

**ПРОЯВИ І ОСНОВНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ
АДАПТАЦІЇ/ДЕЗАДАПТАЦІЇ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ****FEATURES AND STRUCTURE OF PROFESSIONAL
ADAPTATION/DISADAPTATION OF STUDENTS**

У статті представлені прояви, тенденції та особистісні профілі професійної адаптації/дезадаптації студентів-психологів у процесі фахової підготовки у ВНЗ.

Ключові слова: професійна адаптація/дезадаптація, професійна адаптивність, професійна адаптованість, “стійкість/уразливість до професійної дезадаптації”, особистісні профілі.

In the article the psychological specific of structure of professional adaptation/nonadaptation is presented in future psychologists workers and importance of forming of professional adaptiveness and professional adapted of students-psychologists in the process of professional preparation in VNZ.

Key words: professional adaptation/nonadaptation, professional adaptiveness/nonadaptiveness”, “professional adapted/nonadapted”, “professional adaptive potential”, “firmness and “vulnerability to the nonadaptation”.

Постановка проблеми. Актуальність вивчення проблеми адаптації й подолання дезадаптації в умовах професійної діяльності зумовлюється стресогенністю ситуацій життєдіяльності людини, що виникають найчастіше у так званих допомагаючих професіях системи “людина-людина”. Виникнення специфічних адаптивних труднощів до різних форм професійної діяльності фахівців у галузі теорії та практики сучасної психології у різних професійних ситуаціях зумовлює необхідність дослідження проявів і основних тенденцій професійної адаптації/дезадаптації у студентів під час навчання у ВНЗ для створення шляхів і засобів попередження та подолання професійної дезадаптації майбутніх фахівців.

Потребою сьогодення є підвищення ефективності та якості професійної підготовки психолога-практика, що дозволяє підвищити рівень його адаптації, прогнозувати та упереджувати виникнення проблем професійної дезадаптації. Необхідно відмітити, що професійна дезадаптація психологів-практиків викликана активізацією деструктивно спрямованих чинників особистісного та соціального характеру, які здійснюють вплив на формування особистості та її психологічної готовності до професійної діяльності, спричиняють її труднощі та

проектують як очікувані, так і неочікувані проблемні ситуації. Актуальні проблеми підготовки психологів в системі вищої школи зумовили появу досить значної кількості досліджень професійно важливих якостей та психологічних механізмів, що полегшують професійну адаптацію входження у професію і вирішення професійних завдань (О. Ф. Бондаренко, Л. В. Долинська, О. Г. Солодухова, В. Г. Панок, Л. А. Петровська, Н. І. Пов'якель, Л. В. Уманець, Н. В. Чепелева, Н. Ф. Шевченко, Т. С. Яценко та ін.). Дослідженнями визначено актуальні психологічні проблеми адаптації студентів-психологів до умов навчання, успішність оволодіння програмою підготовки, деякі технологічні питання підготовки фахівців, пропонуються різні моделі структури особистості психолога, що підвищують рівень професійної адаптації, досліджуються умови особистісного розвитку психолога-практика [1; 2; 6; 7; 9; 10].

Розв'язання проблем професійної адаптації/дезадаптації у процесі підготовки психологів зумовили визначення основних вимог до змісту їх підготовки (В. Г. Панок); розробку концепції професійної підготовки психолога, визначення змісту понять “психологічна готовність психолога” та “професійна компетентність” (Н. В. Чепелева); психологічних передумов здатності до професії психолога, функцій і класів професійно-психологічних завдань психолога-практика та визначення основних характеристик його діяльності (Н. І. Пов'якель, Н. В. Чепелева); особливості розвитку особистості психолога-практика у процесі професійної підготовки (О. Ф. Бондаренко, І. С. Булах, Л. В. Долинська, П. В. Лушин, Н. І. Пов'якель, Яценко та ін.) [1; 2; 4; 6; 7; 9; 10].

Однак вирішення означених проблем перебуває поки що у стадії осмислення. Слід зазначити обмежену кількість досліджень, спрямованих безпосередньо на вивчення етапу професійної адаптації і виділення у ньому факторів, які спричиняють появу дезадаптації у професіях системи “людина-людина” і, зокрема, у професії психолог, орієнтований на вирішення практичних завдань – психолог-практик.

