

УДК 616-01; 159.922.8

DOI <https://doi.org/10.32782/pub.health.2022.1.4>

Кулеша Наталія Петрівна,
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри громадського здоров'я та фізичного виховання
Національного університету «Острозька академія»

Столяр Юрій Миколайович,
бакалавр громадського здоров'я

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ У СТУДЕНТІВ НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ»

У статті викладено результати теоретико-методологічного аналізу основних підходів до вивчення дезадаптації у вітчизняних дослідженнях, визначено основні характеристики психологічної адаптації до умов навчання в закладі вищої освіти та її етапи, з'ясовано чинники дезадаптації до навчання в закладі вищої освіти. Експериментально встановлено, що студенти є адаптованими, прояви психологічної дезадаптації наявні в невеликій кількості студентів бази вибірки.

Ключові слова: студенти, дезадаптація, процес, пристосування, адаптація.

Kulesha N., Stolyar Yu. RESEARCH OF PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL MALADAPTATION IN STUDENTS OF THE NATIONAL UNIVERSITY OF "OSTROH ACADEMY"

The article presents the results of theoretical and methodological analysis of the main approaches to the study of maladaptation in domestic research, identifies the main characteristics of psychological adaptation to learning conditions in higher education and its stages, clarifies the factors of maladaptation to study in higher education. It has been experimentally established that students are adapted, manifestations of psychological maladaptation are present in a small number of students in the sample.

Key words: students, maladaptation, process, adjustment, adaptation.

Поняття та причини дезадаптації вивчали такі науковці, як З. Фрейд, К. Юнг, С. Рубінштейн, К. Дауенгауер, К. Платонов, Б. Ломов, Г. Айзенк, Б. Ананьєв, О. Суслова, Ю. Денисова та інші [1; 15; 16; 17].

У сучасних умовах постійних змін люди різного віку дуже часто можуть страждати від дезадаптації. Л. Бережнова, зокрема, зазначає: «Дезадаптація – це процес, що пов'язаний із переключенням з одних умов життя й, відповідно, званням до інших». Якщо характеризувати дезадаптацію, то про неї можна сказати, що вона буває поверхневою, поглибленою або глибокою [1].

Л. Шibaєва розглядає дезадаптацію як процес. Дезадаптація як процес означає зниження адаптаційних можливостей людини в умовах середовища життєдіяльності або в певних умовах [18].

К. Дауенгауер вважає, що людина, зустрівшись із труднощами, часто замикається в собі, віддаючи перевагу вигаданому світу. Зазвичай це явище позначається терміном «психологічна дезадаптація». Це означає зниження або втрату здатності пристосовуватися до навколишнього середовища [19].

К. Платонов зазначає, що в разі розвитку психологічної дезадаптації поведінка людини пере-

стає відповідати соціальним нормам. Особливість цього стану полягає в тому, що його прояв може бути ситуативним, тобто залежати від певних обставин. Наприклад, на роботі в колективі людина відчуває дискомфорт, проте вдома з її психоемоційним фоном усе в порядку. Або людині добре тільки там, де немає інших людей [9].

Психологічна дезадаптація трапляється не лише в дорослих а й у підлітків і дітей. Це пов'язано з тим, що велика кількість гаджетів спонукає дитину уникати спілкування в той момент, коли їй необхідно вирішувати будь-які питання. Для дитячої свідомості це може бути основним фактором, через який асоціальна поведінка закріплюється за нею досить швидко [11].

Оскільки в багатьох людей поведінка змінюється залежно від оточення й ситуації, діагностувати соціальну дезадаптацію досить не просто. До того ж проявляється вона не відразу. Розвиваючись поступово, порушення може дати про себе знати раптово, коли, наприклад, людина опиняється у складній ситуації та з'ясовується, що вона до неї не пристосована.

К. Платонов у своїх дослідженнях говорить про те, що втрата здатності підлаштовуватися під

обставини часто не розглядається індивідом як серйозна. Однак небезпека психологічної дезадаптації полягає в тому, що чим довше вона розвивається, не піддаючись корекції, тим складніше буде викоринити проблему. Як відомо, виправити звички в поведінці дуже складно. А коли їх причиною стають закріплені роками психофізичні стани, це може виявитися неможливим [9].

