

УДК 159.923.2

## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВИПУСКНИКІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Яковицька Л.С., к. психол. н.,  
доцент кафедри психології

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

У статті наведено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку показників соціально-психологічної адаптації та життєстійкості особистості. Життєстійкість розглянуто як важливу складову соціально-психологічної адаптації студентів-випускників до сучасного ринку праці. Також висвітлено особливості такої адаптації за гендерною ознакою, що яскраво проявляються у специфіці поведінки чоловіків і жінок, у їх індивідуальному ставленні до діяльності, до умов і змісту праці, у сприйнятті соціальних норм і вимог.

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, життєстійкість, емоційний комфорт, зовнішній і внутрішній контроль, прийняття ризику, гендерні особливості.

В статье описаны результаты эмпирического исследования взаимосвязи показателей социально-психологической адаптации и жизнестойкости личности. Жизнестойкость рассмотрена как важная составляющая социально-психологической адаптации студентов-выпускников к современному рынку труда. Также описаны гендерные особенности социально-психологической адаптации, которые проявляются в специфике поведения юношей и девушек, в индивидуальном отношении к деятельности, к условиям и содержанию труда, в восприятии социальных норм и требований.

**Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, жизнестойкость, эмоциональный комфорт, внешний и внутренний контроль, принятие риска, гендерные особенности.

### Yakovytska L.S. GENDER FEATURES OF SOCIAL PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF UNIVERSITY GRADUATES

In the article we describe the results of empiric research of intercommunication of indexes of social psychological adaptation and personality viability. Viability was considered as an important constituent of social psychological adaptation of graduating students to the modern labor-market. Moreover, there were clarified the features of men and women social psychological adaptation, which appear in their behavior's specificity, individual relation to activity, attitude to conditions and labor content, and in perception of social norms and requirements.

**Key words:** social psychological adaptation, viability, emotional comfort, external and internal control, risk acceptance.

**Постановка проблеми.** Соціально-психологічна адаптація – це складний, багатогранний процес, у якому беруть участь і сам індивід, і спільнота як елемент середовища його життєдіяльності. У процесі соціально-психологічної адаптації формуються деякі специфічні соціально значущі якості особистості, які є необхідною умовою успішної самореалізації на ринку праці. У цьому випадку відбувається пристосування до вимог ринку праці, пов'язаних із включенням нового пошукача в загальний ритм, з узгодженням своїх трудових очікувань із вимогами інших гравців; зі встановленням необхідного психологічного контакту та взаєморозуміння; з виробленням нового трудового стереотипу особистості, що зумовлений її входженням у нову сферу професійної діяльності; із засвоєнням норм і цінностей цієї діяльності та професійної групи, що нею займається; із подоланням протиріч між очікуваннями особистості, її професійними якостями, з одного боку,

та характером реальних вимог, конкретними умовами праці, щоденною практикою, з іншого.

Питання соціально-психологічної адаптації особистості є актуальним для кожного етапу її розвитку, особливо важливим воно є в умовах стрімких змін на ринку праці. Рівень соціально-психологічної адаптації є індикатором ступеня соціалізації людини, показником розвитку її соціальних здібностей і спроможності зайняти власне місце у системі соціальних, зокрема професійних, взаємовідносин. Однією із задач цього віку є потреба пристосування до умов ринку праці, їх прийняття та відповідне позиціонування себе.

Особливості соціально-психологічної адаптації яскраво виявляються у специфіці поведінки чоловіків і жінок: в індивідуальному режимі діяльності, у відношенні до умов і змісту праці, в реагуванні на керівництво, у сприйнятті соціальних норм і вимог тощо. Одні й ті самі особистісні та соціаль-



но-психологічні умови й інші фактори адаптації не будуть однаково трактуватись дівчатами та юнаками і не призведуть до рівних результатів діяльності. Тому для нас важливо визначити гендерні відмінності соціально-психологічної адаптації.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблема адаптації особистості є полідисциплінарною, вона розглядається сучасними науковцями в багатьох аспектах: у соціокультурному та філософському (П. Анохін, Ю. Ган, С. Кінелев, Г. Царегородцев, Л. Шпак); психологічному (Б. Ананьев, Г. Балл, О. Бодальов, Л. Виготський, О. Киричук, О. Леонтьев); соціологічному (О. Алексеєва, В. Верещагін, Є. Вітенберг, І. Калайков, С. Степанова).