У цьому аспекті важливим стає наукове вивчення особливостей проявів професійної дезадаптації майбутнього психолога. У зв'язку з цим постає питання вивчення основних тенденцій професійної дезадаптації студентів-психологів та дослідження психологічних передумов прогнозування успішності професійної адаптації у майбутніх фахівців. На жаль, особливості проявів та основні тенденції професійної дезадаптації психологів саме в процесі фахової підготовки у ВНЗ, можливості її прогнозування практично не розглядалися ні як предмет психологічного дослідження, ні як необхідна технологічно важлива складова ефективної

професійної діяльності психолога-практика, що робить вивчення проблеми вкрай актуальною.

Метою даної статті є: розгляд проявів та основних тенденцій професійної адаптації/дезадаптації у студентів-психологів

Аналіз проблеми дослідження. Існує тенденція до обґрунтування феномену “дезадаптація” з основних позицій у його визначенні, зокрема, позицій якісного функціонування процесу адаптації та соціалізації; функціонування пристосувальних механізмів особистості; існування та функціонування захисних механізмів особистості; функціонування адаптивних механізмів особистості як реакції на деструктивні проблемні ситуації, що спроектовані довкіллям тощо. Водночас, існує суперечність у констатації феномену “професійна дезадаптація”, що визначається як з позиції загального процесу особистісної дезадаптованості, так і з позиції порушення процесу адаптації внаслідок неефективної взаємодії особистості із соціальним оточенням. В контексті дискусійності щодо чіткості причин дезадаптації, виникає необхідність в уточненні проявів та основних тенденцій професійної дезадаптації в процесі фахової підготовки у ВНЗ.

Більшість авторів (Ф. Б. Березін, М. А. Дмитрієва, Л. М. Мітіна та ін.) розглядають професійну адаптацію в контексті ефективного функціонування особистості та визначають порушення у професійній адаптації з позиції активізації таких механізмів як: порушення динамічної рівноваги в системі “людина – професійне середовище”; порушення в професійній діяльності, які за фізіологічними та психологічними ознаками дезадаптації відповідають ознакам стресу; порушення загального адаптивного процесу особистості тощо [3; 5]. Встановлені причини порушень у набутті адаптивного потенціалу особистості спричиняють розвиток дезадаптивності як властивості та дезадаптованості як механізму професійної дезадаптації, зокрема, в контексті професійної діяльності психолога.

У даному контексті наше наукове дослідження проявів та основних тенденцій професійної дезадаптації у студентів-психологів, в умовах навчання у ВНЗ, враховувало досягнення особистістю стану адаптованості, як результату професійної адаптації, в процесі її взаємодії з професійним середовищем. Даний стан досягається шляхом цілеспрямованого формування особистості професіонала, розвитку його здібностей до ефективною адаптації на основі врахування специфіки професійної адаптації/дезадаптації у професійній підготовці студентів-психологів [8].

Експериментальні результати, отримані при вивченні характерологічних особливостей студентів-психологів за допомогою особистісного опитувальника Р. Кеттелла (16-PF, форма С, дорослий варіант), дозволили визначити градації розроблених нами особистісних

профілів експериментальних груп і виявити найбільш значущі відмінності за деякими факторами. Відповідно група студентів з високим та середнім рівнем адаптації була визначена як “стійкі до професійної дезадаптації” (експ. гр. 1), а група студентів із низьким рівнем – “уразливі до професійної дезадаптації” (експ. гр. 2) [8].

Так, нами виділено три профілі особистості студента-психолога в контексті схильності до професійної дезадаптації. Особлива увага приділялася профілям досліджуваних експ. гр. 2 (“уразливі до дезадаптації”). Особистісні профілі створювалися з позиції диференціації представлених характерологічних особливостей та їх об’єднання у такі блоки:

- емоційно-вольові особливості (вираженість показників за факторами G, I, Q3, O, C) – саморегулятивний особистісний профіль;
- комунікативні властивості і особливості міжособистісної взаємодії (вираженість показників за факторами A, E, F, H, L, N, Q2) – соціальний особистісний профіль;
- інтелектуальні особливості (вираженість показників за факторами B, M, Q1) – когнітивний особистісний профіль.