У таблиці 1 наведені підходи науковців до дослідження явища дезадаптації.

Дезадаптація проявляється в людини насамперед у спілкуванні з іншими людьми: вона перестає проявляти емпатію, стає байдужою до навколишнього світу. Загальноприйнятими вважаються такі види цього порушення, як соціальна, патогенна та психосоціальна дезадаптація [3; 5].

Патогенна дезадаптація пов'язана зі змінами у психіці. Також вона трапляється, коли в людини є нервові або психічні захворювання та різні відхилення. У процесі корекції стану в цьому випадку доцільно працювати із захворюванням, адже саме воно стає причиною дезадаптації [6].

Психосоціальна дезадаптація – це проблеми з можливістю пристосуватися до тієї чи іншої ситуації, що пов'язані з індивідуальними соціальними особливостями особистості. Наприклад, у разі переходу від навчання у школі до навчання в закладі вищої освіти підліток може стати більш замкнутим. Часто цей вид порушення є тимчасовим. Тривале відчуження від суспільства може сприяти змінам у психіці людини, і дезадаптація перейде в патогенну форму [7].

Дезадаптація поділяється також на часткову й повну. За часткової людина тільки починає випадати із суспільного життя (наприклад, може не цікавитися навколишнім світом через хворобу

або обмежити спілкування). Часто це тимчасове явище [2].

За повної дезадаптації відбуваються глибинні особистісні зміни. Людина втрачає віру в себе та людей, замикається, втрачає смак до життя. Це дуже небезпечна форма, вона часто виявляється в людей із будь-якою згубною залежністю [8].

Отже, психологічна дезадаптація – складна проблема, яка потребує серйозного ставлення. Однак профілактика порушення досить проста: щоб спілкування було гармонійним, комфортним і довірчим, потрібно докладати певних зусиль. А для цього доведеться взаємодіяти з людьми. Корисно наповнювати себе радісними емоціями, не допускати пригнічення настрою.

Щодо дезадаптації студентів у закладах вищої освіти, то це є переломним моментом у житті кожної молодої людини. Вхідження молодих людей у нову навчальну діяльність, а саме вступ до закладу вищої освіти (далі – ЗВО), характеризується переходом індивіда на новий ступінь функціонування. На першокурсника діє комплекс сильних чинників. У ході пристосування до кожного цього чинника створюється визначена функціональна система звичок. Успішність адаптації зумовлена психологічними особливостями студентів, їхніми біохімічними та фізіологічними характеристиками. Колишній школяр у ролі студента занурюється в нові для себе умови, які характеризуються інтенсивним навчальним навантаженням, емоційною напругою, особливо в період сесії, а також відносно низькою руховою активністю.

А. Пугачов зазначає: «Основна роль соціальної адаптації полягає у прийнятті особою цінностей і норм іншого соціального середовища (колективу,

Таблиця 1

Основні підходи до вивчення психологічної дезадаптації у вітчизняних дослідженнях

Автор	Зміст поняття « психологічна дезадаптація »	Основні характеристики психологічної дезадаптації
Л. Бережнова	Дезадаптація – це процес, що пов'язаний із переключенням з одних умов життя й, відповідно, званням до інших	Адаптація – це нерівновага у взаємодії суб'єкта та об'єктів
Л. Шибасєва	Дезадаптація – це процес, що означає зниження адаптаційних можливостей людини в умовах середовища життєдіяльності або в певних умовах	
К. Платонов	У разі дезадаптації поведінка людини перестає відповідати соціальним нормам	
К. Дауенгауер	Дезадаптація – це явище, коли людина, зіткнувшись із труднощами, часто замикається в собі, віддаючи перевагу вигаданому світу	
Ю. Денисова	Психологічна дезадаптація – це процес, у якому потреби індивіда та вимоги середовища повністю не задоволені	

групи), неформальних і формальних зв'язків, що формуються тут, форм соціальної взаємодії та форм предметної діяльності, таких як способи професійного виконання роботи» [10].

У ЗВО студенти повинні пройти процес і фізіологічної, і соціально-психологічної адаптації.

