

**Ірина Поспелова,**

кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри теорії та методики практичної психології,  
Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського,  
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8802-7934>

**Олена Косьянова,**

кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри теорії та методики практичної психології,  
Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського,  
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9532-9981>

**Галина Клосс,**

здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня  
зі спеціальності 053 «Психологія»,  
Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського,  
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-5410-5349>

## ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

У статті викладено результати теоретико-емпіричного дослідження проблеми соціально-психологічних бар'єрів адаптації осіб в умовах невизначеності. Уточнено сутність поняття «соціально-психологічні бар'єри адаптації» та функціональні й змістовні складові останньої. Розглянуто проблему вивчення подолання соціально-психологічних бар'єрів адаптації в умовах невизначеності у вітчизняних та зарубіжних підходах. Мета статті: презентувати результати дослідження соціально-психологічних бар'єрів адаптації осіб у сучасних умовах невизначеності. Методи емпіричного дослідження: тест-опитувальник для оцінки вираженості психологічних бар'єрів до дії у ситуації невизначеності (А. Массанов), багатофакторний особистісний опитувальник FPI, методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонд, методика дослідження толерантності до невизначеності (С. Баднер).

Доведено за допомогою кореляційного аналізу, що існують тісні позитивні зв'язки між показниками прояву психологічних бар'єрів та показниками особливостей адаптації особистості, що обумовлюють цю адаптацію та її функціональні й змістовні складові. Емпірично підтверджено, що особливості ставлення до невизначеності можуть провокувати прояви тих чи інших бар'єрів адаптації. Окреслено основні напрямки ефективної стратегії подолання бар'єрів для підвищення адаптивності особистості, а також до змін і пристосування в умовах невизначеності.

**Ключові слова:** особистість, адаптивність, соціально-психологічна адаптація, бар'єри адаптації, особистісні особливості, толерантність, нетолерантність, ставлення до невизначеності.

**Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.** Актуальність проблеми адаптації в ситуації невизначеності зумовлена сучасною ситуацією у світі та Україні. Для українців, які через війну вимушені переселятися в небезпечні куточки світу, втрачати близьких, свою домівку, працю тощо, подолання соціально-психологічних бар'єрів адаптації в умовах невизначеності є не просто бажаною, а дуже важливою та значущою життєвою потребою. Такі риси адаптивності, як соціальна гнучкість, психічна пластичність, толерантність та інші складові стають важливими й необхідними для забезпечення успішного функціонування людей у різних сферах нового життя, таких, як освіта, робота, міжособистісні стосунки, кроскультурні відносини, подорожі, міграція тощо.

Огляд зарубіжних та вітчизняних наукових досліджень дозволяє стверджувати, що переважна більшість науковців розглядає адаптацію з двох аспектів: як процес та як результат. Узагальнено, що **адаптація** – це динамічне утворення, результат і процес пристосування організму чи особистості до умов зовнішнього середовища, а також властивість будь-якої саморегуляційної системи (біологічної, соціальної або технічної), що полягає в здатності пристосування до умов зовнішнього середовища, яке постійно змінюється (Андросович, 2013; Андросович, 2021). Загалом у соціально-психологічному контексті **адаптація** – це пристосування особистості до нових умов існування в соціальному доквіллі відповідно до його норм, вимог, потреб,

прагнень, мотивів та інтересів самої особистості (Сікора, 2022; Андросович, 2013).

У літературі зустрічається два основні терміни щодо показників адаптації: *адаптивність* та *дезадаптивність*. Тобто цей феномен розглядається саме як результат адаптаційного процесу з точки зору успішності його завершення. Компоненти, які мають значення для процесу та результату психологічної адаптації, такі: бар'єри до дії, риси та стани особистості, ставлення індивіда до ситуативних або довготривалих життєвих змін та невизначеності (Массанов, 2008).

Порушення процесу соціальної адаптації визнається вченими як *дезадаптація*. Зауважується, що стресові чинники вражають мікро- і макросоціальні зв'язки особистості, а важливу роль при формуванні порушень адаптації відіграє індивідуальна схильність до них або вразливість (Поспелова, Печерова, 2008). Зміни в житті людини не завжди є запланованими та передбачуваними, часто життєві події є раптовими. Отже, подібні порушення можуть бути викликані також ситуаціями, коли індивід не має у своєму досвіді знайомих алгоритмів дій або стратегій і діє в ситуації невизначеності.

Узагальнюючи наукові визначення цього поняття, дезадаптацію можна назвати неадекватною поведінкою щодо вимог норм суспільства або неготовністю особистості до встановлення рівноваги з середовищем, слабким розвитком особистісних якостей, що дозволяють успішно адаптуватися. Тобто індивід реагує неконструктивно або неспроможний реагувати конструктивно, його соціопсихологічний та психофізіологічний статус не відповідає вимогам ситуації життєдіяльності (Орленко, 2021).

За дослідженнями О.П. Саннікової та А.О. Саннікової, психологічні бар'єри – це особливий психологічний стан, що виражається в неадекватній пасивності суб'єкта та перешкоджає виконанню ним тих або інших дій. Українські дослідниці звертають увагу на двоїстість феномена бар'єру. Вони зазначають, що бар'єри можуть розглядатися як психічний стан і як властивість або риса особистості. За їхніми словами, бар'єр як психічний стан характеризується ситуативністю, короткочасністю та динамічністю. У той же час бар'єр як властивість чи риса особистості характеризується тривалістю, усталеністю та стабільністю, інакше кажучи, постійною схильністю до вибору певної форми ставлення до ситуації. Із цього дослідниці роблять висновок, що бар'єр як риса, як диспозиція передбачає індивідуальні варіації в схильності сприймати широке коло ситуацій як небезпечних або загрозливих для певної діяльності (Саннікова, Саннікова, 2014).

Український науковець А.В. Массанов розуміє психологічні бар'єри як вольовий напружений мотиваційно-орієнтований психічний стан особистості, який перешкоджає здійсненню її наміру. Він пояснює природу бар'єрів тим, що мотив бажаної дії є пасивним, водночас емоційні переживання, раціональні доводи, вольові зусилля не в змозі перетворити мотив на діє-

вий через механізм вироблення сприятливого передбачення щодо виконання дії (Массанов, 2010).

В Оксфордському тлумачному словнику з психології *невизначеність* подається як стан переконання, коли людина не зовсім впевнена. Розповсюджено розуміння невизначеності як якогось відкритого завдання, у якому людина, яка виконує його, не знає всієї сукупності чинників, повинна навести декілька гіпотез і тільки потім аналізувати, які з них є найрезультативнішими (Іванчихина, Милославська, 2019).