Питанню адаптації студентів в умовах вищих навчальних закладів (далі – ВНЗ) приділяється також значна увага, але в більшості робіт розглядається процес адаптації студентів до навчання (праці Т. Алексеєвої, Ю. Бохонкової, Н. Герасимової, В. Демченко, О. Кузнецової, Л. Литвинової, Я. Синиці, І. Соколової) та майбутньої професії (В. Казміренко). У нашому дослідженні ми зосереджуємось на питанні соціально-психологічної адаптації випускників ВНЗ до ринку праці.

**Постановка завдання.** Отже, завданням нашого дослідження є емпіричне вивчення взаємозв'язку показників соціально-психологічної адаптації і життєстійкості особи.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для оцінки рівня соціально-психологічної адаптації випускників ВНЗ ми використали методику дослідження соціально-психологічної адаптації (СПА), запропоновану К. Роджерсом і Р. Даймонд. Вона предметно орієнтована на вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації та пов'язаних із нею рис особистості. В основу методики покладено уявлення про адаптацію як про безперервний процес активного пристосування людини до постійно мінливих умов соціального середовища та професійної діяльності.

У якості діагностичного інструментарію методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонд вирізняється високою здатністю диференціювати як стани адаптації-дезадаптації, так і особливості оцінки власного «Я», про взаємодію з оточуючими.

Серед 103 респондентів, які взяли участь в емпіричному дослідженні, – 48 (46,6%) осіб жіночої статі та 55 (53,4%) осіб чоловічої статі. Всі вони є студентами ІV курсу Ужгородського національного університету.

Загальний аналіз емпіричного матеріалу за цією методикою показав, що високий рівень адаптованості мають 97% юнаків і 62% дівчат, для інших властивим є нормальний рівень.

У шкалі «Прийняття-неприйняття себе», яку К. Роджерс пояснює як бажання бути тим, ким ти є; існувати у всій повноті, як унікальна людська істота; уникати неухильного виконання директиви «повинен» та безумовної відповідності очікуванням; вірити в себе та довіряти собі; ставитися до себе позитивно [1, с. 218], показники прийняття достатньо близькі для обох груп. Нормальний рівень прийняття у 33% юнаків і 46% дівчат, інші характеризуються високим рівнем. Тобто респонденти обох груп із великою довірою ставляться до себе, власних дій, вважають свою особистість цілісною та унікальною. Тому в діяльності та спілкуванні сучасна молодь має менше самообмежень, не завжди намагається справджувати очікування оточуючих, а діє згідно з власними намірами, що відповідають як зовнішньому, так і внутрішньому критеріям соціально-психологічної адаптації. Показники неприйняття себе мають гендерні відмінності: нормальний рівень у 100% дівчат і 60% юнаків, інші молоді чоловіки мають рівень неприйняття нижчий за норму і характеризуються позитивним самоставленням, здатністю виділяти у власній особистості значну кількість переваг, порівняно з недоліками. Такі особи часто зберігають позитивне самоприйняття та самоповагу, незважаючи на результати діяльності та вплив зовнішніх факторів. Відносно низькі показники неприйняття себе серед юнаків можна пояснити незадоволеністю їх теперішнім статусом у соціумі. Юнаки усвідомлюють низьку значущість своєї діяльності та професійну неефективність. Незадоволені собою, результатами власних дій, вони не бачать перспективи професійного успіху. Обидві групи показали високий рівень прийняття інших; і у групі дівчат, і у групі юнаків усі респонденти виявляють безумовне поважливе та прихильне ставлення до партнерів зі спілкування.

Показники емоційного комфорту спрямовані на оцінку таких станів, як упевненість, спокій, зручність, коли особистість усім задоволена, оптимістична, відкрито висловлює свої почуття, вільна від почуттів страху та тривоги. Респонденти обох груп мають високий рівень емоційного комфорту: такий стан суб'єктивного, внутрішнього благополуччя забезпечує оптимальні можливості для ефективної взаємодії з іншими у процесі пошуку роботи, дозволяє вільно реалізовувати свої індивідуальні ресурси.

Певні відмінності були у сприйнятті емоційного дискомфорту, дівчата рідше переживають емоційний дискомфорт, у 31% досліджуваних такі переживання є нижчими за норму. Значні відмінності дівоча група показала і щодо внутрішнього контролю, який є вищим за норму у 58% опитаних і у 10% юнаків відповідно.

Таким чином, і дівчата, і юнаки мають достатньо високий рівень суб'єктивного контролю щодо власного життя та оцінюють свої надбання і негаразди як результат власних дій. Вважають, що вони здатні та зобов'язані керувати змінами, відчувають власну відповідальність за те, як складається їх життя в цілому, сподіваються досягти свої цілі у процесі життєдіяльності.

