

Т.Л. МИРОНОВА

Доктор психологических наук,
профессор, заведующая кафедрой
общей и социальной психологии
Бурятского государственного университета

Н.Д. САНЖИЖАПОВА

Студентка социально-психологического факультета
Бурятского государственного университета
г. Улан-Удэ

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ БЕЗРАБОТНЫХ ЖЕНЩИН

Аннотация: В статье рассматриваются личностные особенности безработных женщин в зависимости от характера социально-психологической адаптации.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, безработные женщины, личность, экономический кризис, самоотношение.

The summary: The personal peculiarities of the unemployed women, depending on the type of the socio-psychological adaptation are examined in the article.

Key words: adaptation, unemployed women, personality, economic crisis, self-attitude

На современном этапе развития нашего общества в России идет становление рыночной экономики и формирование рынка труда. В этих условиях перед личностью открывается возможность более полно реализовать свои способности, планы и зарабатывать в соответствии с ценностью своего труда. Наряду с этим, развитие рыночных отношений и функционирование рынка труда ведет и к непомерным социальным издержкам, в том числе и к безработице. Мировой экономический кризис затронул и Россию. В 2008-2010 году произошло сокращение объемов производства, изменение характера деловых связей, возник общий спад деловой активности, все это привело к сокращению рабочих мест. Безработица стала не только фактором жизни российского общества, но и фактором, обуславливающим умонастроения людей, их психологическое состояние, а также социальную напряженность.

В связи с тем, что в настоящее время на рынке труда более востребованными стали специалисты «рабочих» профессий, женщины пополнили значительный отряд безработных, зарегистрированных в органах службы

занятости. Мужчины преобладают среди временных (до четырех месяцев) безработных, а также в группе безработных предпенсионного возраста. В остальных социальных группах (молодые специалисты, инвалиды и т.д.) преобладают женщины.

По своим социально-демографическим характеристикам, психическому состоянию, умонастроению, безработные женщины – это особая социальная группа общества, требующая к себе особого подхода.

Таким образом, в настоящее время наиболее актуальной является организация мероприятий, ориентирующих безработных женщин на лучшее приспособление к современным условиям рынка труда, активизацию их внутренних мотивов, направленных на самореализацию.

Изучению проблем психологии личности в кризисных ситуациях при изменении социальных отношений в обществе посвящено большое количество работ, как в нашей стране, так и за рубежом. Во всех данных работах можно выделить особенность, которая заключается в том, что они выполнялись в относительно стабиль-

ных экономических условиях. Поэтому на сегодняшний день актуальность приобретают исследования, направленные на изучение изменений личности в условиях мирового экономического кризиса.

Все вышеуказанное свидетельствует об актуальности исследования определенных личностных особенностей безработных женщин, позволяющих разработать более адекватные и эффективные формы оказания им психологической помощи и поддержки.

Целью данной работы является исследование влияния социально-психологических особенностей личности на процесс адаптации безработных женщин.

Объектом исследования был определен процесс адаптации личности безработных женщин. Предметом исследования являются личностные особенности безработных женщин, влияющие на уровень их социально-психологической адаптации.

В исследовании приняло участие 88 безработных женщин, зарегистрированных в центре занятости населения г. Улан-Удэ, в возрасте от 23 до 45 лет. В исследовании принимали участие безработные, соответствующие следующим признакам: 1) уровень образования: средне-специальное и высшее; 2) время пребывания в статусе безработного – не менее 3 месяцев. Исследование проводилось в феврале-апреле 2010 года.

Нами были использованы следующие психодиагностические методики: личностный опросник Р. Кеттелла; опросник самооотношения (МИС) В.В. Столина, С.Р. Панталева; методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса, Р. Даймонда; методика оценки личностной тревожности Спилберга.

Факторы	Средние значения у безработных с низким уровнем адаптации	Средние значения у безработных с высоким уровнем адаптации	t-критерий Стьюдента
Ситуативная тревожность	33,56	27,27	4,2
Личностная тревожность	48,3	36,63	5,7

Таблица 1. Различия в показателях тревожности в выборке безработных женщин ($p < 0,001$)

Нами были выделены две группы безработных женщин. I группа – с высоким уровнем социально-психологической адаптированности, II – с низким уровнем.

Проведенный нами сравнительный анализ показа-

телей тревожности безработных с высоким и низким уровнем адаптации по t-критерию Стьюдента показал, что между безработными существуют достоверные различия по показателям ситуативной и личностной тревожности ($t = 4,2; p < 0,001; t = 5,7; p < 0,001$). Испытуемым с высоким и низким уровнем адаптации свойственен различный уровень ситуативной и личностной тревожности (таблица 1).