Слід зауважити, що в західній психології існує два поняття невизначеності: *“uncertainty”* і *“ambiguity”*. У поведінкових та пізнавальних науках невизначеність визначається головним чином у межах сфери прийняття рішень і, отже, стосується труднощів передбачати події, які є наслідками наших дій (Іванчихина, Милославська, 2019).

У психологічному осередку поняття *«позиція особистості»* розглядається здебільшого як *позиція-статус*, *позиція-ставлення* і *позиція-роль*, які представляють собою місце людини в потенційній взаємодії, де статус – те місце, яке людина може посісти в реальній взаємодії, на думку оточення, а ставлення – те місце в реальній взаємодії, яке прийнятне для неї за її власною думкою. Також цей термін застосовують у позначенні різних категорій та характеристик рис особистості чи соціальних явищ (Тавровецька, 2017).

У психологічному словнику поняття *«ставлення»* подається як система настанов, орієнтацій, очікувань, стереотипів та інших диспозицій, за допомогою яких люди оцінюють одне одного. Це стосується як взаємин з об'єктами, явищами, властивостями, що змінюються, так і випадків, коли ставлення виникає у взаємодії певного сталого об'єкта з іншими об'єктами, явищами та властивостями (Карамушка, 2017).

Однією з особливостей ставлення є толерантність. Психологи розглядають її в поєднанні з процесами особистісних змін та утворення нової ідентичності (Кузікова, 2018).

У психологічному словнику толерантність визначається як відсутність чи послаблення реакції на несприятливий фактор у результаті зниження чутливості до його впливу (Губа, Гладких, 2018). О.Г. Асмолов давав три визначення цієї якості – як стійкості, як терпимості та як допустимого відхилення (Ляпунова, 2016).

Отже, як можна побачити з проведеного аналізу, існує досить багато фундаментальних досліджень проблеми адаптації, однак замало висвітлена ця тема в рамках сучасного стану невизначеності у воєнний час.

**Мета та завдання.** Метою дослідження є теоретико-емпіричний аналіз проблеми соціально-психологічних бар'єрів адаптації осіб у сучасних умовах невизначеності.

Завдання дослідження наступні: представити та проаналізувати кореляційні зв'язки між рисами особистості людини та її адаптивністю в умовах невизначеності; представити роль ставлення осіб до невизначеності та рівня їх толерантності в подоланні соціально-пси-

хологічних бар'єрів адаптації; зробити висновки щодо подальшого використання отриманих результатів для підвищення адаптивності сучасних людей до змін та їх пристосування до нових незвичних умов.

Об'єкт дослідження – соціально-психологічна адаптація особистості в сучасній ситуації невизначеності.

Предмет дослідження – особливості соціально-психологічної адаптації осіб із різним ставленням до невизначеності.

**Методи та організація дослідження.** Для обґрунтування особливостей адаптації, вивчення бар'єрів адаптації людей, які опинилися в нових незвичних умовах, було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів. Використано стандартизовані методики психодіагностики: тест-опитувальник для оцінки вираженості психологічних бар'єрів до дій у ситуації невизначеності (А. Массанов), багатфакторний особистісний опитувальник FPI, методику діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонд, методику дослідження толерантності до невизначеності (С. Баднер). Були застосовані також методи кількісного та якісного аналізу даних, що дозволило провести діагностику особистісних характеристик та за їхньою допомогою проаналізувати показники адаптивності.

Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації проводилось на базі державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» та приватної групи психологічної підтримки дітей та молоді України на кросплатформеному месенджері Telegram. Вибірку дослідження склали 30 осіб різного віку та статі, які знаходяться в умовах різного ступеня невизначеності (проживають удома, за кордоном або мають статус внутрішньо переміщених осіб).

**Результати дослідження та їх обговорення.** Представлені в статті результати математично-статистичного аналізу виявляють кореляційні зв'язки між ставленням осіб до невизначеності й соціально-психологічною адаптивністю людини та її рисами особистості.

У досліджуваних осіб вимірювалися рівень вираженості психологічних бар'єрів до дій у ситуації невизначеності, ступінь соціально-психологічної адаптивності та рівень толерантності до невизначеності. Було вивчено психологічні бар'єри до дій в умовах невизначеності за опитувальником А.В. Массанова. Серед 30 осіб, які увійшли в основну вибірку, мігрантами або переміщеними особами опинилися переважно жінки. Співвідношення за статевою приналежністю прогнозовано розподілилось таким чином: особи чоловічої статі – 13,3%, особи жіночої статі – 86,7%. За віковими параметрами група досліджуваних поділилась таким чином: особи від 18 до 24 років – 13,3%, особи від 25 до 34 років – 26,7%, особи від 35 до 44 років – 40%, особи від 45 до 64 років – 20%. Сегментація за місцем перебування та процентне співвідношення категорій були такими: знаходяться за межами країни – 50%, є внутрішньо переміщеними особами – 6,7%, проживають безвизно вдома – 43,3%.

Зазначені в таблиці 1 дані демонструють наявність значної кількості позитивних статистичних зв'язків між названими показниками. Також у таблиці бачимо невелику кількість від'ємних зв'язків між деякими показниками.

Найстійкіші позитивні зв'язки на рівні  $p \leq 0,01$  відслідковуються між такими показниками. Показники недостатньої зацікавленості й лінощів, остраху самостійності та страху перед невизначеністю ситуації пов'язані з показником невротичності особистості. Показники невизначеності власних інтересів, страху відповідальності та остраху виявити ініціативу корелюють із показником депресивності. Показник страху припуститися помилки має позитивний зв'язок із показником товариськості. Показники остраху критики й осміяння та остраху виявити ініціативу пов'язані з показником сором'язливості. Показник остраху самостійності корелює на даному рівні з показником емоційної лабільності. Показники загального бала вираженості психологічних бар'єрів позитивно корелюють із показником невротичності особистості та показником депресивності також на рівні  $p \leq 0,01$ .