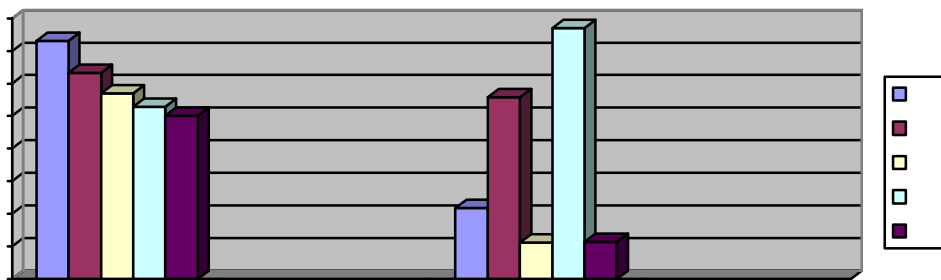


Рис.1.1. Порівняльний аналіз саморегулятивного особистісного профіля досліджуваних (за результатами особистісного опитувальника Р. Кеттелла).

Необхідно відмітити, що у експ. гр. 1 (“стійкі до дезадаптації”), яскраво виражена перевага високих значень за факторами емоційно-вольової сфери: G (сила “Я” – слабкість “Я”) – 73,1%, I (ніжність – суворість) – 63,2% Q3 (високий – низький самоконтроль) – 56,9%, O (непевненість – самовпевненість) – 52,8%, C (емоційна стійкість – нестійкість) – 50% (рис.1.1).

Водночас, високі показники за шкалою G (сила “Я” – слабкість “Я”) свідчать про те, що студенти експ. гр. 1, у своїй більшості, більш сумлінні і високо моральні, ніж студенти, уразливі до дезадаптації. Досліджуваним експ. гр. 2 високий показник притаманний лише 21,8% студентів. Прийнятих правил студенти, стійкі до дезадаптації, дотримуються не тому, що це потрібно, а тому, що не можуть чинити інакше. Їх також

характеризує достатній рівень самоконтролю, прагнення до ствердження загальнолюдських цінностей. Досліджувані експ. гр. 1 та експ. гр. 2 виявили високі показники за шкалою І (м'якосердість, ніжність – суворість, жорсткість) – 63,2% і 55,8%, що є свідченням чуттєвості, емоційного світосприйняття, однак у їх поведінці закономірно проявляється тривожність (високі оцінки за фактором О).

Високі показники у студентів, стійких до дезадаптуючих факторів професійного середовища, за шкалою Q3 (високий – низький самоконтроль), спрямовані до позитивного полюсу (Q3+) свідчать про їх організованість, уміння контролювати себе і підтверджують їх здатність наполегливо і планомірно слідувати поставленій меті. Високих балів за фактором Q3 у групі студентів, уразливих до дезадаптації, набрали всього 11,2% досліджуваних. Високі показники за фактором О (невпевненість – самовпевненість), спрямовані до позитивного полюсу, говорять про схильність особистості до самозвинувачень. Такі студенти незмінно чимось стурбовані, обтяжуються поганими передчуттями, схильні до самодокорів, недооцінюють свої можливості, принижують свою компетентність, знання і здібності. В суспільстві вони замкнені та уособлені. У студентів, стійких до дезадаптації, ці якості менш виражені, а у студентів, уразливих до дезадаптації, виявлено 77,1% досліджуваних. Основна спрямованість характерологічних особливостей за фактором С (сила “Я” – слабкість “Я”) до позитивного полюсу (С+) виявилась у тому, що студенти, стійкі до дезадаптації, більшою мірою здатні керувати емоціями і настроєм, уміють знайти їм адекватне пояснення і реалістичний вираз. Студентів, уразливих до дезадаптації з такими якостями виявилось лише 11,3%. Отже, досліджуваним експ. гр. 2 характерний знижений емоційний контроль та слабо виражене почуття відповідальності.

Варто підкреслити, що порівняльний аналіз показників за факторами комунікативної сфери також констатував істотні відмінності між двома досліджуваними групами. Спрямованість характерологічних особливостей за фактором А (щирість – відчуженість) до позитивного полюсу (А+) свідчить про те, що для студентів, стійких до дезадаптації (67,2%), характерна яскравість емоційних проявів, відвертість і готовність до співпраці. Вони люблять працювати з людьми, легко включаються в активні групи, щирі в особистісних стосунках, не бояться критики. У студентів-психологів, уразливих до дезадаптації, така спрямованість мало виражена (10,8%). Отже вони формальні в контактах, замкнені, мало цікавляться життям оточуючих (рис.1.2).