Таким образом, безработные с высокой способностью к адаптации имеют достоверно более низкие значения личностной тревожности, чем безработные с низкой способностью к адаптации. Безработные женщины с низкой способностью к адаптации отличаются острой предрасположенностью к тревоге и наличием тенденции воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения. В свою очередь, безработные женщины с высокой способностью к адаптации характеризуются повышенной эмоциональной устойчивостью в стрессовых ситуациях, адекватной самооценкой и самопринятием. Безработные женщины с низкой способностью к адаптации характеризуются высокими показателями по шкале ситуативной тревожности, что свидетельствует о наличии у них таких эмоциональных переживаний, как напряжение, беспокойство, озабоченность. Женщины, обладающие низкой способностью к адаптации в сложных жизненных ситуациях, таких как отсутствие занятости, отличаются сложностью субъективных эмоциональных переживаний. Состояние переживания возникает у них как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени. В отличие от данной группы безработных, женщины, способные к адаптации, не склонны воспринимать угрозу своей жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности.

Рассмотрим результаты исследования по 16 PF-опроснику Р. Кеттелла у двух групп безработных женщин. На рис. 1 показаны личностные профили безработных женщин с высоким и низким уровнями адаптации. Сопоставив данные профили, мы выделили ряд факторов, показатели которых различны для двух групп испытуемых. К ним относятся: фактор А – Замкнутость-Общительность; фактор В – Конкретное мышление-Абстрактное мышление; фактор G – Низкая нормативность поведения-Высокая нормативность по-

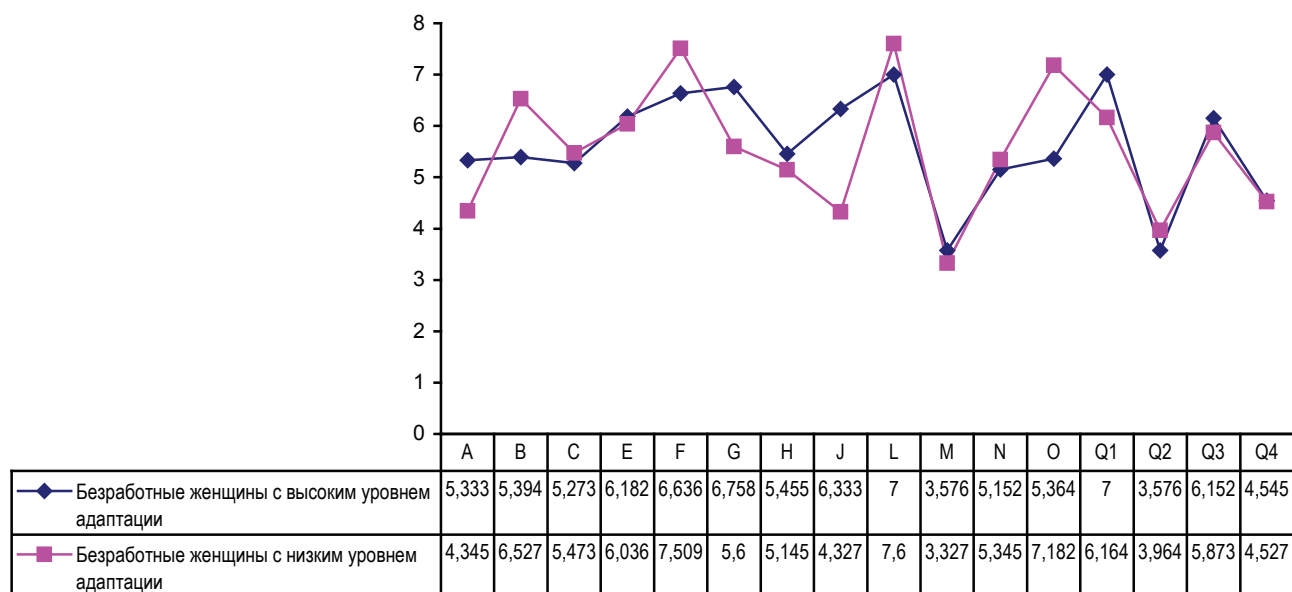


Рис. 1. Средние значения испытуемых с высоким и низким уровнем адаптации по факторам личности (в стенах)

ведения; фактор J – Реализм-Чувствительность; фактор O – Спокойствие-Тревожность.

Полученные данные по фактору A свидетельствуют о наличии у безработных женщин I группы таких качеств, как добродушие, интерес к людям, средний уровень общительности, эмоциональная восприимчивость. Испытуемые II группы характеризуются недостаточной общительностью, нередко они проявляют излишнюю строгость в оценке людей, испытывают трудности в установлении межличностных контактов.

Показатели по фактору B у безработных с высокой и низкой адаптивностью ($b_1=5,39$; $b_2=6,52$) являются средними, что характеризует представителей обеих групп как обладающих развитым абстрактно-логиче-

ским мышлением, оперативностью мышления, сообразительностью.

Нами установлены достоверно значимые различия в двух выборках по факторам G, J, и O. Эти данные представлены в таблице 2. Как видно из таблицы, между безработными существуют достоверные различия по следующим показателям: нормативность поведения ($t=2,4$; $p<0,02$), чувствительность ($t=3,8$; $p<0,001$), спокойствие ($t=3,9$; $p<0,001$).