Між наступними показниками виявлено позитивні зв'язки на рівні  $p \leq 0,05$ . Показники невизначеності власних інтересів, сумніву в успіху задуманого та страху відповідальності корелюють із показниками невротичності. Показники недостатньої зацікавленості й лінощів, розгубленості через незнання своїх можливостей, побоювання можливих неприємностей і труднощів та остраху самостійності мають позитивні зв'язки з показником депресивності. Із показником сором'язливості пов'язані показники розгубленості через незнання своїх можливостей, остраху піти проти думки оточення, страху відповідальності та остраху самостійності. Показник недостатньої зацікавленості й лінощів також корелює з показником відкритості. Показники стану розпачу через брак інформації та страху припуститися помилки позитивно корелюють із показниками екстраверсії-інтроверсії. Показники невизначеності власних інтересів, побоювання можливих неприємностей і труднощів, страху відповідальності та остраху виявити ініціативу мають кореляційні зв'язки з показником емоційної лабільності. На рівні  $p \leq 0,05$  показники загального бала вираженості психологічних бар'єрів позитивно корелюють із показником сором'язливості та показником емоційної лабільності.

Від'ємні кореляційні зв'язки існують між показниками невпевненості в собі й остраху самостійності та показниками врівноваженості, а також між показниками невпевненості в собі й остраху поразки та показниками маскулінізму-фемінізму.

У таблиці 2 подані значущі коефіцієнти кореляцій між показниками вираженості психологічних бар'єрів та показниками особливостей адаптації. Тут також переважно прослідковуються позитивні статистичні зв'язки між показниками. Проте є досить багато й від'ємних зв'язків між показниками.

Таблиця 1

**Значущі коефіцієнти кореляцій між показниками вираженості психологічних бар'єрів та показниками рис особистості (n=30)**

		Показники рис особистості (FPI)												
		I	III	V	VI	VIII	IX	X	XI	XII				
Показники вираженості бар'єрів	M1	496**	407*					371*						
	M2	453*	488**									362*		
	M3					-379*								-401*
	M4		367*				461*							
	M5									371*				
	M6	370*												
	M8						617**							
	M9						387*							
	M10													-407*
	M11		424*									383*		
	M12	445*	474**				459*					432*		
	M13	473**	455*			-379*	433*					532**		
	M14		465**				496**					446*		
	M15			531**							386*			
	M17	465**												
ЗагБ	477**	492**				412*					436*			

Примітки: 1) тут і далі нулі й коми опущені; 2) тут і далі позначка \*\* свідчить про коефіцієнт кореляції на рівні  $p \leq 0,01$ ; позначка \* –  $p \leq 0,05$ ; 3) показники вираженості психологічних бар'єрів: M1 – недостатня зацікавленість, лінощі; M2 – невизначеність власних інтересів; M3 – невпевненість у собі; M4 – розгубленість через незнання своїх можливостей; M5 – стан розпачу через брак інформації; M6 – сумнів в успіху задуманого; M8 – острах критики й осміяння; M9 – острах піти проти думки оточення; M10 – острах поразки; M11 – побоювання можливих неприємностей, труднощів; M12 – страх відповідальності; M13 – острах самостійності; M14 – острах виявити ініціативу; M15 – страх припуститися помилки; M17 – страх перед невизначеністю ситуації; ЗагБ – загальний бал вираженості психологічних бар'єрів; 4) показники рис особистості (FPI): I – невротичність; III – депресивність; V – товариськість; VI – врівноваженість; VIII – сором'язливість; IX – відкритість; X – екстраверсія-інтроверсія; XI – емоційна лабільність; XII – маскулінізм-фемінізм

Таблиця 2

**Значущі коефіцієнти кореляцій між показниками вираженості психологічних бар'єрів та показниками особливостей адаптації (n=30)**

		Показники особливостей адаптації												
		Ад	Дез	Непр	ПС	НС	ПІ	НІ	ЕК	ЕД	ВК	ЗК	К	Е
Показники вираженості психологічних бар'єрів	M1	-417*							-382*		-380*			
	M2	-518**		-501**	-396*				-475**	374*		507**		
	M3	-387*	464**		-383*			557**	-506**	420*		446*		
	M4		663**			578**		416*		583**		444*	444*	571**
	M5										-369*			
	M6								-425*			391*		
	M7			-410*					-408*					
	M8		399*			463**							402*	
	M11	-489**					-386*	445*	-671**	388*		371*		
	M12		665**			486**		488**	-445*	601**		529**	433*	542**
	M13		549**							534**		576**	447*	528**
	M14	-410*	528**	-392*	-435*	427*		523**		468**		459*	417*	
	M16			-389*										
	ЗагБ	-384*	544**					438*	-536**	536**		516**		

Примітки: 1) показники вираженості психологічних бар'єрів: M1 – недостатня зацікавленість, лінощі; M2 – невизначеність власних інтересів; M3 – невпевненість у собі; M4 – розгубленість через незнання своїх можливостей; M5 – стан розпачу через брак інформації; M6 – сумнів в успіху задуманого; M7 – сумніви в правильності вибору; M8 – острах критики й осміяння; M11 – побоювання можливих неприємностей, труднощів; M12 – страх відповідальності; M13 – острах самостійності; M14 – острах виявити ініціативу; M16 – острах ризикувати; ЗагБ – загальний бал вираженості психологічних бар'єрів; 2) показники особливостей адаптації: Ад+ – адаптивність; Дез- – дезадаптивність; Непр- – неправдивість; ПС+ – прийняття себе; НС- – неприйняття себе; ПІ+ – прийняття інших; НІ- – неприйняття інших; ЕК+ – емоційний комфорт; ЕД- – емоційний дискомфорт; ВК+ – внутрішній контроль; ЗК- – зовнішній контроль; К – конформність; Е – ескапізм

Так, на рівні  $p \leq 0,01$  бачимо наступні кореляційні зв'язки позитивного характеру. Показники невпевненості в собі, розгубленості через незнання своїх можливостей, страху відповідальності, а також остраху самостійності та остраху виявити ініціативу корелюють на даному рівні з показником дезадаптивності. Показники розгубленості через незнання своїх можливостей, остраху критики й осміяння та страху відповідальності мають позитивні зв'язки з показником неприйняття себе. Показники невпевненості в собі, страху відповідальності та остраху виявити ініціативу мають кореляцію з показником неприйняття інших. Показники розгубленості через незнання своїх можливостей, страху відповідальності, остраху самостійності та остраху виявити ініціативу позитивно корелюють із показником емоційного дискомфорту. Показники невизначеності власних інтересів, страху відповідальності та остраху самостійності корелюють із показником зовнішнього контролю. Із показником ескапізму на даному рівні позитивні кореляційні зв'язки мають показники розгубленості через незнання своїх можливостей, страху відповідальності та остраху самостійності. Показники загального бала вираженості психологічних бар'єрів корелюють на рівні  $p \leq 0,01$  з показниками дезадаптивності, емоційного дискомфорту та зовнішнього контролю.