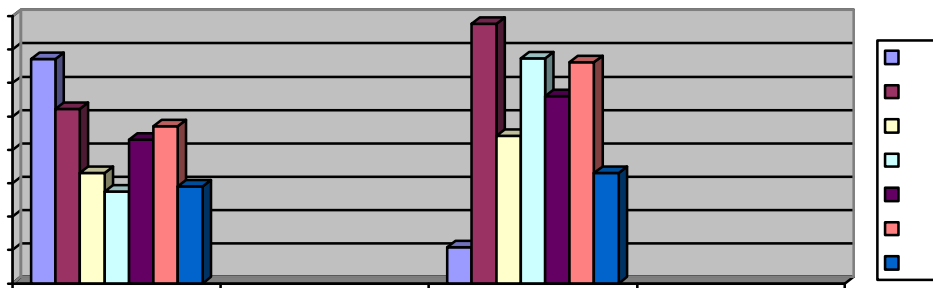


Рис.1.2 Порівняльний аналіз соціального особистісного профіля досліджуваних (за результатами особистісного опитувальника Р. Кеттелла).

Аналіз результатів за фактором Е (наполегливість – покірність) показав, що студенти обох груп конформні, схильні недооцінювати власні здібності і об'єктивні можливості. Досліджувані з подібними характерологічними особливостями складають більшість – 77,8% групи студентів, уразливих до дезадаптації. У майбутніх психологів-практиків, стійких до дезадаптації, перераховані особистісні якості виражені меншою мірою – у 52,3%.

Низькі показники за фактором F (життєрадісність – серйозність), спрямовані до негативного полюсу, характеризують студентів, уразливих до професійної дезадаптації, як майбутніх фахівців більш обережних і стриманих, схильних до розсудливості. Вони ретельно планують свої вчинки, проявляють турботу про своє майбутнє, пісимиістичні (44,2%). У студентів-психологів, стійких до дезадаптації, навпаки, виявляється тенденція до позитивного полюсу фактора F(+). Їм властива бадьорість, соціальна активність, рухливість; у малих групах часто обираються лідерами.

Хочемо зазначити, що переважна більшість (67,4%) досліджуваних, уразливих до дезадаптації, мають низькі показники за шкалою Н (сміливість – боязкість), що засвідчує наявність невідповідного до певних ситуацій відчуття власної неповноцінності. У студентів, стійких до професійної дезадаптації, подібні характерологічні якості виражені меншою мірою (27,5%). Їм більше властива сміливість, здатність витримувати великі навантаження.

Спрямованість характерологічних особливостей за фактором L (підозрілість – довірливість) до позитивного полюсу (L+) більшої частини студентів експ. гр. 1 та експ. гр. 2 свідчить про підозрілість, недовіру і настороженого ставлення до інших. Вони вважають, що їх недооцінюють, не визнають їх досягнення. Проте у студентів, уразливих до дезадаптації, ці якості виражені більше (56,1%).

Досліджувані студенти-психологи експ. гр. 1 та експ. гр. 2 виявили спрямованість характерологічних особливостей за шкалою N (проникливий – наївний) до негативного полюсу (N-). Це говорить про те, що вони, переважно, відкриті та сентиментальні, схильні все приймати на віру, легко захоплюються. Їм характерна наївність, у спілкуванні з людьми поведуться природно і просто. Аналіз результатів за фактором Q2 (самотійність – залежність) показує, що у більшості студентів обох експериментальних груп виражена схильність працювати і ухвалювати рішення разом з іншими людьми (низькі значення фактору Q2).

Водночас, порівняльний аналіз показників за факторами інтелектуальної сфери не виявив істотних відмінностей між студентами обох груп. Практично рівною мірою розподілилися градації високих, середніх і низьких показників за фактором В (високий інтелект – низький інтелект). Аналіз результатів за фактором М (мрійливість – практичність) показав, що студентів обох експериментальних груп характеризує самотній світогляд, мрійливість. Проте у студентів експ. гр. 2 (уразливих до дезадаптації), даний показник виражений сильніше, ніж у студентів-психологів, експ. гр. 1: 37,2% і 43,8%.