Фізіологічна адаптація виявляється в тому, що у студентів, які тривалий час перебувають в умовах інформаційного перевантаження, з'являється інформаційний невроз. Він зумовлений процесом переробки великого обсягу інформації. Потік інформації, який підлягає обробці, перевищує пропускні можливості окремих відділів нервової системи. Психічні процеси під дією сильного розумового навантаження зазнають фазних трансформацій. На початкових стадіях роботи запам'ятовування, увага, швидкість вирішення тестових завдань змінюються на краще [3; 14].

Соціально-психологічна адаптація має інше вираження. На переконання А. Гавриліна та інших учених, перехід від класно-урочної системи навчання до самостійного заняття відбувається «хворобливо», оскільки навчання в ЗВО істотно відрізняється від шкільного. Окрім цього, сформовані шкільні стереотипи суперечать принципам ЗВО та іноді перешкоджають навчальному процесу в ньому. У такому разі починає проявлятися інтерференція, тобто колишні навички й уміння починають перешкоджати ефективній реалізації подальшої діяльності та вимагають певної перебудови [4].

Також є стереотипи пізнавальної діяльності студентів, які сформувалися у школі та не дають змогу ефективно навчатися в ЗВО.

Що стосується чинників, які впливають на прояв психологічної дезадаптації у студентів,

то можна виділити такі: зміну місця навчання та обсягу навчального навантаження, зміну розкладу занять і загалом звичного режиму дня, знижену рухову активність. Важливим також є рівень психологічного благополуччя студента [12; 13].

Отже, дезадаптаційність студентів до навчання в ЗВО припускає низку особливостей у поведінці та діяльності студентів: а) задовільний фізичний і психологічний стан студента в навчальних ситуаціях у ЗВО; б) прийняття першокурсником соціальних очікувань і вимог, що пред'являються до нього, а також відповідність його поведінки цим очікуванням і вимогам; в) здатність задавати тому, що відбувається в ЗВО, бажаний для себе напрям та користуватися наявними умовами для успішного здійснення своїх навчальних та особистісних прагнень і цілей.

Емпіричне дослідження було проведене на базі Національного університету «Острозька академія». У ньому взяла участь 61 особа, з них 16% хлопців та 84% дівчат (див. рис. 1). Вибірка була сформована стихійно зі студентів I–IV курсів та здобувачів магістеріуму з таких факультетів: економічного (8%), гуманітарного (16%), міжнародних відносин (18%), романо-германських мов (23%), політико-інформаційного менеджменту (20%), а також Навчально-наукового інституту права імені Іоаннікія Малиновського (15%).

Під час проведення емпіричного дослідження було використано методику діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, яка була представлена для проходження в Google Forms. Результати діагностики показали, що студенти Національного університету «Острозька академія» є адаптованими до навчального середовища. Зокрема, на рисунку 1

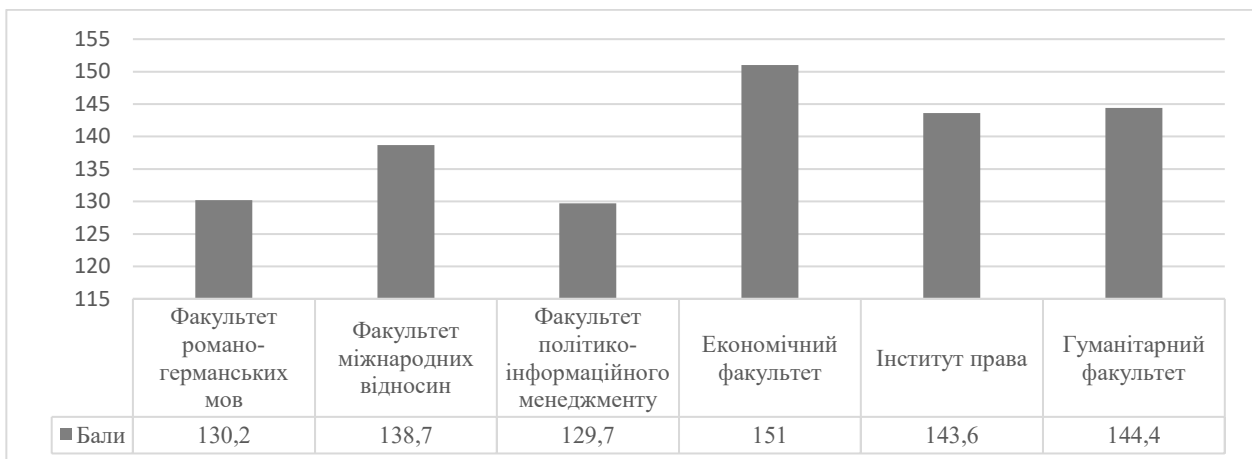


Рис. 1. Результати діагностики психологічної адаптації студентів Національного університету «Острозька академія»