Позитивні кореляційні зв'язки на рівні  $p \leq 0,05$  прослідковуємо між наступними показниками вираженості психологічних бар'єрів та особливостей адаптації. Показник остраху критики й осміяння корелює з показником дезадаптивності. Показник остраху виявити ініціативу пов'язаний на даному рівні з показником неприйняття себе. Показники розгубленості через незнання своїх можливостей та побоювання можливих неприємностей і труднощів мають позитивну кореляцію з показником неприйняття інших. Показники невизначеності власних інтересів, невпевненості в собі та побоювання можливих неприємностей і труднощів корелюють із показником емоційного дискомфорту. Із показником зовнішнього контролю пов'язані такі показники вираженості психологічних бар'єрів, як невпевненість у собі, розгубленість через незнання своїх можливостей, сумнів в успіху задуманого, побоювання можливих неприємностей і труднощів та остраху виявити ініціативу. Показники розгубленості через незнання своїх можливостей, остраху критики й осміяння, страху відповідальності, а також остраху самостійності та остраху виявити ініціативу мають позитивний кореляційний зв'язок із показником конформності. Показник загального бала вираженості психологічних бар'єрів на рівні  $p \leq 0,05$  має позитивний кореляційний зв'язок із показником неприйняття інших.

На рівні  $p \leq 0,01$  відстежуються наступні від'ємні зв'язки. Показники невизначеності власних інтересів та побоювання можливих неприємностей і труднощів від'ємно корелюють із показником адаптивності. Також показник невизначеності власних інтересів пов'язаний із показником неправдивості. Показники

невизначеності власних інтересів, невпевненості в собі та побоювання можливих неприємностей і труднощів мають від'ємну кореляцію з показником емоційного комфорту. Від'ємний зв'язок на рівні  $p \leq 0,01$  існує між показником загального бала вираженості психологічних бар'єрів та показником емоційного комфорту.

Від'ємні кореляційні зв'язки на рівні  $p \leq 0,05$  відслідковуються між наступними показниками. Показники недостатньої зацікавленості, невпевненості в собі та остраху виявити ініціативу мають від'ємні зв'язки з показником адаптивності. Показники сумнівів у правильності вибору, остраху виявити ініціативу та остраху ризикувати кореляційно пов'язані з показником неправдивості. Показники невизначеності власних інтересів, невпевненості в собі та остраху виявити ініціативу мають від'ємну кореляцію з показником прийняття себе. Від'ємний зв'язок на даному рівні є між показником побоювання можливих неприємностей і труднощів та показником прийняття інших. Показники недостатньої зацікавленості й лінощів, сумніву в успіху задуманого, сумнівів у правильності вибору, а також страху відповідальності від'ємно корелюють із показником емоційного комфорту. Показники недостатньої зацікавленості й лінощів та стану розпачу через брак інформації на даному рівні також мають від'ємний зв'язок із показником внутрішнього контролю. Показник загального бала вираженості психологічних бар'єрів на рівні  $p \leq 0,05$  має від'ємний кореляційний зв'язок із показником адаптивності.

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками вираженості психологічних бар'єрів та показниками толерантності (при  $n=30$ ) мають лише один позитивний кореляційний зв'язок на рівні  $p \leq 0,05$  між показником недостатньої зацікавленості й лінощів та показником новизни проблеми.

Для вивчення психологічних особливостей осіб із різним ставленням до невизначеності в ході дослідження проведено якісний аналіз. Застосований метод «асів та профілів» дозволив згрупувати дані обстежуваних за певною ознакою (Саннікова, 1995).

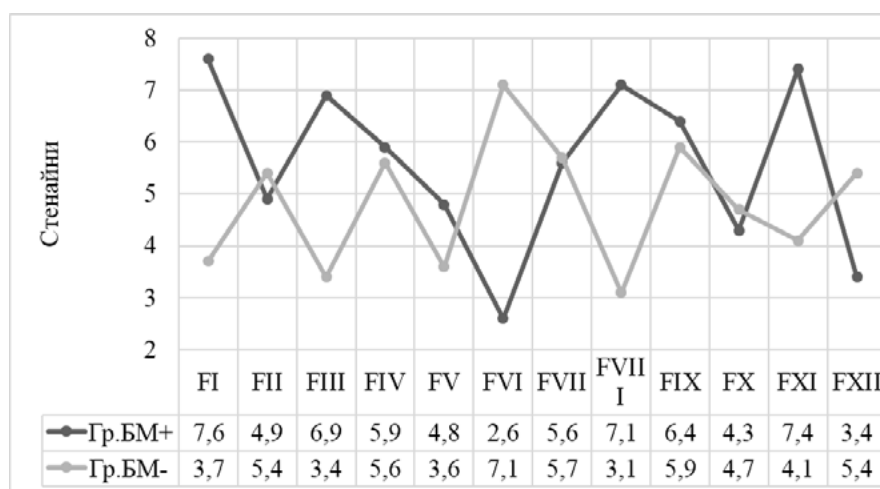
Серед 30 випробуваних нашого дослідження ( $N=30$ ) було виявлено 15 осіб із різним рівнем бар'єрності та різним ступенем толерантності.

Для вивчення структури досліджуваних показників побудовано профілі, які візуально відображають індивідуальні розбіжності, які ми вивчаємо.

На рисунку 1 продемонстровано профілі двох груп: осіб із високим рівнем вираженості психологічних бар'єрів до дій у ситуації невизначеності та осіб із низьким рівнем прояву таких бар'єрів у співвідношенні з рисами та станами особистості.

На вісі ОХ розміщені показники властивостей особистості та психічних станів (за 12-ма шкалами FPI). На вісі ОУ – розподіл по шкалах у стейнах за загальними показниками бар'єрності.

При детальному аналізі профілів помітно, що існують значущі відмінності між деякими показниками групи БМ+ та БМ-. У групі БМ+ найбільш



**Рис. 1. Профілі властивостей особистості та психічних станів осіб із різним рівнем вираженості психологічних бар'єрів (N=30)**

Примітки: 1) група БМ+ (N=8) – група осіб із високим рівнем загального показника вираженості психологічних бар'єрів; група БМ- (N=7) – група осіб із низьким рівнем загального показника вираженості психологічних бар'єрів; 2) умовні позначення шкал FPI: FI – невротичність; FII – спонтанна агресивність; FIII – депресивність; FIV – роздратованість; FV – товарищескість; FVI – урівноваженість; FVII – реактивна агресивність; FVIII – сором'язливість; FIX – відкритість; FX – екстраверсія-інтроверсія; FXI – емоційна лабільність; FXII – маскуліність-фемінінність

яскравими виявилися показники FI (невротичність), FXI (емоційна лабільність) та FVI (урівноваженість). у групі БМ- за цими показниками також спостерігаються високі відмітки, але полярно протилежного значення. Це перше підтвердження нашого припущення про відмінності в особистісних характеристиках осіб, які адаптуються.