Аналіз результатів за фактором Q1 (радикалізм – консерватизм) показав, що велика частина досліджуваних студентів, уразливих до професійної дезадаптації, схильна дотримуватися певних традицій і принципів, довіряти авторитетам. Також їм властиві такі якості як консерватизм і моралізація, схильність до повчань (рис.1.3).

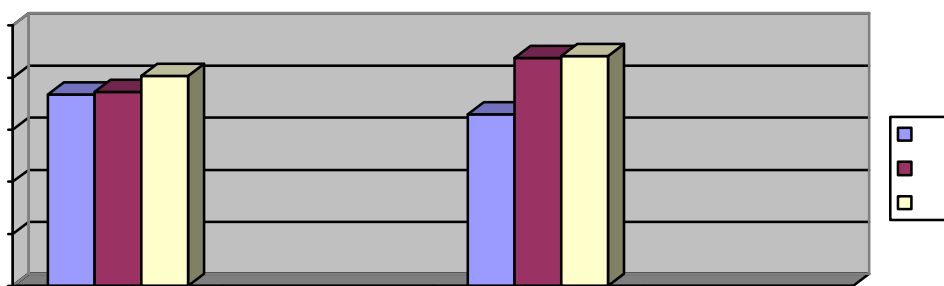


Рис.1.3 Порівняльний аналіз когнітивного особистісного профіля досліджуваних (за результатами особистісного опитувальника Р. Кеттелла).

В цілому, порівняльний аналіз особистісних профілів виявив певні істотні відмінності у характерологічних особливостях досліджуваних студентів, зокрема, експ. гр. 1 та експ. гр. 2, які проявилися у достатньо вираженій перевазі високих значень за факторами емоційно-вольової сфери студентів уразливих до професійної дезадаптації [8].

Висновки та перспективи. Таким чином, аналіз отриманих результатів дозволяє констатувати різноманітні прояви і основні тенденції

професійної адаптації/дезаптації студентів-психологів експериментальних груп, які можуть виявитися сприятливими для формування стійкості до дії дезадаптуючих факторів професійного середовища і, навпаки, стати сприятливою передумовою для розвитку уразливості до професійної дезаптації. Так, професійну адаптацію, яка на суб'єктивному психосемантичному рівні обумовлює стійкість до дезаптації, визначають такі психологічні фактори як: доброта (А), високий інтелект (В), емоційна стійкість (С), самостійність (Q2), контроль бажань (Q3). Професійну дезаптацію майбутніх психологів-практиків зумовлюють м'якосердність (І), тривожність (О), напруженість (Q4). Таким чином, уразливість до професійної дезаптації обумовлюється набагато меншим спектром особистісних якостей, ніж стійкість.

Тобто, в особистісному просторі студента-психолога виявляється більше особистісних ресурсів для формування стійкості до впливу дестабілізуючих факторів професійного середовища, тоді як професійна дезаптація може сформуватися на базі лише декількох особистісних якостей. Іншими словами, професійна дезаптація може сформуватися на досить обмеженій кількості властивостей та якостей особистості.

Хочемо зазначити, що студентам-психологам, уразливим до дії дезадаптуючих факторів професійного середовища, властива ригідність поведінки, що слабо контролюється інтелектом. Отже, вони більш лабільні до впливу емоцій, занурені у світ власних переживань. Его-структура таких студентів перенапружена, що відображається у більш високих показниках самоконтролю поведінки, моральності, демонстративності і силі его. Серед таких особистостей має місце перекручування дійсності, що виражається в прагненні демонструвати себе в більш ідеальному контексті.

Самотність, відчуженість такого майбутнього фахівця, дефіцит у міжособистісній взаємодії та емоційна нестійкість в умовах проблемних ситуацій можуть провокувати його уразливість до впливу дезадаптуючих факторів професійного середовища. Тому, що слабка нервова система є джерелом підвищеної збудливості студента-психолога, схильного до уразливості діям дезадаптуючих факторів професійного середовища. Емоційна нестійкість, імпульсивність виступає передумовою до проявів його конфліктності, агресивності. Поведінка студентів-психологів, стійких до професійної дезаптації, гнучка, адаптивна, а у студентів-психологів, уразливих до дії дезадаптуючих факторів – агресивна, конфліктна. Студентам-психологам, стійким до професійної дезаптації, характерна ситуативна тривожність, а студентам-психологам, уразливим до дії дезадаптуючих факторів професійного середовища – особистісна [8].

