

УДК 159.922.8 : 316.346.32-053.6(477)

Тетяна Дмитрівна Перепелиук,
кандидатка психологічних наук,
професорка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
м. Умань, Україна
ORCID: 0000-0001-6313-2279
tetiana.perepeliuk@udpu.edu.ua

Наталія Вячеславівна Гриньова,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини,
м. Умань, Україна
ORCID: 0000-0001-7261-9871
nataliia.hrynova@udpu.edu.ua

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Стаття присвячена дослідженню особливості соціальної та психологічної адаптації української молоді в умовах сучасності, що характеризується кризовими ситуаціями та глобалізацією. Акцентується увага на важливості цього процесу для формування особистості та її взаємодії з суспільством. Проведено емпіричне дослідження засвідчило рівень тривожності, адаптованості, самоприйняття та прийняття інших у здобувачів вищої освіти. Результати показали, що хоча більшість досліджуваних мають низький рівень реактивної тривожності та середній рівень особистісної тривожності, значна частина стикається з помірною особистісною тривогою та труднощами в адаптації. Дослідження підкреслює тісний зв'язок між соціально-психологічною адаптацією, психологічним здоров'ям та успішною самореалізацією.

Ключові слова: соціальна адаптація, молодь, соціалізація, психологічний супровід, психологічна адаптація, психологічне здоров'я.

Tetiana Perepeliuk,
PhD of Psychological,
associate professor
of the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State
Pedagogical University
Ukraine, Uman
ORCID: 0000-0001-6313-2279
tetiana.perepeliuk@udpu.edu.ua

Nataliia Hrynova,
PhD of Psychological,
associate professor
of the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State
Pedagogical University
Ukraine, Uman
ORCID: 0000-0001-7261-9871
nataliia.hrynova@udpu.edu.ua

RESEARCH ON THE PECULIARITIES OF SOCIAL ADAPTATION OF UKRAINIAN YOUTH IN THE CURRENT CONTEXT

This article delves into the critical issue of social and psychological adaptation among Ukrainian youth in the present era, characterized by pervasive crisis phenomena and the overarching influence of globalization. The study underscores the paramount importance of this adaptive process for the holistic development of young individuals and their effective integration within the societal framework. Special attention is paid to the intricate mechanisms through which young people navigate the demands and challenges of modern life, shaping their identities and modes of interaction. To empirically investigate this complex phenomenon, the author conducted a study focusing on students in higher education. The research specifically examined key indicators of their psychological state and adaptive capacities, including levels of reactive and personal anxiety (measured using the Spielberger-Hanin scale), as well as broader aspects of social and psychological adaptation, self-acceptance, and acceptance of others (assessed via the Rogers-Dymond questionnaire).

The findings of the empirical investigation revealed a nuanced picture. While a significant proportion of the surveyed students exhibited low levels of reactive anxiety, suggesting a capacity for maintaining composure in immediate stressful situations, a considerable segment reported moderate levels of personal anxiety, indicating a potential predisposition to worry and unease even in the absence of direct stressors. Furthermore, the study identified adaptation challenges among a notable fraction of the participants, highlighting potential difficulties in their integration and adjustment within the social environment.

The research emphasizes the strong interconnectedness between successful socio-psychological adaptation, overall psychological health, and the individual's ability to achieve self-realization. The article posits that effective adaptation is a crucial prerequisite for maintaining psychological well-being and fostering the development of one's full potential. Looking ahead, the author identifies several promising avenues for future research. These include a deeper exploration into the prevalence and dynamics of addictive and antisocial behaviors as they intersect with the social adaptation processes of young people, as well as the development and implementation of targeted prevention and intervention strategies. Additionally, the study points to the need for further investigation into the evolution of psychological defense mechanisms across the lifespan, particularly in relation to accumulated life experience and its impact on adaptive behaviors. While age undoubtedly influences coping strategies, the article suggests that maturation alone may not be the primary determinant of adaptive success in navigating complex life situations. The concept of an individual's adaptive potential, encompassing qualities that facilitate behavioral flexibility and resilience, is highlighted as a key area for future inquiry.

Keywords: social adaptation, youth, socialization, psychological support, psychological adaptation, psychological health, anxiety, self-acceptance, acceptance of others, coping strategies, adaptive potential.

