

МРНТИ:15.31.31

<https://doi.org/10.51889/2020-4.1728-7847.04>

Тапалова О. Б.¹, Абишева Э.Д.¹, Жапаров Э.Ж.¹, Грунская А.Л.¹
¹Казахский национальный педагогический университет имени Абая
Алматы, Казахстан

АДАПТИРОВАННОСТЬ - КАК КРИТЕРИЙ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Аннотация

В данной статье рассматривается значение социально-психологической адаптации, как актуальной психологической проблемы среди молодых специалистов XXI века. В исследовании были определены психологические особенности молодых специалистов в современных условиях. Выделены состояния и свойства личности характерные молодым специалистам с наличием дезадаптации.

Использованные методы исследования: анкетирование, методика экспресс-диагностики невроза К.Хека и Х.Хесса, многофакторный личностный опросник FPI.

Ключевые слова: молодой специалист, дезадаптация, невротичность, спонтанная агрессия, депрессивность, раздражительность, реактивная агрессия, застенчивость, открытость, эмоциональная лабильность.

Тапалова О.Б.¹ Абишева Э.Д.¹, Жапаров Э.Ж.¹, Грунская А.Л.¹
¹Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті
Алматы, Қазақстан

БЕЙІМДЕЛУ ЖАС МАМАНДАРДЫҢ ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҒЫНЫҢ ӨЛШЕМІ РЕТІНДЕ

Аңдатпа

Бұл мақалада XXI ғасырдың жас мамандары арасындағы өзекті психологиялық проблема ретінде элеуметтік-психологиялық бейімделудің маңыздылығы қарастырылады. Зерттеу барысында қазіргі жағдайдағы жас мамандардың психологиялық ерекшеліктері анықталды. Жас мамандарға тән күйлер мен тұлғалық ерекшеліктер дұрыс реттелмегендігімен ерекшеленеді.

Зерттеудің қолданылған әдістері: сұрақ қою, К.Хек пен Х.Хесс неврозын экспресс-диагностикалау әдісі, жеке тұлғаға арналған көп факторлы сауалнама.

Түйінді сөздер: жас маман, дұрыс жұмыс жасамау, невротизм, спонтанды агрессия, депрессия, ашуланиақтық, реактивті агрессия, ұялишақтық, ашықтық, эмоционалды лабильділік.

Tapalova O.B.¹ Abisheva E.D.¹, Zhaparov E.Z.¹, Grunskaya A.L.¹
¹Kazakh national pedagogical University named after Abai
Almaty, Kazakhstan

ADAPTATION AS A CRITERION OF MENTAL HEALTH OF YOUNG SPECIALISTS

Abstract

This article examines the importance of socio-psychological adaptation as an urgent psychological problem among young professionals of the XXI century. The study identified the psychological characteristics of young professionals in modern conditions. The states and personality traits characteristic of young specialists with the presence of maladjustment are highlighted.

The research methods used: questionnaires, methods of express diagnostics of neurosis by K. Heck and H. Hess, multifactorial personality questionnaire FPI.

Key words: young specialist, maladjustment, neuroticity, spontaneous aggression, depression, irritability, reactive aggression, shyness, openness, emotional lability.

Для каждого специалиста является важной способностью адаптироваться в новых для него условиях. Способность к адаптации является одним из важнейших условий поддержания психического здоровья личности, в особенности это важно для молодых специалистов, только окончивших ВУЗ и находящихся в поисках работы.

Молодой специалист представляет собой определенную социальную ячейку с присущими ей социальными ролями. В Республике Казахстан понятие молодого специалиста распространяется на лица в возрасте 29 лет, получивших среднее-специальное, высшее, поствысшее или иное профессиональное образование в соответствующих образовательных учреждениях и имеющих опыт работы не более 3 лет по соответствующей специальности [1].

