

ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ АДАПТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ – ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

В статье изложены результаты эмпирического исследования адаптивности студентов. Адаптивность представлена интегральной характеристикой личности, в структуру которой включаются как свойства личности, определяющие ее адаптационный потенциал, так и закрепившиеся психологические защиты и копинг-стратегии. В соответствии с представлениями о необходимости дифференциального подхода к обеспечению адаптации студентов в вузе, выявлены различия в количественных показателях и структурах адаптивности юношей и девушек.

Ключевые слова: адаптивность, межполовые различия, копинг-поведение, социально-психологическая адаптация, факторы адаптации.

Глобальные общественные и информационные процессы последних лет оказывают непосредственное влияние как на отдельные институты общества, так и на систему образования в частности. Происходящие радикальные изменения в системе высшей школы актуализируют проблемы индивидуализации обучения. Особую значимость приобретают вопросы, связанные с адаптацией студентов к обучению в вузе.

Переход от школьной к вузовской системе образования представляет собой смену социальной ситуации и, следовательно, является стрессогенным фактором. В силу этого обучение в вузе выступает неким стимулом, вызывающим необходимость проявления индивидуальных способов адаптации студентов. В исследованиях, выполненных на эту тему [1;4;6], указывается на различные стороны адаптации студентов-младшекурсников: организационные, валеологические, культурологические, психолого-педагогические. При рассмотрении психологических аспектов сопровождения студентов в учебно-воспитательном процессе подчеркивается, что одной из важнейших задач психологической службы вуза является обеспечение успешной социально-психологической адаптации, осуществляемое с учетом индивидуально-психологических особенностей учащихся.

Одним из наиболее дифференцирующих факторов, определяющих особенности индивидуально-психологических различий, в психологии принято считать половую принадлежность. Показано, что половая идентичность, проявляющаяся на всех уровнях организации личности, играет значительную роль в процессах адаптации и саморегуляции. Тем не менее, психологических исследований, раскрывающих адаптационные особенности студентов — юношей и девушек, явно недостаточно. В связи с этим изучение структуры свойств, обеспечивающих успешность адаптации к условиям учебной деятельности с учетом половой принадлежности студентов, является актуальным.

В исследованиях, посвященных проблеме адаптации, показано, что условия, требующие значительного психического напряжения, предполагают

актуализацию личностных качеств, обеспечивающих устойчивость и самосохранение, — совокупность которых описывается в виде так называемого адаптационного ресурса личности. И.Н.Симаева отмечает, что адаптивность представляет собой интегральную характеристику личности, структура которой образована определенными свойствами, к числу которых относятся: оптимальный уровень интернальности, антиципационная состоятельность, коммуникативная компетентность и ряд других качеств, обеспечивающих эффективность адаптации к изменениям жизнедеятельности и социальных условий [5].

В исследованиях по проблеме адаптации большое внимание уделяется также изучению механизмов психологических защит, выстраиваемых субъектом адаптации. Защитные механизмы выступают как приспособительная форма личности к новым непредвиденным ситуациям и в угрожающих ситуациях, способствуя развитию устойчивости. М.Е.Зеленова и Е.О.Лазебная, соглашаясь с тем, что психологические защиты являются неотъемлемыми компонентами целостной системы психической регуляции, подчеркивают значимость взаимодействия и взаимовлияния осознаваемых и неосознаваемых (как личностных, так и индивидуально-психологических) детерминант успешного вхождения человека в окружающую среду, обеспечивающих эффективность его адаптации [3]. Авторами исследованы взаимосвязи индивидуально-личностных характеристик ветеранов боевых действий и применяемых ими психологических защит. Ими показано, что успешность посттравматической стрессовой адаптации во многом зависит от характера зрелости защит, входящих в состав наиболее значимых личностных факторов адаптации.

Тесная взаимосвязь адаптационных свойств личности и ее психологических защит позволяет считать их составляющими единой структуры адаптивности. При этом следует предположить, что обозначенная структура имеет особенности, определяющиеся половой принадлежностью субъектов адаптации, в данном случае – студентов младших курсов.