Актуальність проблеми соціальної адаптації молоді в умовах інформатизації, глобалізації, кризово/екстремальних ситуацій сьогодення є досить важливою та вимагає сучасних досліджень у зв'язку з формуванням нових ціннісних орієнтації молодих людей. Реалії сучасності ставлять перед молоддю та їхніми батьками складні вимоги до соціалізації у нових складних життєвих умов. Соціальна адаптація є надзвичайно важливим процесом не лише для суспільства, але і для окремо взятої особистості. Даний процес сприяє формуванню у людини якостей, які необхідні для життєдіяльності у суспільстві та для становлення соціального досвіду. Процес соціальної адаптації відбувається через складні механізми соціальної, соціально-психологічної та психологічної інтеграції. Від самого початку життя індивіда відбуваються процеси адаптації, які включають формування самосвідомості, самоконтролю, рольової поведінки, взаємодії з різними ланками суспільної структури, узгодженості індивідуальних цінностей і переконань з суспільними нормами, збереження і формування оптимального балансу між собою, власним внутрішнім світом та навколишнім середовищем тощо [1].

Проблема соціальної та психологічної адаптації молоді та їх інтеграція у соціум є викликом і вимогою сьогодення. Потрібно наукове обґрунтування, емпіричне дослідження та розробка системи соціального та психологічного супроводу молоді, особливо в складних життєвих умовах. Дослідження проблеми адаптації особистості до соціальних змін можуть допомогти розуміти, які фактори впливають на цей процес та які стратегії адаптації є найефективнішими. Вивчення цієї проблеми також може сприяти розробці програм та підходів до підтримки адаптації особистості, включаючи психологічну підтримку та освіту. В умовах соціально-економічної кризи успішність, адекватність і

конструктивність соціально-психологічної адаптації визначають тенденції соціального та економічного розвитку суспільства. Адаптивність є одним з визначальних і діагностичних критеріїв психічного здоров'я й самоактуалізації й чинників успішної самореалізації. Соціально-психологічну адаптацію, її чинники та механізми різноаспектно й багатопланово вивчають з огляду на соціальну та соціально-економічну значущість проблеми. Науковці досліджували особливості адаптації в умовах звичайних життєвих ситуацій, стресу, життєвої кризи, однак різні психологічні концепції розглядають різні чинники соціальної адаптації. Провідне місце в сучасних дослідженнях соціальної адаптації належить теоретичним підходам когнітивно-біхевіорально-феноменологічної орієнтації [2].

Метою статті є дослідження особливостей соціальної та психологічної адаптації української молоді в сучасних кризових та глобалізаційних умовах шляхом вивчення рівнів тривожності, адаптованості, самоприйняття та прийняття інших, а також виявлення їхнього зв'язку з психологічним здоров'ям та самореалізацією.

Соціально-психологічна адаптація є процесом активного пристосування до вимог середовища. З позицій системного підходу це явище треба розглядати як безперервний процес взаємозумовлювального впливу людини та її соціального оточення, успішність і адекватність якого залежить як від індивідуально-психологічних особливостей, так і від чинників середовища [4]. Адаптація відбувається шляхом поєднання неусвідомлюваного та свідомого моделювання власної поведінки як індивідуальної стратегії та ситуативної тактики з метою досягнення бажаного результату. На формулювання бажаної мети та способів її досягнення впливають зовнішні та внутрішні соціальні регулятори. Зовнішніми соціальними регуляторами є норми поведінки, правила, вимоги та побажання й очікування щодо поведінки. Внутрішніми соціальними регуляторами є інтереси, потреби, ціннісні та сенсожиттєві орієнтації, які разом визначають життєві цілі, критерії оптимуму соціальної адаптації та індивідуально прийнятні способи й форми соціальної адаптації.

Психологічними чинниками, які визначають особливості соціальної адаптації, є психологічні властивості особистості, індивідуальні когнітивні стилі опрацювання інформації, копінг-стратегії та способи й тенденції емоційно-поведінкового реагування залежно від ступеня соціальної адаптації. Процес соціальної адаптації є певною послідовністю психологічних реакцій на об'єктивну ситуацію, які виявляються в поведінці, спрямованій на розв'язання специфічного завдання [3].

