrada naqueles que estão insatisfeitos com sua escolha provavelmente também está relacionada ao fato de não quererem provocar um aumento ainda maior de conflitos que causem desconforto. É por isso que eles não estão prontos para a dominação e o controle interno, enquanto a evitação muitas vezes adquire o caráter de "sair" em vez de "resolver". Vale a pena pontuar que eles são mais propensos a "ignorar" problemas em vez de resolvê-los.



## Conclusão

A análise realizada das características da adaptação sociopsicológica dos alunos como resultado de sua escolha de uma determinada direção do treinamento físico geral no processo de educação e treinamento nos permite tirar as seguintes conclusões:

1) A satisfação com a própria escolha, ou seja, a escolha de uma determinada direção de treinamento físico geral, é expressa por 60% dos alunos pesquisados. Esse parâmetro tem forte correlação positiva com a autoaceitação, o conforto emocional e o locus de controle interno dos alunos. Isso indica que uma maior satisfação com a escolha no processo de treinamento implica maior locus interno de controle, autoaceitação e conforto emocional. Esses alunos demonstram alta autoaceitação, estão prontos para o autocontrole e, mais frequentemente, experimentam conforto emocional de si mesmos, de suas atividades e de outras pessoas. Maior satisfação também está associada ao desejo de dominar e aceitação de outras pessoas. Embora essa relação seja menos pronunciada, ela está presente e indica que os alunos mais satisfeitos tendem a preferir o papel do líder nos relacionamentos, ao mesmo tempo em que aceitam as outras pessoas como elas são.

2) A insatisfação com a escolha de alguém se correlaciona com o escapismo. Esse achado sugere que a maior insatisfação na maioria das vezes leva os alunos a ignorar seus problemas em vez de resolvê-los. Esses alunos não se esforçam para dominar e, na maioria das vezes, não têm o locus interno de controle. Na maioria dos casos, eles não estão prontos para assumir a responsabilidade e aceitar a si mesmos, a situação e os outros como estão. Assim, eles muitas vezes não reconhecem suas próprias habilidades e necessidades e não podem avaliá-las realisticamente, o que, por sua vez, afeta seu nível de satisfação.

De modo geral, os achados delineiam certas características específicas da adaptação sociopsicológica dos alunos no processo de formação nas condições de um "excesso de escolha". Os alunos que estão satisfeitos com sua decisão e escolha da direção do treinamento físico geral, a nosso ver, passam pelo processo de adaptação sociopsicológica com mais facilidade.

A presença de multipotencialidade e diversidade de escolhas (aeróbica, natação, atletismo, voleibol, basquetebol) deve centrar-se na concretização do potencial individual-pessoal dos alunos e na sua posterior realização. Por fim, a adaptação sociopsicológica e a escolha da direção do treinamento físico devem ser conscientizadas através da avaliação de certos componentes sociopsicológicos sistêmicos para que os alunos possam entender melhor suas características individuais e obter aconselhamento adequado.

## REFERÊNCIAS

ANDREEVA, G. M. **Sotsialnaia psikhologiiia**. Moscow: Aspekt-Press, 2009. 362 p.

ARAKI, M. E. Polymathy: A new outlook. **Journal of Genius and Eminence**, v. 3, n. 1, p. 66-82, 2018.

CHERNOBROVKINA, C. V.; GRUSHKO, N. V. Lichnostnye i motivatsionnye faktory sotsialno-psikhologicheskoi adaptatsii studentov vuza s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorovia. **Herald of Omsk University. Series "Psychology"**, n. 3, p. 39-51, 2017.

CHINYU MOZGI I MEBEL'. Oleg Gennadievich Matveev-Gendrikson, family psychologist and restorer. Oprosnik sotsialno-psikhologicheskoi adaptatsii R. Daimonda - K. Rozhdersa. 1970. Available in: <http://smogendrr.ru/simplepsy/oproshnik-sotsialno-psihologicheskoy-adaptatsii-r-dajmonda-k-rodzhersa>. Access: 8 Oct. 2021.

COLANGELO, N.; WOOD, S. Counseling the gifted: Past, present, and future directions. **Journal of Counsel and Development**, v. 93, n. 2, p. 133-142, 2015a.

COLANGELO, N.; WOOD, S. Introduction to the special section: Counseling the gifted individual. **Journal of Counsel and Development**, v. 93, n. 2, p. 131-132, 2015b.