Осуществленное исследование организовано путем сравнения данных психодиагностики юношей и девушек – студентов первого и второго курсов Казанского государственного университета. В исследовании приняло участие 36 юношей и 35 девушек. В качестве показателей адаптивности личности студентов выступали личностные характеристики, обеспечивающие, по мнению большинства авторов, успешность адаптации, а также характеристики психологических защит. Диагностировались: адаптационные способности, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные особенности, моральная нормативность, копинг-стратегии поведения, психологическая защита, антиципационная состоятельность (общая, пространственная, временная), совладание, направленность личности, экстраверсия, нейротизм, интернальность локуса контроля (общая, достижений, неудач). Для диагностики исследуемых показателей в работе использовались методики оценки: стратегий защитного поведения В.В.Бойко; адаптационных способностей А.Г.Маклакова; способов копинга поведения Р.Лазаруса и С.Фолкмана; защитных механизмов Г.Келлермана и Р. Плутчика; антиципационной состоятельности (прогностической компетентности) В.Д. Менделевича; преобладания стратегий защиты или совладания по В.А.Семиченко, направленности личности В.Смекала и М.Кучеры; уровня нейротизма Г.Айзенка; уровня субъективного локуса контроля Дж. Роттера.

Предполагалось, что при анализе характера психологических защит учитывалось современное представление о совладающем поведении. До недавнего времени стили совладающего поведения были разделены на два вида: защитные (реагирование в форме психологической защиты) и конструктивные (активная деятельность, направленная на разрешение проблемы). Во многих исследованиях оба стиля используются как форма поведения «coping» («справляться»). В настоящий момент современные авторы разделяют эти стили, относя к понятию «coping» только конструктивную форму совладающего поведения как более рациональную и безопасную в ее применении. Для обозначения защитного стиля совладающего поведения современники используют слово «defense» (защита от неприятностей и переживаний), хотя и этот стиль непосредственно относится к копинг-поведению.

В процессе адаптации у студентов младших курсов должна выстраиваться такая структура психологической защиты, которая смогла бы обеспечить им комфортное «вхождение» в новую систему условий учебной деятельности и межличностных взаимоотношений. Процесс адаптации к новым условиям жизнедеятельности, по словам многих авторов, подразумевает под собой применение различных психологических форм защиты к возникающим трудностям. Такие механизмы психологической защиты, как проекция, компенсация, регрессия, отрицание, являясь примитивными формами, не способны в должном объеме выполнять функцию защиты личности. Их применение лишь сглаживает стрессовое состояние на короткое время. Способность же разрешить или адаптировать проблему зависит от применения субъектом различных стилей и копинг-стратегий поведения (ответственность, самоконтроль, социальная поддержка). В отличие от психологической защиты, действие копинг-стратегий поведения направлено не на пассивную защиту, а на активное разрешение и преодоление трудностей. Именно это определило необходимость использования широкого спектра методик диагностики психологических защит.

Всего в анализе участвовало 32 показателя, выделенных с помощью вышеназванных методик. Обработка полученных результатов осуществлялась с помощью методов математической статистики. Среди них использовались: статистическое сравнение средних данных, по Т- критерию Стьюдента, корреляционный анализ, попарное сравнение корреляционных матриц (дивергентный анализ).

На первом этапе исследования рассматривались средние значения исследуемых показателей в группах юношей и девушек. Выяснилось, что по ряду показателей существуют достоверные межполовые различия (см. табл.).

Таблица

Результаты обследования адаптации студентов (n=71, в средних показателях)

Показатели	Девушки	Юноши	Уровень значимости
Агрессия	7,39	6,80	-
Избегание	8,75	9,20	-
Миролюбие	7,89	8,54	-
Адаптационные способности	58,2	54,3	-
Нервно-психическая устойчивость	35,7	26	p 0.01
Коммуникативные особенности	13,6	14	-