Ряд психологів працювали над проблемою адаптації особистості, зокрема Е. Фромм, який досліджував процес адаптації людини до соціального середовища; К. Роджерс, який висунув теорію позитивної регартації, яка стверджує, що для успішної адаптації особистості необхідна повнота та емоційна сатисфакція; Т. Парсонс досліджував шляхи соціальної адаптації через аналіз соціальної структури та ролей, інституцій і норм суспільства, він визнавав, що соціальна адаптація може бути складною і вимагати зусиль з боку індивіда, особливо в умовах соціальних змін; А. Бандура, І. Павлов, А. Маслоу, які примножили власними дослідженнями розуміння теорій адаптації особистості [9; 10].

Будь-яка адаптація є інтегративним виявом взаємодії значної кількості чинників, що одночасно існують в умовах системи, яка перебуває в ситуації нестійкої рівноваги. Крім того, розуміння адаптації як напруженої системи (К. Левін) потребує докладнішої уваги до окремих психологічних властивостей особистості, які впливають на соціальну адаптацію. Ці психологічні властивості є різною мірою стабільні, гнучкі чи ригідні, і саме ці властивості визначають конструктивність стратегій адаптації. Головною передумовою ефективної соціальної адаптації є психологічне здоров'я. Психологічне здоров'я – це психологічний стан, який відображає рівень здатності людини до реалізації та розвитку власного потенціалу. До сфери психологічного здоров'я належать потреби, ціннісні

орієнтації, інтереси, почуття, ментальність, ідентичність, сенсожиттєві орієнтації, відчуття когеренції, самоактуалізація, Я-концепція. Психологічне здоров'я визначає потенціал і ресурсність соціальної адаптації. Стрижневим елементом психологічного здоров'я є ідентичність, яка виявляється системою переконань щодо власної особи, світу та сенсу життя [5].

Соціально відповідна поведінка підлітків і студентів (молоді) пов'язана з більш високим рівнем їхньої соціально-психологічної адаптації та її окремими показниками (мірою прийняття себе й інших, рівнем емоційного комфорту, інтернальності (як внутрішнього локусу контролю) та прагнення до домінування (як схильності впливати на інших і ситуацію, певної активності), та навпаки, асоціальна поведінка має тісний кореляційний зв'язок із більш низьким рівнем адаптованості до соціально-психологічного оточення та вказаними її параметрами [7].

Серед сучасних українських дослідників різні аспекти процесу соціально-психологічної адаптації вивчали Т. Алексеева, І. Бойко, А. Реан та інші вчені [1-8]. Науковці під соціально-психологічною адаптацією особистості розглядають активне входження в специфічне соціальне середовище, оволодіння новою соціальною роллю, пристосування і звикання до нових умов життя, набуття життєвого досвіду, самостійності, певної соціальної зрілості, розвиток ініціативи. Д. Мамаєв, досліджуючи умови успішної соціальної адаптації, наголосив на створенні креативного середовища, що розвиває, стимулює навчальну, наукову і соціально-культурну діяльність підлітків і студентів; відкритість соціокультурного простору суспільству, його мобільність, швидку реакцію на зовнішні процеси, наявність зв'язків із різними соціальними структурами; залучення молоді до соціально-культурної, навчально-пізнавальної та наукової діяльності [5]. Адаптивність як умову стійкості студентів у процесі навчання вивчають Г. Варіна, Н. Гузь; питання економічно-психологічної адаптації розкриті у Р. Олексенко, О. Царькова [6].

Ми констатуємо, що натеper недостатньо вивченим лишається питання про зміну захисних механізмів у зв'язку із набуттям особистістю життєвого досвіду. Натеper існують дві рівнозначні моделі (жодна з них не вважається достатньо емпірично підтвердженою). Згідно з першою (розвитковою), становлення особистості сприяє успішності копінг-поведінки, за другою (ситуаційною) – копінг-стратегії не є «досконалими» чи навпаки «незрілими», їх слід оцінювати виключно у контексті конкретної стресової ситуації. Вік впливає на оцінку стресу особистістю та вибір копінг-стратегій, втім дорослішання не вважається головною детермінантою адаптивної поведінки та ефективного подолання складних ситуацій. Звідси, адаптивний потенціал особистості (адаптивність) передбачає наявність у її складі таких якостей, які б забезпечували необхідну доцільну мінливість і пластичність поведінки індивіда [10].

