

ГОТОВНІСТЬ ДО ЗМІН ЯК ЧИННИК РЕЗИЛІЄНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

І.М. Ющенко

кандидат психологічних наук, доцент

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені

Т.Г.Шевченка

І.М. Ющенко кандидат психологічних наук, доцент

Події, пов'язані з війною в Україні, безперечно, мають безліч ризиків та негативних наслідків для розвитку особистості. Молоді досить важко протистояти довготривалому стресу в умовах тотальної небезпеки, нестабільності та невизначеності. Сьогодні спостерігається психологічна ситуація, сутність якої полягає в необхідності здійснення людиною вибору соціальних орієнтирів та лінії поведінки в мінливих, вкрай нестабільних умовах життєдіяльності, викликаних, насамперед, війною в Україні.

Говорячи про здатність людини протистояти негативному впливу життєвим негараздам, стресам, долати труднощі та рухатися вперед особистісно зростаючи, слід, насамперед, звернутися до такого психологічного поняття, як «резилієнтність».

Резилієнтність – це здатність долати серйозні життєві труднощі, домагатися успіху і продовжувати розвиватися, незважаючи на складні умови життєдіяльності. Даний термін, синонімами якого є такі поняття як «життєздатність», або «психологічна пружність» широко використовується у сучасних дослідженнях.

Аналіз робіт вітчизняних та зарубіжних дослідників показує, що здатність протистояти стресу в складних умовах життєдіяльності залежить від прояву багатьох особистісних диспозицій та стильових особливостей поведінки, які відображають індивідуальну неповторність та унікальний досвід кожної людини (Г.В. Ложкін, Т.М. Титаренко, Н.В.Чепелева, Ю.М.Швалб та ін.).

Деякі з них досить добре досліджені як вітчизняними, так і зарубіжними авторами і лежать в основі адаптаційного потенціалу особистості [1, с.302]. Серед них важливе місце належить особистісній готовності до змін.

Теоретичні та емпіричні дослідження резилієнтності представлені у роботах сучасних дослідників Chisholm K., Kaiser N, Saeed G., Stainton A. та ін. [2; 3].

Нами було проведене емпіричне дослідження впливу особистісної готовності до змін на рівень резилієнтності. Досліджувані – студенти Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка різних курсів та спеціальностей.

У дослідженні була використана методика «Особистісна готовність до змін» – «Personal Change-Readness Survey» (PCRS) розроблену Ролніком, Хезером, Голдом та Халом. Для діагностики рівня резилієнтності використовувалась Шкала резилієнтності Коннора-Девідсона.

Порівняння середніх значень показників даної методики показало, що у студентів найбільшими є значення середніх показників таких шкал, як «винахідливість/кмітливість» (20,4), «пристрасність» (19,4) та «оптимізм» (18,9). Значно нижчими у самооцінці наших респондентів є значення таких показників, як «адаптивність» (13, 9), «толерантність до неоднозначності» (13,2) та «сміливість/ підприємливість» (12,2).

Для виявлення чинників особистісної готовності до змін нами був здійснений факторний аналіз отриманих даних. Його результати дозволили визначити два найбільш значущі фактори із загальним внеском до сукупної дисперсії 54,85%.

Перший фактор – «Енергійність» (внесок у сумарну дисперсію 28,12%) увібрав такі показники, як «пристрасність» (0,775), «впевненість у собі» (0,761), «винахідливість» (0,748) та з від'ємним значенням «адаптивність» (-0,405). Виокремлення даного фактора показує, що особистісна готовність до змін у здобувачів освіти пов'язана із такими особистісними властивостями, як високий життєвий тонус, енергійність, невтомність, вміння

знаходити вихід із складних ситуацій, віра у власні можливості, наявність бажання, волі та сил йти до поставленої мети.

Другий фактор – «Гнучкість» (внесок у сумарну дисперсію 26,725%) складається із таких показників як, «оптимізм» (0,757), «толерантність до неоднозначності» (0,745), «підприємливість» (0,610) та «адаптивність» (0,576). Компоненти даного фактору свідчать про те, що особистісна готовність до змін залежить від оптимізму, віри в успіх, в можливість позитивного розвитку подій, вмінні фіксуватись не на проблемах, а на можливостях їх вирішення, спокійному ставленні до ситуації, коли не зрозуміла сутність того, що відбувається, сміливості при зустрічі з новим та невідомим, здатності не наполягати на своєму, змінювати власні плани та рішення, якщо ситуація цього вимагає.

Оскільки в нашому дослідженні висунуто припущення про вплив рівня особистісної готовності до змін на резилієнтність студентів, необхідно було емпірично перевірити наявність взаємозв'язку між зазначеними змінними.

Результати порівняння показників виявлених факторів особистісної готовності до змін (за t-критерієм Ст'юдента) між групами студентів з високим та низьким рівнем резилієнтності показали достовірну різницю показників обох факторів у досліджуваних з низьким та високим рівнем резилієнтності. При цьому достовірність різниці показників фактору «Енергійність» на рівні $p \leq 0,01$, а фактору «Гнучкість» на рівні $p \leq 0,05$.

Шляхом дисперсійного аналізу був встановлений прямий позитивний зв'язок між рівнем прояву показників фактору «Енергійність» та рівнем резилієнтності. Подібний взаємозв'язок виявлено між рівнем прояву показників фактору «Гнучкість» та загальним рівнем резилієнтності.

У дослідженні також було виявлено, що фактор «Енергійність» позитивно корелює із всіма, без винятку, показниками резилієнтності. Фактор «Гнучкість» має також позитивні кореляції з такими показниками резилієнтності як, здатність до адаптації та здатність до саморегуляції.

Кореляційний аналіз показав, що показник загального рівня резилієнтності корелює з показником «винахідливість» ($r=0,371$, при $p<0,01$) «оптимізм» ($r=0,293$, при $p<0,01$) та «пристрасність» ($r=0,203$, при $p<0,01$).

Узагальнюючи отримані результати можна констатувати, що високий рівень розвитку таких інтегральних показників особистісної готовності до змін, як енергійність та гнучкість прямо чи опосередковано впливають на рівень психологічної пружності та життєздатності студентської молоді.

Література

1. Ющенко І. М. Резилієнтність дитини в парадигмі ресурсного підходу. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2015. Вип. 128. С. 302-306.
2. Oshio A., Taku K., Hirano M., Saeed G. Resilience and Big Five personality traits: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*. 2018. № 127. P. 54-60.
3. Stainton A., Chisholm K., Kaiser N. et al. Resilience as a multimodal dynamic process. *Early Interv Psychiatry*. 2018. № 13(4). P. 725-732.