Таким чином, визначення проявів і характерологічних особливостей професійної дезадаптації студентів-психологів дозволяє констатувати, що у досліджуваних з тенденцією до професійної дезадаптивності, як властивості, та професійної дезадаптованості, як механізму, недостатньо сформований адаптивний особистісний потенціал, який забезпечив би формування та розвиток професійного адаптивного потенціалу як чинника високої ефективності подальшого впровадження навчально-професійної та виробничо-професійної діяльності майбутнього психолога-практика.

Література

1. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості: навч. посіб. для студ. старших курсів психол. ф-ту. – Харків: Фоліо, 1996.

2. Булах І. С. Викладач – студент: психологія міжособистісних взаємодій: навч.-метод. посіб. / І. С. Булах, Л. В. Долинська; Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. – Київ: 2005.

3. Дмитриева М. А. Психологические факторы профессиональной адаптации. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / [под ред. Г. С. Никифорова]. – Санкт-Петербург: Знания, 1991.

4. Лушин П. В. О психологии человека в переходной период: Как выживать когда все рушиться? – Київ: Наук. світ, 2007.

5. Митина М. Психологическое сопровождение выбора профессии. – Москва: Изд-во МПСИ, 2003.

6. Панок В. Г. Науково-методичне забезпечення підготовки та перепідготовки працівників шкільної психологічної служби / В. Г. Панок, Н. В. Чепелева, Л. І. Уманець та ін. // Актуальні проблеми психології: наук. зап. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Вип. 19. – Київ: 1999.

7. Пов'якель Н. І. Професіогенез мислення психолога-практика в системі вищої школи : [монографія]. – Вид. 2, випр. І доп. – Київ: Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова, 2008.

8. Федоренко А. Ф. Психологічні чинники попередження та подолання професійної дезадаптації у майбутніх психологів-практиків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. : спец. : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Київ: 2008.

9. Чепелева Н. В. Проблемы личностной подготовки психологов-практиков в условиях вуза / Н. В. Чепелева, Л. И. Уманець // Сб. материалов междунар. конф. : Актуальные проблемы психологической службы: теория и практика. – Т. 2. – Одеса: 1992.

10. Яценко Т. С. Активне соціально-психологічне навчання: теорія, процес, практика : навчальний посібник / Т. С. Яценко, Я. М. Кміт, Б. М. Олексієнко. – Хмельницький: Вид-во НАПВУ, 2002.

УДК 159.922.8:159.942

Н. В. Гула

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ
ЯК ЧИННИКА ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ У
СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ**

**THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF RESEARCHES OF SELF-
REGULATION AS A METHOD OF OVERCOMING NEGATIVE MENTAL
SITUATION IN STUDENT AGE**

Проаналізовано психологічні особливості дослідження саморегуляції особистості та узагальнено поняття негативних психічних станів у студентському віці.

***Ключові слова:** саморегуляція, негативні психічні стани, студент, самовиховання, емоційні стани.*

The psychological features of research of self-regulation of personality and generalized concept of negative mental conditions are analysed in student age.

***Key words:** self-regulation, negative mental conditions, student, self-education, emotional states.*

Постановка проблеми. Будучи здатною до саморегуляції негативних психічних станів, особистість стимулює власну активність для подолання зовнішніх та внутрішніх труднощів на шляху до досягнення мети. Саморегуляція є обов'язковою умовою нормальної психічної діяльності людини, в чималій мірі визначає її працездатність, настрої, самопочуття і навіть стан здоров'я.

Так, кожен психічний стан певною мірою формує поведінку людини. Психічний стан це сукупність ознак психічної діяльності людини, які характеризують її стан у певний момент.

Психічні стани та особливості їх в студентському віці на сьогоднішній день є актуальною проблемою. Дослідженням психічних станів займалися: Е.П.Ільїн, Н.А.Амінов, С.Л.Рубінштейн, О.О.Конопкін, Г.С.Костюк, М.Й.Боришевський, В.О.Іванников, В.К.Калін, В.В.Селіванов та інші.

Предметом активної уваги дослідників є теоретичний та експериментальний аналіз феномена саморегуляції (К.О.Абульханова-Славська, Л.І.Анциферова, М.Й.Боришевський, В.О.Іванников, В.П.Ільїн,