Дослідження соціальної та психологічної адаптивності здобувачів вищої освіти було проведено на факультеті соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Вибірку склали 78 осіб, віком від 17 до 20 років. Шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна – це методика з високою валідністю, яка включають дві шкали для вимірювання реактивної (тривожності як стану) та особистісної тривожності як стабільної характеристики людини. Реактивна тривожність визначається за допомогою серії з 20 тверджень, 10 з яких відображають наявність напруги, тривоги або занепокоєння, а 10 характеризують відсутність тривоги. За допомогою цих 20 суджень досліджувані описують свій психологічний та емоційний стан «тут і зараз» і визначають його рівень за чотирьох бальною шкалою. Низькі бали за цією шкалою свідчать проте, що суб'єкт здатний зберігати спокій і самоконтроль у стресових ситуаціях.

Таблиця 1

Показники реактивної та особистісної тривоги здобувачів

№ п/п	Рівні тривоги	Діапазон	Реактивна тривожність (% досліджуваних) N=78	Особистісна тривожність (% досліджуваних) N=78
1	Низька тривога	≤30 балів	69,75	57,75
2	Помірна тривога	31-44 бали	28,25	43,25
3	Висока тривога	45≤	2	-

Аналіз показників тривожності (представлено в таблиці 1, отриманих за шкалою реактивної тривожності Ч.Д. Спілбергера–Ю.Л. Ханіна та шкалою особистісної тривожності, показав, у переважній більшості досліджуваних, низький рівень індексу реактивної тривожності (69,75 %) та середній рівень особистісної тривожності (57,75 %). Під час тестування досліджувані перебували у відносно спокійному емоційному стані. Проте 43,25 % досліджуваних демонструють помірний рівень особистісної тривоги. Це може свідчити про те, що досліджувані мають помірну схильність відчувати тривогу і занепокоєння без достатніх на те підстав, низьку схильність сприймати стресові ситуації як небезпечні або загрозливі, а також низьку схильність реагувати на них тривогою, нервозністю, занепокоєнням, заклопотаністю і напруженістю.

Методику соціально-психологічної адаптації Роджерса й Даймонд застосовано для діагностики особливостей соціальної адаптації за критеріями адаптації, самоприйняття, прийняття інших, емоційного комфорту, інтернальності, прагнення домінувати та ескепізму. Опитувальник «Соціально-психологічна адаптація» Р. Даймонда–К. Роджерса. «Соціально-психологічна адаптація» означає пристосування до гармонійного життя в суспільстві, співвіднесення вимог суспільства з власними потребами, мотивами та інтересами [10]. Соціально-психологічна адаптація характеризується усвідомленням індивідом необхідності поступової зміни своїх стосунків із соціальним оточенням шляхом засвоєння нових форм поведінки та вироблення нових адаптивних механізмів, спрямованих на гармонізацію взаємовідносин між особистістю та середовищем. Рівень соціально-психологічної адаптації тісно пов'язаний з психологічними характеристиками та поведінковими особливостями особистості. Модель взаємовідносин між соціальним середовищем та особистістю, на якій базується цей інструмент, ґрунтується на концепції, що людина є суб'єктом власного розвитку і може брати на себе відповідальність за власну поведінку.

Адаптивність – це узгодженість диспозицій індивіда з вимогами соціального середовища. Йдеться про реалістичну оцінку себе та навколишньої дійсності, особисту активність, гнучкість і соціальну компетентність. Це означає самоповагу та здатність поважати інших, відкритість до реалістичного здійснення діяльності та стосунків, розуміння своїх проблем і готовність їх долати та справлятися з ними. На противагу цьому, критеріями дезадаптації є неприйняття себе та інших, наявність захисних бар'єрів в осмисленні власного життєвого досвіду, світогляд щодо вирішення проблем та негнучкість.

Опитувальник орієнтований на осіб віком від 14 років і старше. Містить 78 тверджень, оцінка яких полягає у присвоєнні балів (від 0 до 6). Опитувальник містить 14 шкал: «адаптації», «дезадаптації», «брехливості», «прийняття себе», «неприйняття себе», «прийняття інших», «неприйняття інших», «емоційний дискомфорт», «внутрішній контроль», «домінування», «підпорядкування», «ескапізм (відхід від проблем)». Найбільш репрезентативними рисами особистості, які найбільш чітко диференціюють вибірку, є основні показники «адаптивність», «самоприйняття» та «прийняття інших».