Моральная нормативность	8,2	11,9	p 0.001
Социальная поддержка	11,58	9,86	p 0.01
Решение проблем	12,39	13	p 0.05
Самоконтроль	14	13,7	-
Положительная переоценка	13,5	12	-
Ответственность	13,61	6,63	p 0.01
Бегство	12,31	10,6	-
Вытеснение	3,03	4,51	p 0.001
Регрессия	5,4	5,6	-
Отрицание	4,7	4,8	-
Проекция	7,7	6,6	-
Компенсация	4,5	3,8	-
Рационализация	6,0	6,1	-
Антиципационная состоятельность	164,8	162	-
Пространственная	44	51	p 0.001
Временная	38	36	-
Совладание	35,3	38,5	p 0.05
Эгоистическая направленность	29	30	-
Коммуникативная направленность	28	28	-
Деловая направленность	30	31	-
Экстраверсия	13	13,5	-
Нейротизм	15	11,4	p 0.01
Интернальность общая	28	27,6	-
Интернальность достижений	7,6	7,6	-
Интернальность неудач	7,5	6,8	-

Так, интересующая нас нервно-психическая устойчивость оказалась достоверно выше у девушек (35.75 балла), тогда как у мальчиков величина этого показателя равна 26 баллов (различие достоверно на уровне значимости $p < 0.01$). Возможно, это связано с более ранним созреванием личности девушек, однако это требует специальной проверки. Кроме того, достоверное различие наблюдается в одном из показателей адаптивности, а именно – в показателе моральной нормативности, который выше у юношей (11.09 баллов к 8.2 балла, $p < 0.001$). По-видимому, оценка, которую они получают со стороны окружающих, имеет большее значение для юношей, чем для девушек. Существенные различия обнаруживаются также по определенным показателям психологических защит и копинг-стратегий. Исследование показало, что юноши чаще, чем девушки, используют механизм психологической защиты «вытеснение» (4.51 балла к 3.03 балла, при $p < 0.001$) и защитный механизм «совладание» (2.94 балла к 1.78 балла, при $p < 0.05$). Что касается копинг-стратегий, то этот механизм лучше сформирован у девушек. Так, девушки чаще прибегают к «социальной поддержке» (11.58 балла к 9.86 балла при $p < 0.01$), их в большей степени характеризует «ответственность» (13.61 балла к 6.63 балла, при $p < 0.01$). Правда, у юношей выше показатель «решение проблем» (13 баллов к 12.39 балла, при $p < 0.05$).

Таким образом, по данным количественного анализа можно говорить о более развитых механизмах психологической защиты у девушек, нежели у юношей. Следует отметить, что, по мнению Р.М. Грановской [2], использование примитивных психологических защит не всегда является характеристикой адаптивности, личность часто прибегает к подавлению собственных защит,

что может провоцировать усиление напряжения. В связи с этим одним из моментов нашей работы явилось исследование особенностей взаимосвязи стрессоустойчивости, психологических защит и копинг-стратегий, используемых юношами и девушками. При этом мы предположили, что у девушек, более активно прибегающих к психологической защите, структура показателей должна иметь определенные особенности, отличающие ее структуру от структуры показателей юношей.

По данным корреляционного анализа выяснилось, что общим для мужской и женской структур является взаимосвязь нервно-психической устойчивости с показателями адаптационных способностей, а также такой копинг-стратегии, как «ответственность». Таким образом, что вполне логично, адаптационные способности и ответственность за свои поступки способствуют стрессоустойчивости вне зависимости от пола испытуемых.

Значимые межполовые различия в структурах исследуемых показателей выявлены в нескольких взаимосвязях. Так, у юношей нервно-психической устойчивости соответствует такая психологическая защита, как «проекция». По мнению Г. Келлермана, Р. Плутчика, Х. Конта и других ученых, чертой характера людей использующих механизм «проекции», является робость, им более свойственно состояние страха. По-видимому, обнаруженная зависимость, которой не выявлено у девушек, является отчасти причиной меньшей нервно-психической устойчивости юношей. Что касается девушек, показывающих в целом лучшую стрессоустойчивость, выяснилось, что это качество связано с интровертированностью личности. Кроме того, нервно-психическая устойчивость девушек отрицательно взаимосвязана с показателями антиципационной состоятельности и интернальности локус контроля. У девушек нервно-психическая устойчивость повышается с ростом интернального локус контроля, т.е. с такой характеристикой личности, как склонность брать на себя ответственность за каждое действие.