Показники за шкалами домінування, підлеглості вказують на прийнятність або неприйнятність для особи контролю та можливого психологічного тиску зі сторони її безпосереднього керівника або референтної групи, наявність або відсутність орієнтації на підкорення або опір керівникові, виробничої групи під час виконання будь-якої роботи. Ступінь підлеглості у юнаків вищий, ніж у дівчат. Бажання домінувати, навпаки, вище у дівчат.

Також ми вивчали соціально-психологічні компоненти життєстійкості учасників дослідження за допомогою короткої версії тесту життєстійкості (В. Олефір, М. Кузнецов, А. Павлова). Саме життєстійкість ми вважаємо важливою складовою соціально-психологічної адаптації студентів-випускників, адже вона впливає на оцінку людиною ситуації, підвищує її готовність активно діяти, саме ці характеристики важливі для людини, яка невдовзі буде шукати своє місце на ринку праці. Таким чином, стресові обставини будуть сприйматись нею як підконтрольні й тим самим стимулюватимуть діяльність і власний розвиток.

За даною методикою, життєстійкість являє собою систему переконань щодо себе, світу та стосунків із ним і включає три порівняно автономних компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Вираженість цих компонентів і загального рівня життєстійкості перешкоджають виникненню внутрішньої напруги у складних ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів і сприйняття їх як менш значимих. Таким чином, *низький рівень* загальної життєстійкості характеризує особу, якій важко звикати до нових життєвих умов, яка сильно переживає непередбачувані події. *Середній рівень* загальної життєстійкості свідчить про достатній рівень саморегуляції для сприйняття типових повсякденних ситуацій. Високий рівень забезпечує стійкість не

тільки в типових життєвих ситуаціях, а і в деяких форс-мажорних.

Загальний аналіз емпіричного матеріалу (за методикою В. Олефір, М. Кузнецова, А. Павлової) показав гендерні відмінності за шкалою залученості. В основі компоненту залученості лежить твердження про те, що найбільша вірогідність отримати в житті цікавий і корисний досвід – у людей, які максимально включені в життєвий процес.

*Високий рівень* залученості характерний для тих, хто вважає, що світ та життя великодушні до них, і хто отримує задоволення від власної діяльності. Цей компонент розглядається як прийняття людиною безумовних зобов'язань, що ведуть до ідентифікації себе з наміром виконати дію та з її результатом. Іншими словами, це смислова і цільова тенденція повністю віддаватись власній справі. Зацікавленість у тому що відбувається навколо, у межах норми показали 90% юнаків і 62% дівчат, решта мають рівень нижче норми. *Низький рівень* залученості дає відчуття себе «поза» життям. Тобто думки дівчат меншою мірою зайняті актуальною діяльністю.

Наступна шкала тесту вимірює здатність контролювати власні дії. Вона ілюструє переконання в тому, що власна активна діяльність може вплинути на результат того, що відбувається.

Контроль – тенденція думати і чинити так, ніби існує реальна можливість змінювати хід подій. Це якість, яка мотивує до пошуку шляхів впливу на результати кризових змін, на протидію впадання у стан безпорадності та пасивності. Здатність у будь-якій ситуації бачити, як відкриваються шанси і перспективи, орієнтація на реалізацію можливостей, а не на боротьбу із загрозами, узагальнена особистісна позиція, вміння сприймати ситуацію цілком – усе це зумовлює сприйняття будь-якої складної, кризової події не як удару долі або впливу непередбачуваних сил, а як природного явища чи як результату дії інших. Особи з розвиненим компонентом контролю впевнені, що будь-яку важку ситуацію можна перетворити таким чином, що вона узгоджується із власними професійними та життєвими планами або виявиться в чомусь кориснішою.

Високий рівень аналізованого компоненту викликає відчуття контрольованості свого життя, впевненість у самостійності вибору життєвого шляху. Щодо цього дівчата, як і в попередній методиці, показали кращий результат. Усі 100% представниць жіночої статі контролюють свої дії в межах норми, у 30% юнаків цей показник нижче норми. Низький рівень контролю передуду-





сім викликає відчуття безпорадності, неспроможність розв'язувати навіть власні завдання.