Результати дослідження життестійкості та психологічної стабільності здобувачів за опитувальником Р. Даймонда-К. Роджерса «Соціально-психологічна адаптація» [10] відображають ступінь психологічної напруженості та тривожності, яку досліджуваний відчуває в даний момент, згідно з індексом адаптованості, що характеризує загальний рівень ефективності процесу адаптації до умов навчальної діяльності. Існують підстави стверджувати, що за опитувальником «Соціально-психологічна адаптація» індекс адаптації, який характеризує загальний рівень ефективності процесу адаптації до умов навчальної діяльності, відображає ступінь психологічної напруженості та тривожності, яку досліджуваний переживає в даний момент. Високі бали за цією шкалою свідчать про те, що студенти більш адаптовані до соціального середовища та більш інтегровані з іншими членами колективу.

За показником «Самоприйняття-самонеприйняття», який відображає результат уявлень про себе, свої здібності та потреби, 22 % учасників отримали високий бал, 64 % – середній і 14 % – низький. Високий рівень самосприйняття є важливою умовою соціально-психологічної адаптації. Спотворені або нерозвинені уявлення про себе призводять до порушень адаптації.

Показник «Прийняття інших-неприйняття інших» відображає результати загальних уявлень суб'єкта про наміри і потреби оточуючих та його ставлення до себе як до незалежної і унікальної особистості; 18 % отримали високий бал, 72 % – середній і 10 % – низький. Чим більш розвиненим і неупередженим є сприйняття інших членів команди, тим ефективнішим буде спосіб взаємодії суб'єкта з іншими. Обираючи певні стратегії взаємодії, суб'єкт може співвідносити свої наміри та інтереси з намірами та інтересами іншої людини. За індексом «емоційний комфорт-емоційний дискомфорт», який відображає рівень задоволеності та пригніченості, 14 % респондентів мають високий рівень, 72 % – середній рівень і 14 % – низький рівень. Чим вищий бал за цією шкалою, тим нижчий рівень фрустрації, який відчуває респондент. Низькі показники за цією шкалою свідчать про вищий рівень внутрішньої напруженості, підвищену тривожність і незадоволеність системою взаємовідносин з оточуючими та своїм становищем у колективі.

За шкалою «інтернальність», яка відображає інтернальний локус контролю і виражається в почутті відповідальності за результати діяльності, 25 % мають високий рівень, 54 % – середній і 21 % – низький. Досліджувані з високими показниками за цією шкалою рідше піддаються впливу інших і чинять опір, коли відчувають, що ними намагаються маніпулювати. Вони краще діють на одинці, ніж коли за ними спостерігають, і болісно реагують, коли втрачається їхня особиста свобода. Люди, які вважають, що все, що з ними відбувається, є результатом дії зовнішніх сил-удачі, інших людей, провидіння – які не мають нічого спільного з їх власною волею (таких людей називають екстерналами), схильні приймати все, що з ними відбувається. Екстраверти рідше досягають висот життєтворчості, характерних для інтровертів, вони відчувають себе менш важливими в цьому житті і не беруться за складні завдання. Екстраверти більш пристосовані (дотримуються правил), легше піддаються тиску з боку інших і краще працюють на людях, ніж наодинці. Екстравертам важко організувати свою діяльність і вони часто враховують зовнішні потреби при плануванні (підготовка матеріалів до іспитів, приготування святкової вечері, якщо до них прийшли гості).

Локус контроль також пов'язаний з тим, як люди ставляться один до одного. Як правило, учасники тренінгу більш впевнені в собі, більш популярні і більш толерантні в групі, ніж аутсайтери. Стажери більш позитивно ставляться до власного благополуччя. На відміну від них, екстраверти асоціюються з пригніченим настроєм і занепокоєнням щодо стану здоров'я. За показником «потреба в контролі-підпорядкуванні», який виражає

ступінь вираженості тенденцій до лідерства, власності, незалежності від думки інших та автономії, 18 % респондентів набрали високий бал, 64 % – середній і 18 % – низький.