В целом по результатам проведенного исследования у девушек-студенток более сформированы копинг-стратегии, нежели защитные механизмы, а это, в свою очередь, обеспечивает им более комфортное «вхождение» в новое социально-психологическое пространство, чем юношам. И у юношей и у девушек стрессоустойчивость обеспечивается за счет адаптационных способностей и высокой ответственности за свои поступки. Однако есть особенности отличающие выборку девушек. В этом возрасте «адаптационные способности» девушек отрицательно взаимосвязаны с «антиципационной состоятельностью» и «интернальностью локус контроля», чего не наблюдается у юношей.

При включении в анализ всех диагностируемых показателей, учитывая описанные особенности взаимосвязей, можно охарактеризовать структуру адаптивности студентов – девушек и юношей. В структуре адаптивности женской и мужской выборки особый интерес в плане нашего исследования представляют взаимосвязи показателя адаптационных способностей, других личностных свойств и психологических защит личности. В женской структуре показателей адаптационные способности положительно коррелируют с нервно-психической устойчивостью ($r=0.36$ при $p 0.05$), механизмом «отрицания» ($r=0.49$ при $p 0.01$) и деловой направленностью личности ($r=0.38$ при $p 0.05$), и отрицательно – с коммуникативными качествами ($r=-0.43$ при $p 0.01$). Последняя особенность наблюдается и в мужской выборке ($r=-0.46$ при $p 0.01$). Од-

нако других взаимосвязей адаптационных способностей с выделенными показателями, имеющими высокий уровень достоверности, в юношеской выборке не обнаружено.

В обеих выборках испытуемых, выделенных по признаку половой принадлежности, показатели копинг-стратегий и психологических защит органично включаются в структуру адаптивности. Так, в выборке девушек стратегия «социальной поддержки» взаимосвязана с нервно-психической устойчивостью и моральной нормативностью. При высокой нервно-психической устойчивости девушки прибегают к механизму «регрессии». Кстати, полученный результат вполне соотносится с данными, приведенными в исследовании М.Е.Зеленовой и Е.О.Лазебной, показывающими, что «регрессия» и «проекция» имеют большой факторный вес в структуре детерминант успешности процесса адаптации [3]. Кроме того, механизм «отрицания» девушками также активно используется в этом процессе, о чем говорит высокая корреляция этих показателей ($r = 0.49$ при $p 0.01$). Как и в женской выборке, в выборке студентов мужского пола взаимосвязана с другими показателями такая копинг-стратегия, как «социальная поддержка». Опять-таки, как и у девушек, она положительно коррелирует с моральной нормативностью. В свою очередь, моральная нормативность определяет выбор стратегии «решение проблем» и такой защиты, как «проекция».

Математический аппарат дивергентного анализа, позволяющий осуществить попарное сравнение корреляционных матриц, позволил выявить множество достоверных различий между сравниваемыми структурами (на уровне $p 0.05$ – 64 различия, из них 22 – на уровне $p 0.01$ и 2 – на уровне $p 0.001$). Наиболее значительное различие структур адаптивности девушек-студенток и юношей-студентов наблюдается в характере взаимосвязей копинг-стратегии «ответственность» и степени интернальности. В женской выборке эта взаимосвязь носит отрицательный характер, это позволяет говорить о том, что низкая интернальность у девушек может компенсироваться высокой ответственностью. Кроме того, интернальность также резко снижает адаптационные способности студенток. В структуре показателей юношеской выборки такие взаимосвязи незначительны, хотя интернальность включается в ее структуру за счет связи с копинг-стратегиями и антиципационной состоятельностью. Зато в мужской выборке более существенна взаимосвязь копинг-стратегии, проявляющейся в агрессивности, и моральной нормативности, тогда как такой взаимосвязи в женской выборке не наблюдается. У девушек давление моральной нормативности смягчается при помощи защитного механизма «рационализация», тогда как у юношей выливается в агрессию.