Випробувані з яскраво вираженою бар'єрністю мають високу невротичність та емоційну лабільність у комплексі з низьким рівнем врівноваженості. Вони мають тенденцію до переживання досить інтенсивних емоційних реакцій, які часто змінюються, схильні до переживання тривожності, депресії, роздратування, страху та інших негативних емоцій, а також можуть мати складнощі в регулюванні своїх емоцій та відновленні після стресу. Це може впливати на їх загальний стан та можливість адаптуватися в умовах невизначеності.

Високі показники невротичності обстежуваних свідчать про те, що ці особи можуть неадекватно сприймати оточуючий світ, наприклад, бачити загрози там, де інші можуть сприймати ситуацію як менш серйозну, реагувати перебільшено негативно навіть на незначні стресові події та довше відновлюватися після цього. Невротичним особам притаманна схильність до самокритики, невпевненості, песимізму та перебільшеної схильності до переживання емоційного дискомфорту.

Високі показники емоційної лабільності вказують на вразливу емоційну сферу даної групи досліджуваних. Такі люди зазвичай швидко змінюють настрій та легко переходять від позитивних до негативних емоцій. Також вони можуть бути дуже чутливими до зовнішніх подразників та мають складнощі зі стабільністю настрою.

Низькі показники врівноваженості осіб даної групи означають нестійкість та непередбачуваність у своїх емоціях та поведінці. Вони можуть бути імпульсивними, реагувати дуже швидко та непередбачувано, мати складнощі із саморегуляцією.

Протилежні показники за тими самими шкалами в групі БМ- свідчать про те, що, на відміну від осіб із групи БМ+, досліджувані з низько вираженою бар'єрністю мають низьку невротичність та проявляють менш інтенсивні та стабільні емоційні реакції, мають більшу емоційну стійкість та меншу схильність до тривоги та депресії. Їм характерна низька лабільність, і вони мають більш стійку емоційну сферу, їхній настрій стабільний, і вони менш схильні до раптових змін настрою або емоційних перепадів. Випробувані з високою врівноваженістю характеризуються також тим, що можуть легко тримати контроль над своїми емоційними станами в ситуаціях, де потрібно реагувати обдуманно та діяти раціонально. Вони можуть бути стриманими, збалансованими, здатними до ефективного управління навіть у стресових ситуаціях. Ці характеристики можуть вказувати на те, що досліджувані з даним набором характерних особливостей мають набагато більше передумов для адаптації в умовах невизначеності.

У групі БМ- також можна відмітити показники FVIII (сором'язливість), FV (товарищескість) та FIII (депресивність). Доволі високі показники сором'язливості характеризують психологічні стани представників цієї групи інтенсивною стурбованістю та страхом перед оцінкою та критикою оточуючих. Їм майже не притаманна товарищескість, у них слабке прагнення або повна відсутність мотивації до соціального контакту, схильність до уникнення участі в групових діях та нахил до

того, щоб не бути в центрі уваги, а навпаки – відсторонитися. Присутня депресивність вказує на схильність до поганого настрою, втрати потягу до задоволення від життя та можливий розвиток симптомів депресії.

Очевидно, що деякі якості особистості та особливості психічних станів обстежуваних груп БМ+ та БМ-кардинально відмінні. Наразі це видно наочно з опису даних за шкалами FI, FXI та FVI. Із цього робимо

висновок про те, що особи з різним рівнем вираженості психологічних бар'єрів мають найбільші відмінності за шкалами невротичності, емоційної лабільності та рівноваженості.

На рисунку 2 представлено профілі осіб із різним рівнем толерантності. Найвищі з середніх показників груп осіб із високим та низьким рівнем толерантності зіставлено за адаптивними якостями обраних у групи осіб.

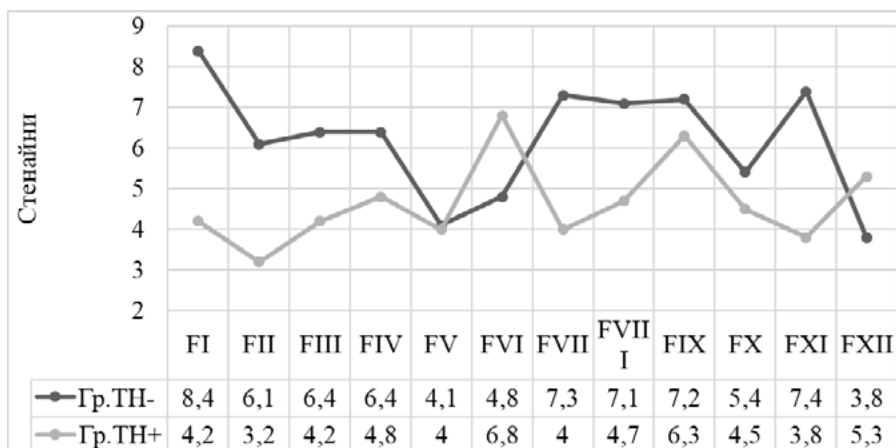


Рис. 2. Профілі властивостей особистості та психічних станів осіб із різним рівнем толерантності (n=30)

Примітки: 1) група ТН+ (N=6) – група осіб із високим рівнем загального показника толерантності; група ТН- (N=9) – група осіб із низьким рівнем загального показника толерантності; 2) умовні позначення шкал FPI: FI – невротичність; FII – спонтанна агресивність; FIII – депресивність; FIV – роздратованість; FV – товариськість; FVI – урівноваженість; FVII – реактивна агресивність; FVIII – сором'язливість; FIX – відкритість; FX – екстраверсія-інтроверсія; FXI – емоційна лабільність; FXII – маскуліність-фемінінність

Вісь ОХ містить показники рис і станів особистості (за 12-ма шкалами FPI). На вісі ОУ – шкалювання в стенайнах за показниками толерантності.

З огляду на очевидні відмінності в наведених вище особливостей рис і психічних станів, характерних для груп ТН+ та ТН-, можна стверджувати, що особи з різним рівнем толерантності мають відмінності за шкалами невротичності, спонтанної агресивності, урівноваженості, емоційної лабільності, реактивної агресивності та шкалою маскуліності-фемінінності.