Досліджувані з високими показниками за цією шкалою певною мірою ігнорують у своїй поведінці соціальні конвенції та авторитети, діють сміливо і рішуче, живуть за власними законами, активно і агресивно відстоюють своє право на незалежність і вимагають незалежності від інших. Низькі значення за цією шкалою свідчать про конформність, невміння відстоювати власні ідеї, невпевненість у власних силах і можливостях, залежність від себе або когось сильнішого, пасивність і підлабузництво.

За показником «уникнення», який показує схильність ігнорувати проблеми, уникати невизначених ситуацій, що вимагають прийняття рішень та використання певних стратегій для їх подолання, 32 % мають високий рівень, 46 % – середній рівень та 22 % – низький рівень. Високі бали за шкалою поведінки уникнення отримують досліджувані, які дуже стурбовані своєю здатністю вирішувати проблемні ситуації, бояться труднощів або ситуацій, які можуть спричинити ускладнення, а також зайняті власними фантазіями, які зменшують стресові ситуації.

Досліджувані з низькими показниками за цією шкалою не бояться труднощів (реальних чи потенційних), ретельно аналізують ситуації, приймають рішення, не переймаючись емоційно можливими наслідками та не відчуваючи пригніченості від ефективного реагування. Вони не уникають проблемних ситуацій і впевнені, що можуть вирішити проблеми самостійно.

Таблиця 2

Результати дослідження за опитувальником

К. Роджерса-Р. Даймонда

№	Шкали	Кількість досліджуваних, які мають високий рівень (у %)	Кількість досліджуваних, які мають середній рівень (у %)	Кількість досліджуваних, які мають низький рівень (у %)
1	Адаптивність–дезадаптація	22	64	14
2	Прийняття себе	22	64	14
3	Прийняття інших–неприйняття інших	18	72	10
4	Емоційний комфорт–емоційний дискомфорт	14	72	14
5	Інтернальність (внутрішній контроль–зовнішній контроль)	25	54	21
6	Домінування–підпорядкування	18	64	18
7	Ескапізм	32	46	22

Дослідження показало, що 14 % здобувачів вищої освіти мали погану адаптивність, відкидали себе та інших, відчували емоційні розлади; 18 % мали ознаки комплексу неповноцінності: невміння адаптуватися, невміння відстоювати свої ідеї, невіра у власні здібності та вміння, пасивність та манірність.

На основі проведеного аналізу за критерієм хі-квадрат Пірсона, на рівні значущості $\alpha=0.05$, немає статистично значущої різниці між розподілом рівнів реактивної та особистісної тривожності у досліджуваній вибірці здобувачів вищої освіти. Це означає, що

частота проявів різних рівнів тривожності (низького, помірного, високого) є подібною для реактивної та особистісної тривожності в цій групі студентів. Таким чином, соціально поведінка досліджуваних корелює з вищим рівнем їхньої соціально-психологічної адаптації та її показниками (прийняття себе й інших, емоційний комфорт, інтернальність, прагнення домінування), тоді як асоціальна поведінка пов'язана з нижчим рівнем адаптованості.

Отже, соціально-психологічну адаптацією особистості розглядають як активне входження в специфічне соціальне середовище, оволодіння новою соціальною роллю, пристосування і звикання до нових умов життя, набуття життєвого досвіду, самостійності, певної соціальної зрілості, розвиток ініціативи. Успішна соціально-психологічна адаптація сприяє становленню цілісного, узгодженого (несуперечливого) і позитивного образу Я, адекватної, стійкої самооцінки, що зумовлюють послідовну поведінку й досконалішу саморегуляцію молоді. Науковці підкреслюють необхідність наукового обґрунтування, емпіричного дослідження та розробки системи соціального і психологічного супроводу молоді, особливо в складних життєвих умовах. Також наголошується на важливості створення креативного середовища, що розвиває, стимулює навчальну, наукову та соціально-культурну діяльність молоді, а також на залученні молоді до такої діяльності.