ми можемо побачити рівень адаптації студентів. Варто зазначити, що найбільш адаптованими є здобувачі з економічного (151 бал) та гуманітарного (144,4 бала) факультетів, а також інституту права (143,6 бала). Натомість низький рівень адаптації спостерігається на факультетах романо-германських мов (130,2 бала) та політико-інформаційного менеджменту (129,7 бала).

Результати методики визначення особистісної адаптованості за А. Фурманом показують у студентів низький рівень дезадаптивності (12%), трохи вищий рівень неадаптивності (36%) та велику кількість студентів з адаптивністю (52%). Тож можемо стверджувати, що більшість здобувачів є адаптованими (див. рис. 2).

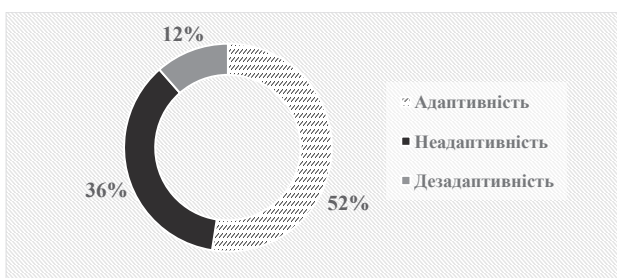


Рис. 2. Результати методики визначення особистісної адаптованості А. Фурмана у студентів Національного університету «Острозька академія»

Кожна з наведених шкал має свої рівні функціонування особистісної адаптованості. Так, шкала «Адаптивність» має такі результати: високий рівень (12%), середній рівень (63%), низький рівень (25%) (див. рис. 3).

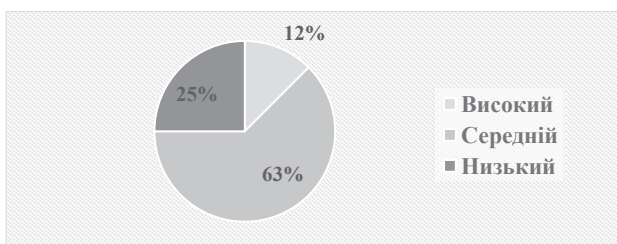


Рис. 3. Рівні функціонування особистісної адаптованості за шкалою «Адаптивність»

Шкала «Неадаптивність» має такі рівні, як «очевидна» та «неочевидна». Згідно з результатами дослідження переважає очевидна неадаптивність (55%) (див. рис. 4).

Що стосується шкали «Дезадаптація», то вона також має рівні, зокрема «ситуативна» та «стійка». Якщо підсумувати дані шкали, то видно, що ситуативна дезадаптація переважає стійку на 14% (див. рис. 5).

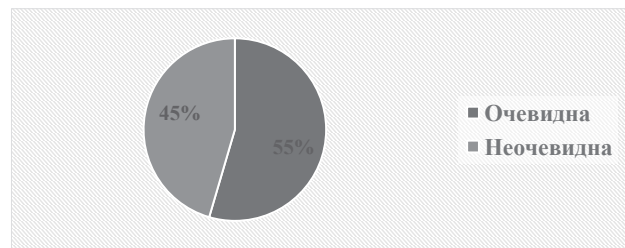


Рис. 4. Рівні функціонування особистісної адаптованості за шкалою «Неадаптивність»

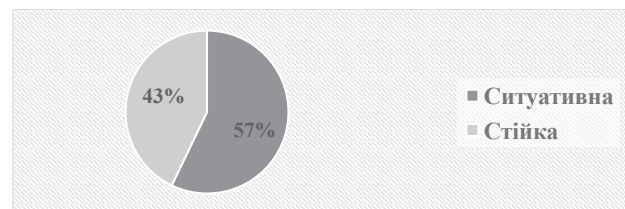


Рис. 5. Рівні функціонування особистісної адаптованості за шкалою «Дезадаптація»