Шкала прийняття ризику оцінює здатність особистості сприймати життя як спосіб отримання досвіду. Прийняття ризикованих дій особою стимулює діяльність навіть за відсутності надійних гарантій успіху. Низький рівень цього компоненту характеризує прагнення особистості до комфорту та безпеки. Високий рівень прийняття ризику свідчить про впевненість людини в тому, що все, що з нею трапляється, сприяє розвитку за рахунок отриманого досвіду, незважаючи на те, позитивний він чи негативний; в тому, що життю властиво змінюватись, і це стимулює прогрес та особистісний розвиток. Небезпека сприймається як складне завдання, що знаменує собою черговий поворот мінливого життя, спонукає людину до безперервного росту.

Реакція на виклик проявляється, у першу чергу, в тому, які питання ставить особа у складній, кризовій ситуації. Одні, зіткнувшись із серйозною професійною або життєвою проблемою, впадають у безрезультатну рефлексію, інші ж, опинившись у подібній ситуації, задаються питаннями, спрямованими на конструктивне рішення проблеми.

Щодо прийняття ризику, то у 8% дівчат цей показник нижче норми, що характеризує їх прагнення до особистого комфорту та безпеки. У 13% юнаків показники, навпаки, є вищими.

Життєстійкість є важливою особистісною передумовою ефективної діяльності. У результаті дослідження ми встановили, що в більшості випадків загальний показник життєстійкості студентів-випускників знаходиться в межах норми. Нижче норми цей показник у 8% дівчат і співпадає з низькими показниками за шкалою прийняття ризику, а також у 10% юнаків і позначений низькими показниками у шкалах залученості та контролю.

Психологічна практика доводить, що якість життєдіяльності визначається, насамперед, змістом питань, які ставить перед собою людина. Особа, яка в складній ситуації піднімає «правильні» питання, отримує на них і «правильні» відповіді, що ведуть до прийняття «правильного» рішення.

Ці дані свідчать про достатню працездатність досліджуваних, про їх вміння знаходити шляхи розв'язання нагальних задач. Такі особи здебільшого задоволені власною життєдіяльністю, та, незважаючи на середній рівень розвитку компонентів життєстійкості, відчувають свою значущість і бажання знайти гідну роботу.

Для додаткового обґрунтування висновків дослідження було здійснено математичну обробку первинних матеріалів.

Багатомірне кореляційне дослідження для перевірки гіпотези про зв'язок психологічних складових процесу адаптації дівчат показало, що існує значущий позитивний кореляційний зв'язок між інтегральними показниками адаптації та самосприйняття ( $r=0,57$ ), прийняття інших ( $r=0,69$ ), емоційним комфортом ( $r=0,85$ ), інтегральністю ( $r=0,77$ ). Значущий позитивний зв'язок є між інтегральним показником адаптації та життєстійкістю особистості ( $r=0,5$ ), залученістю до діяльності ( $r=0,52$ ). Негативний кореляційний зв'язок існує між показником адаптації і шкалою неприйняття інших ( $r=-0,87$ ), шкалою емоційного дискомфорту ( $r=-0,89$ ), зовнішнього контролю ( $r=-0,93$ ), ескапізмом ( $r=-0,56$ ). Тобто прийняття себе та інших, залученість до діяльності та її контрольованість, бажання розвиватись сприяють швидкій адаптації до мінливих умов. Неприйняття себе та інших, поганий настрій, заглибленість у власні переживання, бажання уникнути актуальних проблем негативно впливають на здатність до адаптації.

Аналіз зв'язку інтегральних показників процесу адаптації юнаків показав значущий кореляційний зв'язок між показником адаптації та інтегральними показниками самосприйняття ( $r=0,78$ ), емоційним комфортом ( $r=0,67$ ), інтегральністю ( $r=0,61$ ). На рівні статистичної тенденції простежується зв'язок між показником адаптації і життєстійкістю ( $r=0,23$ ), інтегральним показником прийняття інших ( $r=0,24$ ). Негативний кореляційний зв'язок існує між коефіцієнтом адаптації та ескапізмом ( $r=-0,56$ ), шкалою емоційного дискомфорту ( $r=-0,75$ ), спрямованістю особи на себе ( $r=-0,5$ ). У вибірці юнаків, на відміну від дівчат, не було встановлено позитивного співвідношення між ступенем соціально-психологічної адаптації та залученістю до діяльності, зв'язок з інтегральним показником прийняття інших значно слабший, а до окремих показників прийняття і неприйняття інших він є взагалі від'ємним. Тобто адаптація юнаків не так тісно, як у дівчат, пов'язана зі специфікою оточення, їм притаманна більша закритість і інтровертованість. Частково це підтверджується тим, що у юнаків не простежується зв'язок між пристосуванням та намірами пізнавати себе.