Подальшими перспективними напрямками дослідження вбачається діагностика рівня адиактивної та асоціальної поведінки в процесі соціальної адаптації молоді та впровадження ефективних методів її профілактики та корекції. Також існує недостатньо вивченим питання про зміну захисних механізмів у зв'язку з набуттям життєвого досвіду; хоча вік впливає на вибір копінг-стратегій, дорослішання не вважається головною детермінантою адаптивної поведінки. Адаптивний потенціал особистості передбачає наявність якостей, що забезпечують необхідну мінливість і пластичність поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєва Т. В. Соціально-психологічні аспекти адаптації: монографія. Донецьк: Вебер, 2008. 230 с.
2. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації. URL: <https://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p091.php> (дата звернення 24.02.2025).
3. Галецька І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Серія: Філософські науки*. 2003. Вип. 5. С. 433–442.
4. Гриньова Н.В. Соціальна адаптація здобувачів вищої освіти: історичний аспект. *Психологічні студії*. 2024, № 1. С. 42–49.
5. Мамаєв Д. Ю. Соціально-психологічна адаптація молоді до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. 2009. № 1 (21). С. 1–3.
6. Перепелюк Т., Харченко Н. Копінг-стратегії як чинник адаптації студентів до умов навчання під час війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 2024. 79 (3). С. 108–114.
7. Шевченко С. В. Аналіз психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. Інститут психології імені Г.С. Костюка. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014. Том. X. Вип. 26. С. 918–931.
8. Шевченко С., Денисов І. Особливості соціально-психологічної адаптації підлітків і студентів як передумови їх асоціальної поведінки. *Психологія: наука і навчання*. 2018. № 9–10. С. 92–97.
9. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York, 1997. 605 p.

10. Rogers C., Dymond R. Psychotherapy and personality change. Co-ordinated research studies in the Client-Centered Approach. Chicago: The University of Chicago Press, 1954. 447 p.

REFERENCES

1. Alekseieva, T. V. (2008). Sotsialno-psykholohichni aspekty adaptatsii: monohrafiia. Donetsk: Veber [in Ukrainian].
2. Haletska, I. Psykholohichni chynnyky sotsialnoi adaptatsii. [Psychological factors of social adaptation] URL: <https://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p091.php> [in Ukrainian].
3. Haletska, I. (2003). Samoefektyvnist u strukturi sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii. [Self-efficacy in the structure of socio-psychological adaptation]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya: Filosofski nauky*, Vyp. 5, 433–442 [in Ukrainian].
4. Hrynova, N. V. (2024). Sotsialna adaptatsiia здобувачів вищої освіти: історичний аспект. [Social adaptation of higher education applicants: a historical aspect]. *Psykholohichni studii*, № 1, 42–49 [in Ukrainian].
5. Mamaiev, D. Yu. (2009). Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia molodi do umov navchannia u vyshchomu navchalnomu zakladi. [Socio-psychological adaptation of young people to the conditions of study in a higher educational institution]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii. Skhidnoukr. nats. un-t im. Volodymyra Dalia*, № 1 (21), 1–3 [in Ukrainian].
6. Perepeliuk, T. & Kharchenko, N. (2024). Kopinh-stratehii yak chynnyk adaptatsii studentiv do umov navchannia pid chas viiny. [Coping strategies as a factor in students' adaptation to learning conditions during war]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 79 (3), 108–114 [in Ukrainian].
7. Shevchenko, S. V. (2014). Analiz psykholohichnykh umov rozvytku rozumovoi pratsezdatsnosti pershokursnykiv v adaptatsiinyi period. [Analysis of the psychological conditions for the development of mental performance of first-year students during the adaptation period]. *Aktualni problemy psykholohii. Psykholohiia navchannia. Henetychna psykholohiia. Medychna psykholohiia*. Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuksa. K.: DP «Informatsiino-analitychne ahentstvo», Tom. Kh. Vyp. 26, 918–93 [in Ukrainian].
8. Shevchenko, S. & Denysov, I. (2018). Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii pidlitkiv i studentiv yak peredumovy yikh asotsialnoi povedinky. [Peculiarities of socio-psychological adaptation of adolescents and students as a prerequisite for their antisocial behavior]. *Psykholohiia: nauka i navchannia*. № 9-10, 92–97 [in Ukrainian].
9. Bandura A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York.
10. Rogers, C. & Dymond, R. (1954). Psychotherapy and personality change. Co-ordinated research studies in the Client-Centered Approach. Chicago: The University of Chicago Press.

Подано до редакції: 30.03.2025.