

Малышев Иван Викторович

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Саратовский национальный

исследовательский государственный

университет им. Н.Г. Чернышевского»

г. Саратов, Саратовская область

DOI 10.21661/r-112852

ХАРАКТЕРИСТИКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ АДАПТАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ И КОПИНГ- СТРАТЕГИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ СТРЕССОГЕННЫХ ПРОФЕССИЙ

Аннотация: в статье анализируется проблема адаптационной готовности личности в виде ее основных социально-психологических составляющих у представителей профессий с разной степенью стрессогенности. Анализ характеристик адаптационных параметров личности и копинг-стратегий у воспитателей детских садов и учителей средних общеобразовательных школ показывает их отличительные особенности адаптации в противостоянии длительным стрессам и выбор соответствующих стратегий преодолевающего поведения.

Ключевые слова: адаптационная готовность личности, социально-психологические параметры адаптации, копинг-стратегии, представители стрессогенных профессий.

Публикация подготовлена в рамках поддержанного РГНФ научного проекта №15–06–10624.

На сегодняшний день особую актуальность приобретает адаптационная готовность и эффективность профессиональной деятельности специалистов с разной степенью стрессогенности. В современных реалиях личности необходимо изменяться с учетом внешне обусловленных социальных требований, быть готовой к постоянным стрессам и частым переменам. Особенно это относится к таким представителям стрессогенных профессий как воспитатели детских садов и

учителя школ, которые в условиях нарастающих стрессов и негативной социальной среды испытывают трудности адаптации и подвержены изменениям в виде снижения стрессоустойчивости и высокого риска эмоционального выгорания [3; 4]. Рассмотрение проблемы адаптационной готовности на сегодня трудно представить без всестороннего анализа и применения комплексного подхода. Современные ученые раскрывают дефиницию «адаптационная готовность» с позиций эконсихологического подхода как готовность личности эффективно взаимодействовать с новыми, динамичными образовательными, профессиональными, социальными и другими средами [2]. В других исследованиях важное место занимает проблема мотивации формирования психологической готовности будущих специалистов педагогов-психологов, что также существенно в условиях информатизации образования и изучения адаптационных процессов с точки зрения профессиональной социализации [1].

В рамках проблемы социально-психологической адаптации немаловажное значение имеет и формирования профессиональной готовности будущих педагогов к сотрудничеству с семьей школьника [5].

Проблематика адаптационной готовности с точки зрения современных исследований неразрывно связана с основными характеристиками социально-психологической адаптации и стратегиями преодолевающего поведения в стрессе. Исходя из этого, целью исследования является изучение социально-психологических составляющих адаптационной готовности личности и основных копинг-стратегий представителей стрессогенных профессий в системе образования – воспитателей детских садов и учителей школ.

В качестве методов, направленных на изучение параметров адаптационной готовности личности воспитателей детских садов и учителей выбран социально-психологический опросник адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, для изучения стратегий преодоления стресса использован опросник копинг-поведения в стрессовых ситуациях С. Нормана, Д.Ф. Эндлера, Д.А. Джеймса, М.И. Паркера (в адаптации Т.А. Крюковой). Статистически значимые различия показателей адаптации между выборками воспитателей и учителей проводились с помощью

t-критерия Стьюдента. Выборку исследования составили воспитатели детских садов (55 человек в возрасте 22–45 лет) и учителя общеобразовательных школ (46 человек в возрасте 24 до 50 лет) Саратовской области.

Из результатов анализа социально-психологических характеристик адапционной готовности следует, что высокий уровень адаптивности выявлен у 30% воспитателей, у 70% он находится в пределах нормы (средний уровень). В тоже время у 7% специалистов выявлен высокий уровень дезадаптивности. Высокий уровень эмоционального дискомфорта характерен для 11% воспитателей детских садов. Напротив, у учителей школ уровень адаптивности выше (70% испытуемых). При этом для 15% испытуемых характерен высокий уровень эмоционального дискомфорта. Все остальные параметры социально-психологической адаптации у испытуемых воспитателей и учителей находятся на среднем уровне, то есть близки к нормативным. Статистически значимые различия между выборками выявлены по следующим показателям адаптации: «адаптивность», «дезадаптивность», «не принятие себя», «эмоциональный дискомфорт», «внутренний контроль», «ведомость». Так, адаптивность у учителей выше и отличается в лучшую сторону, чем у воспитателей. Однако показатель эмоционального дискомфорта учителей более низкий у учителей, чем у воспитателей детских садов. При анализе основных стратегий преодолевающего поведения у 49% воспитателей выявлена копинг-стратегия, направленная на избегание, 42% ориентируются на «решение задачи» и 9% на эмоции при разрешении трудных ситуаций. Напротив, 71% учителей школ используют копинг-стратегию на избегание проблемы, 3% – на эмоции и только 26% ориентируются на решение задачи.

Таким образом, полученные результаты в целом показывают хороший уровень адапционной готовности личности в виде её социально-психологических параметров у воспитателей детских садов и учителей школ. Однако адапционные возможности испытуемых двух выборок имеют тенденцию к снижению в связи с выбором специалистами менее позитивных стратегий преодоления в стрессе. Так, для значительной части представителей стрессогенных профессий характерна следующая модель копинг- стратегии: «избегание-эмоции-решение

задачи». Всё это в дальнейшем может снизить адаптационные возможности личности. Вследствие чего риск дезадаптации личности работников остается высоким, несмотря на хороший уровень ряда показателей социально-психологической адаптации.

Список литературы

1. Галаев С.В. Мотивация профессионального развития будущих педагогов-психологов в условиях информатизации образования // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. – 2008. – Т. 8. – №2. – С. 72–76.

2. Григорьева М.В. Понятийный аппарат психологии адаптации личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – Т. 3. – №3. – С. 259–263.

3. Малышев И.В. Социально-психологическая адаптация личности и стратегии копинг-поведения учителей школ в процессе профессиональной социализации // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2013. – Т. 2. – №1. – С. 30–34.

4. Малышев И.В. Социально-психологические и индивидуальные характеристики личности выгорающих работников дошкольных образовательных учреждений / И.В. Малышев, О.Ю. Дрожалкина // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1. – №3. – С. 28–33.

5. Хуторянская Т.В. Формирование профессиональной готовности будущих педагогов к сотрудничеству с семьей школьника // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1. – №3. – С. 85–88.