Порівнюючи інтегральні показники адаптації дівчат і юнаків, бачимо, що дівчата більш толерантно ставляться до оточуючих, вони начебто мають певний ресурс для розуміння і прийняття світогляду інших,

тобто є більш гнучкими щодо взаємодії з іншими. Частково цей висновок підтверджує і збільшення позитивного зв'язку між коефіцієнтом адаптації та залученістю до діяльності ( $r=0,52$ ). В обох вибірках бачимо значимість спрямованості особистості на діяльність для успішної соціально-психологічної адаптації і негативний вплив на неї зосередженості на власному «Я».

Цікавим вважаємо і той факт, що намагання уникнути проблем (ескапізм) не дає позитивної кореляції не лише нашому процесу адаптації, а й не додає відчуття емоційного комфорту ( $r=-0,52$ ) як дівчатам, так і юнакам, позитивно корелюючи при цьому із спрямованістю на себе. Також стосунки «домінування – підлеглості» не дають позитивного зв'язку зі ступенем адаптації (як для дівочої вибірки, так і для чоловічої).

Якісний і кореляційний аналіз отриманих емпіричних даних показав різницю, яка існує щодо психологічних складових соціально-психологічної адаптації у дівчат і юнаків. Для виявлення значущих відмінностей у показниках нами було застосовано t-критерій Стьюдента і тест Левене. Останній у цих розрахунках не має самостійного значення, а використовується в якості попереднього (допоміжного) тесту під час перевірки однорідності двох вибірок за допомогою t-тесту Стьюдента. Значущі відмінності були встановлені для показників емоційного комфорту ( $p=0,023$ ) і дискомфорту ( $p=0,048$ ), ступеня внутрішнього контролю ( $p=0,006$ ), прагнення домінувати ( $p=0,05$ ), прийняття ризику ( $p=0,039$ ). Але для показника ступеня внутрішнього контролю однорідність вибірки не була підтверджена тестом Левене ( $p<0,05$ ).

Для забезпечення достовірності отриманих даних за цими показниками нами було застосовано непараметричний критерій Манна-Уїтні. Непараметричні методи супроводжують дослідження у психології та педагогіці, оскільки вони є набагато функціональнішими, адже взагалі не пов'язують аналіз із будь-яким законом розподілу, проте дозволяють вирішити деякі важливі завдання: виявлення відмінностей у рівні досліджуваної ознаки, оцінка зсуву значень досліджуваної ознаки, виявлення відмінностей в розподілах за ознакою. Підрахунки за критерієм Манна-Уїтні підтвердили надійність отриманих результатів.

Дослідження показало, що дівчата щодо життєдіяльності відчують більший дискомфорт, ніж юнаки, звідси й інтегральний показник емоційного комфорту, який у чоловічій вибірці більший, ніж серед дівчат. Ступінь внутрішнього контролю значно вищий у дівчат і виходить за межі запропонованої в методиці норми, також у представниць жіночої статі вищими є прагнення домінувати і прийняття ризику. Цей факт можна пояснити тим, що шкала прийняття ризику в методиці пояснюється як впевненість у тому, що все те, що відбувається, сприяє розвитку особистості завдяки знанням, здобутим із досвіду.

**Висновки з проведеного дослідження.** Враховуючи вищезазначене, можемо констатувати, що в ході нашого дослідження було виявлено численні співвідношення між складовими життєстійкості особистості та чинниками соціально-психологічної адаптації. Проте найбільш значимі зв'язки існують саме між інтегральними показниками соціально-психологічної адаптації та прийняття себе й інших, емоційним сприйняттям ситуації, здатністю її контролювати як щодо внутрішніх, так і до зовнішніх складових, бажанням особистості встановлювати перед собою обґрунтовані завдання із самовдосконалення.

Здійснене дослідження не охоплює все коло актуальних питань, що стосуються проблеми вивчення соціально-психологічної адаптації випускників ВНЗ в умовах сучасного ринку праці. Перспективами подальшого дослідження можуть бути пошук гендерних та вікових особливостей у показниках життєстійкості, вивчення взаємозв'язків між рівнем соціально-психологічної адаптації та вибором способу ефективної поведінки щодо самореалізації особи у професійній сфері.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия / К. Роджерс; пер. с англ. В. Лях, А. Хомик. – М.; К.: Рефл-бук; Ваклер, 1997. – 320 с.
2. Яковицька Л. Досвід вивчення психологічних складових процесу соціальної адаптації / Л. Яковицька // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. – К.: 2006, Т. VIII, вип. 5. – С. 424 – 430.