Наявність відмінностей за багатьма показниками між даними групами також підтверджує наше припущення щодо вірогідного взаємозв'язку між психологічною адаптивністю та рівнем толерантності особистості.

На рисунку 3 продемонстровано *особливості соціально-психологічної адаптації осіб із різним рівнем вираженості психологічних бар'єрів* до дій у ситуації невизначеності, які є предметом нашого дослідження.

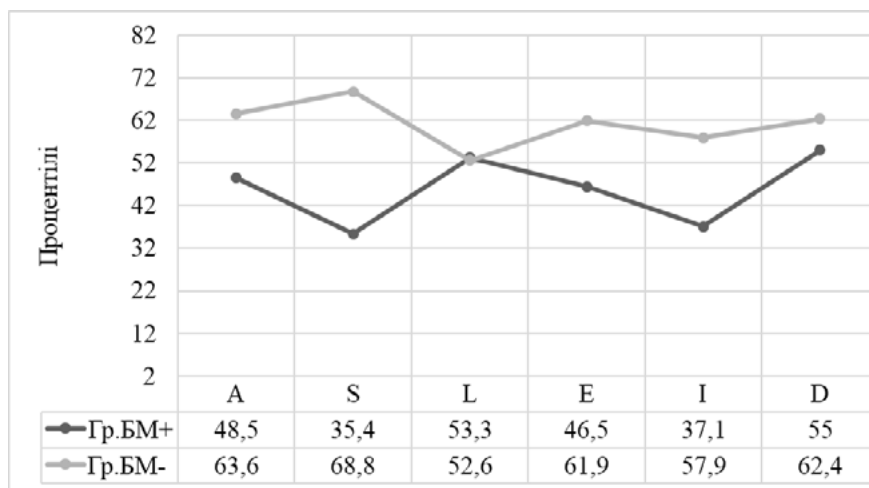
На вісі ОХ розташовані показники адаптивних якостей осіб (за 6-ма шкалами методики Роджерса-Даймонд). На вісі ОУ – розміщення на шкалі в процентилях за рівнем вираженості психологічних бар'єрів.

Особливу увагу привертають показники S (самоприйняття), D (домінування) та E (емоційна комфортність). Випробовувані з високими показниками

самоприйняття характеризуються глибоким і свідомим розумінням своїх почуттів, бажань і цінностей. Вони мають повне усвідомлення себе як особистості та вміють чітко формулювати й висловлювати свої думки, виражати потреби. Наявність високого показника домінування характеризує особистість, яка бере ініціативу в міжособистісних відносинах та виявляє лідерські якості, проявляє силу волі та рішучість у досягненні своїх цілей. Для обстежуваних із цієї вибірки, яка має високі показники емоційної комфортності, характерно відчуття стабільності, затишку та спокою у своїх емоціях. Такі особи можуть ефективно керувати стресом і ставитися до життя з оптимізмом та позитивним настроєм.

Ці характеристики вказують на те, що випробовувані з високим рівнем відмічених нами показників володіють глибоким розумінням себе та ситуації, у якій опинилися. Вони вміють адекватно визначати свої нагальні потреби, що на часі. Маючи лідерські якості та будучи ефективними в керуванні своїми емоціями, відчуттями та станами, ці особи мають високий рівень адаптивності і в невизначених ситуаціях.

Друга група осіб – із низькими показниками цього ж набору якостей – характеризується обмеженими адаптаційними можливостями до змін та

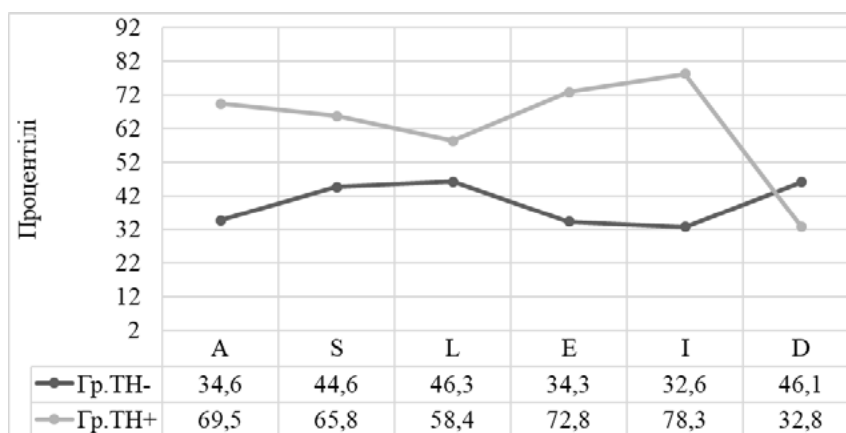


**Рис. 3. Профілі адаптивних якостей осіб із різним рівнем вираженості психологічних бар'єрів (n=30)**

Примітки: 1) група БМ+ (N=8) – група осіб із високим рівнем загального показника вираженості психологічних бар'єрів; група БМ- (N=7) – група осіб із низьким рівнем загального показника вираженості психологічних бар'єрів; 2) умовні позначення шкал адаптивності Роджерса-Даймонд: А – адаптація; S – самосприйняття; L – прийняття інших; E – емоційна комфортність; I – інтернальність; D – домінування

стресових ситуацій. На відміну від небар'єрних, бар'єрні особи в таких випадках можуть відчувати незручності та нездатність ефективно пристосовуватись до нових умов або викликів. Низький рівень за цими шкалами вказує на тенденцію даних осіб звертатись до зовнішніх джерел для визначення своєї самооцінки, спиратись на чужі цінності та вирішувати проблеми за допомогою інших. Бар'єрні досліджувані можуть шукати підтримки та визнання від оточуючих, недостатньо довіряючи власним судженням про себе, або навіть бути конформними – підкорятися думкам та бажанням інших, уникаючи конфліктів, зберігаючи уявну гармонію та приховуючи свої справжні почуття й думки.

Ці характеристики свідчать про недостатню для умов невизначеності гнучкість та обмежену самостійність у поведінці та вирішенні проблем. Випробувані з низьким рівнем адаптивності, домінування та інтернальності відчують дискомфорт, емоційні незручності та втрату контролю в стресових ситуаціях, шукають допомогу в інших людей або зовнішніх ресурсах для пристосування та вирішення адаптаційних проблем. Крім того, дані особи з низькими показниками обговорюваних якостей адаптивності відчують труднощі у вираженні своїх емоцій та взаємодії з емоціями інших людей. Вони відчують страх перед конфліктами, виявленням негативних емоцій та проявляють вразливість. У цьому контексті досліджувані



**Рис. 4. Профілі адаптивних якостей осіб із різним рівнем толерантності (n=30)**

Примітки: 1) група ТН+ (N=6) – група осіб із високим рівнем загального показника толерантності; група ТН- (N=9) – група осіб із низьким рівнем загального показника толерантності; 2) умовні позначення шкал адаптивності Роджерса-Даймонд: А – адаптація; S – самосприйняття; L – прийняття інших; E – емоційна комфортність; I – інтернальність; D – домінування



з низьким рівнем самосприйняття, домінування та емоційної комфортності схильні до уникання важких ситуацій або викликів, оскільки вони страждають від власних емоцій або вияву емоцій з боку інших людей.