DAVYDOV, V. V. **Vidy obobshcheniia v obuchenii**: Logiko-psikhologicheskie problemy postroeniia uchebnykh predmetov. 2. ed. Moscow: Aspekt-Press; Psychology Institute of the Russian Academy of Education, 2000. 478 p.

EXTREMERA, N.; REY, L. Ability emotional intelligence and life satisfaction: Positive and negative affect as mediators. **Journal of Personality and Individual Differences**, v. 102, p. 98-101, 2016.

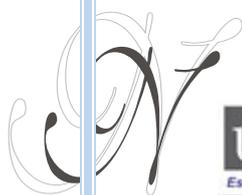
GREEN, M.J. Helping build lives: Career and life development of gifted and talented students. **Journal of Professional School Counseling**, v. 1, n. 10, p. 34-42, 2006.

IAKOVLEVA, T. N. Mnenie studencheskoi molodezhi ob udovletvorennosti professionalnym vyborom i kachestvom obucheniia v vuze. *In*: MURZINA, Z. V.; NIKOLAEVA, G. V.; RUSSKOV, S. P. (Eds.). **Proceedings of the International Scientific-Practical Conference "Sovremennye tendentsii razvitiia sistemy obrazovaniia"**. Cheboksary: Publishing House Sreda, 2018. p. 218-223.

IDOBAEVA, O. A. K postroeniui modeli issledovaniia psikhologicheskogo blagopoluchiia lichnosti: psikhologo-razvitiinyi i psikhologo-pedagogicheskii aspekty. **Tomsk State University Journal**, n. 351, p. 128-133, 2011.

KARAPETIAN, L. V. Prediktory emotsionalno-lichnostnogo blagopoluchiia. Chast 1: internalnye pozitivnye prediktory [Predictors of emotional and personal well-being. Part 1: internal positive predictors]. **Izvestia. Ural Federal University Journal. Series 1: Problems of Education, Science and Culture**, n. 2, p. 65-73, 2018.

KRYSKO, V. G. **Sotsialnaia psikhologiiia**: Skhemy i kommentarii. Moscow: VLADOSPRESS, 2001. 208 p.



KULIK, A. A.; AKIMOVA, A. A. Subektivnoe blagopoluchie molodezhi (na primere studentov pervykh i vypusknykh kursov). **Scholarly Notes of Transbaikal State University**, v. 2, n. 11, p. 170-182, 2016.

KULIK, A. A.; NAUMOVA, V. A. Vzaimosviaz psikhologicheskogo blagopoluchii i lichnostnykh resursov na raznykh vozrastnykh etapakh. **Human Capital**, v. 6, n. 150, p. 103-113, 2021.

LIU, Y.; WANG, Z.; LÜ, W. Resilience and affect balance as mediators between trait emotional intelligence and life satisfaction. **Journal of Personality and Individual Differences**, v. 7, n. 54, p. 850-855, 2013.

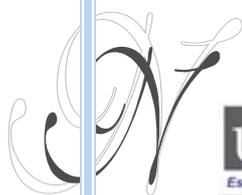
SHEINOV, V. P. Sviaz emotsionalnogo intellekta, lokusa kontrolya i udovletvorennosti zhizniu. **Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and Economic Psychology**, v. 5, n. 4, p. 155-170, 2020.

TIURINA, N. V. Poniatie adaptatsii sovremennoi psikhologii. **Vestnik of Astrakhan State Technical University**, n. 5, p. 152-157, 2007.

TKACHENKO, N. N. Sotsialno-psikhologicheskaya adaptatsiya studentov v obrazovatelnoi srede raznogo tipa. **Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology**, v. 7, n. 4, p. 358-360, 2018.

ZEER, E. F. Modernizatsiya professionalno-pedagogicheskogo obrazovaniia: Innovatsionnyi aspekt. **Education and Science**, n. 6, p. 44-54, 2006.





### Como referenciar este artigo

BABINA, A.; BEREZUEV, E.; ARTAMONOVA, M.; UTUSIKOV, S. Socio-psychological adaptation of students when choosing the direction of general physical training in the educational and training process. **Nuances Est. Sobre Educ.**, Presidente Prudente, v. 33, n. 00, e022025, 2022. e-ISSN: 2236-0441. DOI: <https://doi.org/10.32930/nuances.v33i00.9747>

**Submetido:** 10/08/2022

**Revisões requeridas:** 16/09/2022

**Aprovado:** 23/11/2022

**Publicado:** 20/12/2022

**Processamento e publicação pela Editora Ibero-Americana de Educação.**  
Correção, formatação, padronização e tradução.