Отже, більшість студентів Національного університету «Острозька академія» є адаптованими, прояви психологічної дезадаптації наявні в невеликій кількості студентів на всіх факультетах. Результати опитування за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, яка була представлена для проходження респондентам у Google Forms, показали, що загалом студенти є адаптованими, незначна дезадаптація проявляється у здобувачів на факультетах політико-інформаційного менеджменту та романо-германських мов. Методика визначення особистісної адаптованості за А. Фурманом дала змогу визначити адаптованість особи до різних сфер життя шляхом суб'єктивного оцінювання. Результати підтвердили дані першого опитувальника та показали, що 52% студентів мають високий рівень особистісної адаптованості, 36% є неадаптованими. Дослідження за окремим респондентом показує, що саме у студентів I курсу переважає неадаптованість, причиною чого може бути дистанційне навчання. Також у 12% студентів виявлена особистісна дезадаптація.

Формування стійкості до проявів дезадаптації у студентів має відбуватися ще під час навчання у школі, щоб абітурієнт, вступаючи до ЗВО, добре розумів, як і де він хоче навчатися, усвідомлював особливості процесу навчання в тому чи іншому закладі, а також мав можливість спілкуватися з абітурієнтами, які згодом стануть його студентським оточенням.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бережнова Л. Предупреждение депривации в образовательном процессе : монография. Санкт-Петербург, 2000. 240 с. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=29111>.
2. Бура. Л. Чинники, що впливають на успішність адаптації учнів до навчання в основній школі. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 15. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-15.%p>.
3. Власюк Г. Социально-трудовая адаптация молодежи. Москва : НИИ развития профессионального образования, 2013. 53 с.
4. Психолого-педагогические факторы успешности профессиональной адаптации молодого учителя : монография / Н. Грачева и др. ; под ред. А. Гаврилина. Владимир : ВИПКРО, 2013. 106 с.
5. Ивочкина Т., Матюшова Ю., Сократова Л. Программа социально-профессиональной адаптации молодежи в условиях продуктивно ориентированной открытой школы с профессиональной подготовкой. Новокузнецк : МОУ ДПО ИПК, 2014. 42 с.
6. Казміренко В. Програма дослідження психо-соціальних факторів адаптації студента до навчання у ВНЗ та майбутній професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 6. С. 76–78.
7. Левківська Г., Сорочинська В., Штифурак В. Адаптація першокурсників в умовах вищого навчального закладу освіти : навчальний посібник. Київ, 2001. 128 с.
8. Молодцова Т. Основные виды и типы подростковой дезадаптации. *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2013. № 5. С. 51–55.
9. Платонов К. Структура и развитие личности. Москва : Наука, 1986. 256 с.
10. Пугачев А. Социально-трудовая адаптация обучающихся колледжей в клубных интегрированных коллективах : монография. Москва : РДО «Образование. Спорт. Реабилитация», 2014. 154 с.
11. Реан А., Кудашев А., Баранов А. Психология адаптации личности. Санкт-Петербург : Медпресса, 2012. 344 с.
12. Ревенко Н. Трудовые ресурсы и их адаптация на рынке труда. Киров : Радуга-Пресс, 2014. 103 с.
13. Розум С. Психология социализации и социальной адаптации человека: теоретический и эмпирический анализ ключевых проблем психологии социализации. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 364 с.
14. Суворова Е., Андреева О. Причины дезадаптации иногородних студентов в вузе и пути их преодоления. *Современные проблемы науки и образования*. 2019. № 4. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=29111>.
15. Сулова О., Денисова Ю. Феномен социальной дезадаптации в психологии. URL: https://www.sgu.ru/sites/default/files/conf/files/2017-03/suslova_denisova_idpo_2017.pdf.
16. Цимбалюк І. Психологія : навчальний посібник. 2-ге вид., випр. і доп. Київ : ВД «Професіонал», 2006. 576 с.
17. Чепарская М. Взаимосвязь психологического благополучия и адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/145189741.pdf>.
18. Шибалева Л. Социальная дезадаптация детей и подростков: причины, проявления, преодоление. Москва : Роспедагентство, 1995. 184 с.
19. Dauenhauer K. Maladaptive Behavior in College Students and Breaking Student Codes of Conduct. URL: https://soar.suny.edu/bitstream/handle/20.500.12648/4716/edc_theses/158/fulltext%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y.