На рисунку 4 представлено профілі адаптивних якостей осіб із різним рівнем толерантності до невизначеності та унаочнено *особливості соціально-психологічної адаптації осіб із різним ступенем толерантності до невизначеності*.

Тут вісь ОХ містить показники адаптивних якостей осіб із різним рівнем толерантності (за 6-ма шкалами методики Роджерса-Даймонд). На вісі ОУ – шкалювання в процентіях за ступенем толерантності до невизначеності.

У цьому профілі потребують обговорення показники А (адаптація) та І (інтернальність). Випробуваних із низьким рівнем адаптивності характеризують обмежені навички адаптації до змін та стресових ситуацій, вони відчувають суттєві для них незручності та нездатність ефективно пристосовуватись до нових умов при невизначеності. Низький рівень інтернальності обстежених із даної групи вказує на тенденцію цих осіб спиратися на думку оточення і у визначенні своєї позиції та цінностей, і у вирішенні проблем. Ці особи шукають підтримки та визнання від інших, недостатньо довіряючи власним внутрішнім ресурсам.

Показники характеристик адаптивності та інтернальності групи ТН+ у високих значеннях свідчать про достатню гнучкість і самостійність даних досліджуваних у поведінці та вирішенні проблем.

Випробувані з високим рівнем адаптивності та інтернальності відчувають себе комфортно в ситуаціях невизначеності та не втрачають контролю в стресових ситуаціях. Вони не шукають підтримки та допомоги в інших людей або зовнішніх ресурсах, а впевнено спираються на себе та свої психічні ресурси для пристосування до нових ситуацій та вирішення пов'язаних із цим проблем.

Спираючись на отримані результати емпіричного дослідження, можна стверджувати, що процес адаптації (або дезадаптації) та адаптивність (або дезадаптивність) як результат цього процесу напряду пов'язані з властивостями особистості, психічними станами, у яких вона перебуває, характером психологічних бар'єрів, ставленням особистості до цих психологічних перешкод та ситуації (у нашому випадку – до ситуації невизначеності).

**Висновки.** За підсумками теоретико-емпіричного дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації осіб із різним ставленням до невизначеності резюмуємо наступні висновки:

1. З'ясовано вікову та статеву статистику осіб, які опинилися в ситуації невизначеності. Мігрантами або переміщеними особами є переважно жінки. Співвідношення за статевою приналежністю прогнозовано розподілилось таким чином: особи чоловічої статі – 13,3%, особи жіночої статі – 86,7%. За віковими параметрами: особи від 18 до 24 років – 13,3%, особи від

25 до 34 років – 26,7%, особи від 35 до 44 років – 40%, особи від 45 до 64 років – 20%. Сегментація за місцем перебування та процентне співвідношення категорій таке: 50% осіб знаходяться за межами країни, 43,3% проживають безвизно вдома, 6,7% є внутрішньо переміщеними особами.

2. Уточнено ранжування щодо психологічних бар'єрів за частотою прояву, класифікацію за принципом їх приналежності до сфери психіки та розподілено на групи за особливостями їхніх проявів: вольові бар'єри, мотиваційні бар'єри, бар'єри раціональної оцінки ситуації, бар'єри емоційного ставлення до ситуації.

3. Доведено, що бар'єри до дій є перешкодами, які блокують активність особистості, спрямовану на внутрішні зміни психіки в процесі адаптації; зміни інтерактивних дій, спрямованих на утворення, налагодження або відновлення взаємозв'язків із зовнішнім світом та оточенням.

4. Підтверджено факти відмінності особливостей соціально-психологічної адаптації осіб із різним ставленням до невизначеності, виявлено принципи формування адаптивної та дезадаптивної поведінки в умовах невизначеності.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Андросович К. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : методичний посібник / К.А. Андросович, Л.І. Ткаченко, Г.В. Ільїна, І.О. Якімова, В.М. Шульга. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. 106 с.
2. Андросович К.А. Умови та форми процесу успішної адаптації студентів-першокурсників. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Київ, 2013. № 4(21). С. 121–128.
3. Губа Н., Гладких Ж. Теоретичний аналіз психологічних чинників, які впливають на формування толерантності. *Психологічні перспективи*. Луцьк : Вид-во СНУ, 2018. Вип. 32. С. 97–108.
4. Гусев А.І. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 ; Університет менеджменту освіти АПН України. Київ, 2009. 199 с.
5. Іванчихина К.О., Милославська О.В. Феномен невизначеності у психології. *Особистість, суспільство, закон*. Харків, 2019. С. 56–59.
6. Карамушка Л.М. Психологічні особливості ставлення студентської молоді до грошей : монографія / Л.М. Карамушка, О.Г. Ходакевич. Київ : КНЕУ, 2017. 200 с.
7. Ляпунова В.А. Функції толерантності як соціально значущої цінності : збірник наукових праць. Серія «Педагогічні науки». Херсон, 2016. Том 3. С. 119–122.
8. Массанов А.В. Визначення психологічних бар'єрів в професійному самовизначенні особистості / В.А. Массанов. Наука і освіта : зб. наук. праць. Одеса, 2008. № 8–9. С. 76–80.
9. Массанов А.В. Психологічні бар'єри в професійному самовизначенні особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського. Одеса, 2010. 409 с.

10. Поспелова І.Д., Печерова М.В. Психологічний супровід діяльності вчителя в період адаптації першокласників до навчання у школі. *Наука і освіта. Науково-практичний журнал*. 2008. № 3. С. 199–203.

11. Саннікова О.П., Саннікова А.О. Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід : монографія. Одеса : ВМВ, 2014. 238 с.

12. Сікора Я.Б. Адаптація як об'єкт наукового дослідження: психолого-педагогічний аналіз. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. Вип. 2(51). С. 135–139.

13. Тавровецька Н.І. Основні підходи до розкриття особистісної психологічної позиції. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. Т. 1. Вип. 1. С. 126–131.