Говоря о психологическом здоровье молодых специалистов, актуализируется проблема их профессиональной деятельности. Феномен профессиональной дезадаптации (нарушения адаптации) может стать причиной непсихотических нарушений у молодых специалистов, что способно влечь лонгитюдные последствия, снижающие эффективность деятельности. При подробном рассмотрении следствия нарушения адаптации выделяется нарушения аффективной и соматовегетативной системы человеческого организма. Естественно, что подобные нарушения влияют на качество жизни молодого специалиста. Противоядие же подобному негативному сценарию развития оказывается личностными чертами, обеспечивающих работу адаптивных механизмов психической деятельности. Высокая степень личностной адаптивности позволяет личности получать положительные эффекты приспособленческих реакций в виде поддержания на нормальном уровне степени ее невротизации. Подобный баланс адаптивных и дезадаптивных факторов присутствует во многих сферах деятельности личности [2].

Дезадаптация может являться следствием продолжительных стрессовых факторов. В их числе: ухудшение материального положения, изменение социального статуса, базисная фрустрация на основе потребностей, а также, частые конфликты с окружающими, плохие взаимоотношения в коллективе (учебном или трудовом). Так, нарушения приспособительных реакций, наблюдаются не только у молодых специалистов, но и у школьников, студентов, опытных специалистов, которые выражаются в ощущении мотивационного или физического истощения; нарастающего психического дистанцирования от учебных и профессиональных обязанностей; в снижении работоспособности, а также прогрессирующей социальной изоляции [3].

В современной психологической литературе невротические расстройства (неврозы), рассматривают как реакцию на психотравмирующие события. Функциональные расстройства психической деятельности обусловлены несовершенством механизмов психологической защиты, наличие которых, в дальнейшем, может привести к нарушению приспособительных реакции, высокой тревожности, психосоматическим расстройствам и т.д. [4].

Также, связаны с неврозом и относятся к критериям дезадаптации молодых специалистов: неустойчивость эмоционального состояния, проявляющаяся в частых изменениях настроения, повышенная сдержанность и осторожность поведения, раздражительность, вспыльчивость и др.

В то время как застенчивость не имеет прямого отношения к непсихотическим расстройствам, но ее показатели сильно отличаются у экспериментальной и контрольной групп.

Застенчивость – это свойство личности, которое проявляется в состоянии нервно-психического напряжения, недостатке легкости, спонтанности, раскованности и излишней сдержанности. Застенчивость приводит к определенным трудностям в общении с незнакомыми людьми и к напряжению в процессе взаимодействия с социумом, повышенной эмоциональной неустойчивости [4,5].

Опираясь на совокупность всех ранее вышперечисленных и упомянутых факторов, нами было проведено исследование, по выявлению критериев характеризующих молодых специалистов, находящихся в состоянии дезадаптации.

Гипотеза исследования: У молодых специалистов находящихся в состоянии дезадаптации более выражены проявления застенчивости, интроверсии и феминности по сравнению с группой молодых специалистов не испытывающих проблем с адаптацией.

Методы исследования: анкетирование, методика экспресс-диагностика невроза разработанная К.Хеком и Х.Хесс, Многофакторный личностный опросник FPI, программное обеспечение PSPP.

На первом этапе проводимого нами исследования, все участники проходили анкетирование. В анкете участники указывали свой возраст, образование и стаж работы. В дальнейшем эти данные помогут нам сформировать репрезентативную выборку.

Методика экспресс-диагностики невроза разработанная К.Хеком и Х.Хесс состоит из 40 утверждений касаемых самооощения участника тестирования. Данный метод позволяет эффективно и быстро оценить состояние испытуемых. За каждый положительный ответ в тесте начисляется 1 балл. Наличие 24 и более баллов в данном тесте может говорить о том, что личность в текущий момент имеет высокий риск формирования невроза и свидетельствует о выраженной эмоциональной возбудимости. Данная методика используется нами для разделения экспериментальной выборки на 2 группы: молодых специалистов с наличием дезадаптации и молодых специалистов без наличия дезадаптации [5].

Многофакторный личностный опросник *FPI* состоит из 114 вопросов, 12 шкал, характеризующих состояния и свойства личности. В данном исследовании опросник используется для комплексного исследования участников тестирования и последующего сравнения соответствующих показателей у экспериментальной и контрольной групп [6].

PSPP – программное обеспечение разработанное GNU и используемое для статистического анализа данных [7].

T-критерий Стьюдента является параметрическим критерием и используется для выражения степени различий между связанными и несвязанными выборками [8].