Значение «социальной поддержки» в процессе адаптации студентов имеет более существенное значение для девушек, а таких копинг-стратегий, как «переоценка» и «бегство» – для юношей. Выбираемая юношами копинг-стратегия поведения «агрессия», по полученным результатам исследования, положительно коррелирует с уровнем «моральной нормативности» и отрицательно – с показателем психологической защиты «рационализация». Несмотря на то, что «рационализация» является примитивной формой психологической защиты, по-видимому, при ее применении уровень агрессии снижается, что в какой-то степени способствует преодолению трудностей. При этом «положительная переоценка» в способах совладания с трудностями в процессе адаптации поло-

жительно коррелирует с такими показателями психологической защиты, как «ответственность» и «бегство». Механизм «бегства», используемый юношами, скорее всего, представляет собой некий способ преодоления возникающих трудностей. Эти два механизма в группе юношей являются основополагающими в выборе психологической защиты и способа поведения.

В целом, проведенное исследование позволяет сделать ряд **выводов**.

Достоверность взаимосвязей всех диагностируемых показателей, в обеих исследуемых выборках студентов – юношей и девушек, позволяет говорить о целостной структуре адаптивности и рассматривать ее развитие в качестве фактора социально-психологической адаптации студентов младших курсов к условиям обучения в вузе. При этом в структуру адаптивности, помимо личностных свойств, включаются закрепившиеся психологические защиты и копинг-стратегии.

Имеются существенные количественные и структурные различия адаптивности студентов – юношей и девушек.

1. В группе девушек защитными механизмами, позволяющими адаптироваться к различным трудным ситуациям, в большей степени выступают «регрессия», «нейротизм» и «ответственность».

2. По данным исследуемых показателей копинг-стратегий поведения, девушек в большей степени характеризует поиск эмоционального комфорта, информации от других, признание своей роли в проблеме и попытке ее решения.

3. Юношами чаще применяются такие психологические механизмы, как: «бегство», «нейротизм», «избегание», «вытеснение».

4. Для представителей группы юношей важным является оценка окружающих.

5. Общим в мужской и женской структурах адаптации является взаимосвязь нервно-психической устойчивости с адаптацией и копинг-стратегией «ответственность». Таким образом, адаптационные способности и ответственность за свои поступки способствует стрессоустойчивости вне зависимости от пола.

Выявленные закономерности могут учитываться при дифференцированном подходе к осуществлению психологической поддержки студентов – юношей и девушек, в процессе адаптации в вузе, а также использоваться при прогнозировании их поведения.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Габдреева Г.Ш. Место психологической службы в профессиональной подготовке выпускника вуза / Г.Ш. Габдреева // Психологическая адаптация студентов в выбранной профессии: Материалы региональной научно-практической конференции. — Чебоксары: Чувашгоспедуниверситет им. И.Я Яковлева, 2004. — С. 32-38.
2. Грановская Р.Н. Элементы практической психологии. / Грановская Р.Н. // — СПб.: Речь, 2003. — 655 с.
3. Зеленова М.Е. Неосознаваемые психологические защиты как детерминанты успешности послевоенной адаптации участников боевых действий / М.Е.Зеленова, Е.О.Лазебная // Личность и бытие: субъективный подход: Материалы научной конференции – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – С.461-464.
4. Лилиенталь И.Е. Психологическая поддержка студентов в период адаптации к образовательному процессу вуза : автореф. дис....канд. психол. наук: 19.00.01 / И.Е. Лилиенталь; Ставропольский государственный технический университет, 2000. – 21 с.
5. Симаева И.Н. Психология адаптации личности к изменениям жизнедеятельности: авто-

реф. дис...докт. психол. наук : 19.00.01 / И.Н.Симаева; РГПУ им. А.И.Герцена. – СПб., 2006. – 42 с.

7. Терсакова А.А. Психологическая поддержка студентов в образовательном процессе. / А.А. Терсакова // Образование в России: история, опыт, проблемы. – Армавир, 1999. – С. 28 – 36.

Anna Kislitsyna

PECULIARITIES OF STUDENTS' ADAPTABILITY STRUCTURE-FOR
YOUNG MEN AND WOMEN

In this article there are presented the results of the practical research of students' adaptability. Adaptability is considered an integral characteristics of personality, containing personal characters determining its adaptation potential as well as formed defense mechanisms and coping-strategies. In accordance with necessity of differential approach to ensuring students adaptation, there were found differences in quantitative characteristics and structures of young women's and men's adaptability.

Key words: adaptability, intersexual distinctions, coping-behaviour, socially-psychological adaptation, adaptation factors.