14. Bokuniewicz S. Tolerance of uncertainty and ambiguity of the situation and anxiety as a state and as a feature. *Journal of Education Culture and Society. Experience*. 2020. No. 2. P. 224–236.

## REFERENCES

1. Androsovykh, K. (2021). Sotsialna adaptatsiia obdarovanoi osobystosti: vid dytynstva do yunosti: metodychnyi posibnyk [Social adaptation of the gifted personality: from childhood to youth]. Kyiv: Instytut obdarovanoi dytyny NAPN Ukrainy [in Ukrainian].

2. Androsovykh, K.A. (2013). Umovy ta formy protsesu uspishnoi adaptatsii studentiv-pershokursnykiv [Terms and forms of process of successful adaptation of students-freshmen]. *Aktualni problemy sotsiologii, psykholohii, pedahohiky – Actual problems of sociology, psychology, pedagogy*, 4(21), 121–128 [in Ukrainian].

3. Huba, N., Hladkykh, Zh. (2018). Teoretychnyi analiz psykholohichnykh chynnykiv, yaki vplyvaiut na formuvannia tolerantnosti [Theoretical analysis of psychological factors which influence on forming of tolerance]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological perspectives*, 32, 97–108. Lutsk: Vyd-vo SNU [in Ukrainian].

4. Husiev, A.I. (2009). Tolerantnist do nevyznachenosti yak chynnyk rozvytku identychnosti osobystosti [Tolerance to the vagueness as a factor of development of identity of personality]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv, Universytet menedzhmentu osvity APN Ukrainy [in Ukrainian].

5. Ivanchykhyna, K.O., Myloslavskya, O.V. (2019). Fenomen nevyznachenosti u psykholohii [The phenomenon of vagueness is in psychology]. *Osobystist, suspilstvo, zakon*. Kharkiv, 56–59 [in Ukrainian].

6. Karamushka, L.M. (2017). *Psykholohichni osoblyvosti stavlennia studentskoi molodi do hroshei [Psychological features of relation of student young people are to the money]*. Kyiv: KNEU [in Ukrainian].

7. Liapunova, V.A. (2016). Funktsii tolerantnosti yak sotsialno znachushchoi tsinnosti [Function of tolerance as socially meaningful value]. *Zbirnyk naukovykh prats: pedahohichni nauky – Collection of scientific works: pedagogical sciences*, 3, 119–122 [in Ukrainian].

8. Massanov, A.V. (2008). Vyznachennia psykholohichnykh barrieriv v profesiinomu samovyznachenni osobystosti [Determination of psychological barriers is in professional self-determination of personality]. Odesa: Nauka i osvita [in Ukrainian].

9. Massanov, A.V. (2010). Psykholohichni bar'ery v profesiinomu samovyznachenni osobystosti [Psychological barriers are in professional self-determination of personality]. Odesa Pivdennoukraiynskiy natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni K.D. Ushynskoho [in Ukrainian].

10. Pospelova, I.D., & Pecherova, M.V. (2008). Psykholohichni suprovod diialnosti vchytelia v period adaptatsii pershoklasnykiv do navchannia u shkoli [Psychological accompaniment of activity of teacher in the period of adaptation of first-class boys to the studies at school]. *Nauka i osvita. Naukovo-praktychnyi zhurnal – Science and education. Scientific and practical magazine*, 3, 199–203 [in Ukrainian].

11. Sannikova, O.P., Sannikova, A.O. (2014). *Stsenichni bar'ery: dyferentsyalno-psykholohichni pidkhid [Stage barriers: differential/psychological approach]*. Odesa: VMV [in Ukrainian].

12. Sikora, Ya.B. (2022). Adaptatsiia yak ob'ekt naukovoho doslidzhennia: psykholoho-pedahohichni analiz [Adaptation as object of scientific research: psychological-pedagogical analysis]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Ser.: Pedahohika. Sotsialna robota – Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Ser.: Pedagogy. Social work*, 2(51), 135–139 [in Ukrainian].

13. Tavrovetska, N.I. (2017). Osnovni pidkhody do rozkryttia osobystisnoi psykholohichnoi pozytsii [The basic going is near opening of personality psychological position]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Ser.: Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Ser.: Psychological sciences*, 1, 1, 126–131 [in Ukrainian].

14. Bokuniewicz, S. (2020). Tolerance of uncertainty and ambiguity of the situation and anxiety as a state and as a feature. *Journal of Education Culture and Society. Experience*, 2, 224–236.

**Iryna Pospelova,**

PhD (Candidate of Psychological Sciences),  
Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Practical Psychology,  
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy,  
26, Staroportofrankivska str., Odesa, Ukraine,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8802-7934>

**Olena Kosianova,**

PhD (Candidate of Psychological Sciences),  
Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Practical Psychology,  
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy,  
26, Staroportofrankivska str., Odesa, Ukraine,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9532-9981>

**Halyna Kloss,**

Master's Student in specialty 053 "Psychology",  
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiy,  
26, Staroportofrankivska str., Odesa, Ukraine,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-5410-5349>

## FEATURES OF SOCIALPSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF PERSONS ARE WITH DIFFERENT ATTITUDE TOWARD VAGUENESS

*In the article results are expounded theoretic and empiric research of problem of socialpsychological barriers of adaptation of persons in the conditions of vagueness. Essence of concept "socialpsychological barriers of adaptation" and functional and rich in content constituents of the last is specified. The problem of study of overcoming of socialpsychological barriers of adaptation is considered in the conditions of vagueness in domestic and foreign approaches. Purpose of the article: to present the results of research of socialpsychological barriers of adaptation of persons in the modern terms of vagueness. Methods of empiric research: test-questionnaire for the estimation of expressed of psychological barriers to the actions in the situation of vagueness (And. Massanov), multivariable personality questionnaire FPI, method of diagnostics of socialpsychological adaptation of K. Rodzhersa and Daymond, method of research of tolerance, to the vagueness (S. Badner). It is well-proven by a cross-correlation analysis, that close positive copulas are between the indexes of display of psychological barriers and indexes of features adaptations of personality, which stipulate this adaptation and it functional and rich in content constituents. It is empiric confirmed, that the features of attitude toward a vagueness can provoke the displays of those or other barriers of adaptation. Outlined basic directions of effective strategy of overcoming of barriers to the increase of adaptiveness of personality, and also to the changes and adaptation in the conditions of vagueness.*

**Key words:** *personality, adaptiveness, socialpsychological adaptation, barriers of adaptation, personality features, tolerance, intolerance, relation, is to the vagueness.*

*Подано до редакції 20.06.2023*