Ход исследования. Эксперимент проводился с 15.10.2020 по 02.11.2020 (19 дней). В исследовании было протестировано 116 испытуемых. В процессе анализа данных было выделено, что 30 испытуемых не соответствовали критерию репрезентативности группы или набрали низкие значения по шкале «Открытость», что может говорить о высоких рисках недостоверности их результатов. Все 30 испытуемых в дальнейшем не участвуют в статистическом анализе. Оставшиеся 86 участников были поделены по результатам методики экспресс-диагностики невроза К.Хека и Х.Хесса на 2 группы: экспериментальную (лица с наличием дезадаптации) и контрольную (лица без наличия дезадаптации). В дальнейшем для оценки степени различий между экспериментальной и контрольной группами был использован *T-критерий* (критерий Стьюдента) для несвязанных выборок при аппаратной поддержке *PSPP*.

Результаты.

Проанализировав при помощи статистического критерия результаты прохождения участниками исследования *FPI* мы получили результаты (см. Таблица 1)

Таблица 1. Степень значимости различий шкал *FPI* у экспериментальной и контрольной групп.

Шкала <i>FPI</i>	Степень значимости (при двухстороннем анализе)
Невротичность	$p = \leq 0.001$
Спонтанная агрессивность	$p = \leq 0.001$
Депрессивность	$p = \leq 0.001$
Раздражительность	$p = \leq 0.001$
Общительность	$p = > 0.05$
Уравновешенность	$p = > 0.05$
Реактивная агрессивность	$p = \leq 0.001$
Застенчивость	$p = \leq 0.001$
Открытость	$p = \leq 0.01$
Экстраверсия-интроверсия	$p = > 0.05$
Эмоциональная лабильность	$p = \leq 0.001$
Маскулинность-феминность	$p = > 0.05$

Примечание: *PSPP* в качестве результата выдает степень значимости различий показателей между экспериментальной и контрольной группами.

Статистически сильно значимые различия установлены: невротичность, спонтанная агрессия, депрессивность, раздражительность, реактивная агрессия, застенчивость, открытость, эмоциональная лабильность.

Статистических различий не установлено: общительность, уравновешенность, экстраверсия-интроверсия, маскулинность-феминность.

Вывод.

Таким образом, наша гипотеза подтвердилась частично: у молодых специалистов, находящихся в состоянии дезадаптации более выражены проявления застенчивости по сравнению с группой

специалистов, не испытывающих проблем с адаптацией. Данный факт создает условия для развития темы влияния застенчивости, как состояния или свойства личности, участвующего в процессе дезадаптации. Такие шкалы как «интроверсия» и «феминность» не показали статистически значимых различий между экспериментальной и контрольной группами.

Список использованных источников:

1. *Zakon Respubliki Kazahstan ot 9 fevralya 2015 goda № 285-V «O gosudarstvennoj molodezhnoj politike» (s izmeneniyami po sostoyaniyu na 07.07.2020 g.)*
2. *Il'chenko E.G. Formirovanie predstavlenij o nevroticheskikh rasstrojstvah (nevrozah) // Vestnik psihoterapii. 2018. № 65 (70). S. 31–48.*
3. *Mezhdunarodnaya klassifikaciya boleznej: «professional'nyj sindrom» emocional'nogo vygoraniya // VOZ [oficial'nyj sajt]. URL: https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/ru/ (Data obrashcheniya 12.11.2020)*
4. *Ivanova I.A., Kuimova N.N., Kornienko N.A., Tarasyuk A.A. Osobennosti samosoznaniya lic s nevroticheskimi rasstrojstvami // Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik. 2017. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samosoznaniya-lits-s-nevroticheskimi-rasstrojstvami> (data obrashcheniya: 12.11.2020).*
5. *Il'in E. P. Emocii i chuvstva. — SPb.: «Piter», 2011.*
6. *Batarshev A. V. Psihodiagnostika pogranych rasstrojstv lichnosti i povedeniya. - M.: Izd-vo Instituta Psihoterapii, 2004.*
7. *GNU PSPP // GNU.ORG [oficial'nyj sajt]. <https://www.gnu.org/software/pspp/> (data obrashcheniya 12.11.2020)*
8. *Ermolaev O.Yu. Matematicheskaya statistika dlya psihologov: uchebnik. 6-e izd., ster. – M.: FLINTA, 2014.*