Данные таблицы 2 свидетельствуют о том, что испытуемые с высокой способностью к адаптации имеют достоверно более высокие значения по шкалам нормативности поведения и чувствительности, а испытуемые с низкой способностью к адаптации имеют достоверно более высокие значения по шкале тревожности.

Таким образом, безработные женщины, способные к адаптации, характеризуются добросовестностью, ответственностью, уравновешенностью, настойчивостью, склонностью к морализированию, предприимчивостью, активностью, а женщины с низкой адаптивностью обладают такими качествами, как склонность к непостоянству, подверженность влиянию чувств, случая и обстоятельств, представители данной группы не делают усилий по выполнению групповых требований и норм.

Женщины с высоким и низким уровнем адаптации имеют достоверные различия по шкале жесткости-чувствительности ($t=3,8$; $p<0,001$), что характеризует первых, как впечатлительных, склонных к эмпатии, сопереживанию и пониманию других людей, а вторых, как более черствых по отношению к окружающим.

Факторы	Средние значения безработных с низким уровнем адаптации	Средние значения безработных с высоким уровнем адаптации	t-критерий Стьюдента
Высокая нормативность поведения	5,6	6,75	2,4*
Чувствительность	4,32	6,33	3,8**
Спокойствие	7,18	5,36	3,9**

Примечание: * $p\leq 0,02$; ** $p\leq 0,001$

Таблица 2. Различия в показателях личностных свойств в выборке безработных

Нами установлено, что для испытуемых первой группы характерны такие черты, как жизнерадостность, уверенность в себе, отсутствие боязливости, спокойствие, а второй группы - ипохондричность, подверженность настроению, страхи, неуверенность в себе, склонность к депрессиям, чувствительность к одобрению окружающих, чувство вины и недовольство собой, что свидетельствует об их дезадаптированности.

В таблице 3 представлены результаты исследования по методике «Самоотношения» (МИС) В.В. Столина, С.Р. Панталева у двух групп безработных.

Факторы самоотношения	Средние значения у безработных с низким уровнем адаптированности	Средние значения у безработных с высоким уровнем адаптированности	t-критерий Стьюдента
Самоценность	6,85	8,42	3,4***
Самопринятие	6,02	7,24	3,5****
Зеркальное Я	5,96	7,63	4,3****
Открытость	5,9	6,81	4,2****
Самоуверенность	5,69	8,15	7,2****
Саморуководство	5,49	7,15	4,2****
Самопривязанность	4,98	6,21	2,7**
Внутренняя конфликтность	4,7	4,03	2,5*
Самообвинение	4,16	3,39	2,5*

Примечание: *p ≤ 0,02; ** p ≤ 0,01; ***p ≤ 0,002; **** p ≤ 0,001

Таблица 3. Различия в показателях самоотношения в выборке безработных женщин (в стенах)

Согласно полученным данным, лица с высокой способностью к адаптации имеют достоверно более высокие значения по шкалам самооценности, самопринятия, открытости, самоуверенности, саморуководства, самопривязанности и зеркального Я, чем лица с низкой способностью к адаптации. Однако у испытуемых с низким уровнем адаптации показатели самообвинения и внутренней конфликтности немного выше, чем у лиц более адаптивных.

Полученные результаты свидетельствуют о наличии у безработных женщин с высоким уровнем адаптации таких особенностей самоотношения, как заинтересованность в собственном Я, ощущение ценности собственной личности и одновременно предполагаемую ценность своего Я для других. Также у данной группы наблюдается дружеское отношение к себе, одобрение своих планов и желаний, эмоциональное принятие себя такими, какие они есть. Эти женщины имеют высокое

самомнение, самоуверенность, у них отсутствует внутренняя напряженность. Они отчетливо переживают собственное Я как внутренний стержень, интегрирующий и организующий их личность и жизнедеятельность, считают, что их судьба находится в собственных руках, чувствуют обоснованность и последовательность своих внутренних побуждений и целей. В свою очередь, у женщин с низким уровнем адаптации наблюдается наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, тревожно-депрессивных состояний, сопровождаемых переживанием чувства вины.

С целью установления статистической зависимости между показателями личностных свойств и адаптации проводился корреляционный анализ по Пирсону (таблица 4).

Статистически значимая корреляция выявлена между показателями экспрессивности и адаптивности ($r = - 0,26$; $p \leq 0,05$). Это свидетельствует о том, что при увеличении выраженности адаптивности личности происходит увеличение тенденции к осторожному поведению, рассудительности в выборе партнера по общению, а также сдержанность в проявлении эмоций. У женщин с низким уровнем адаптивности наблюдается импульсивность, некоторая беспечность, безрассудность в выборе партнеров по общению.

Выявлена высокая прямая корреляция между адаптивностью и нормативностью поведения ($r = 0,54$; $p \leq 0,001$), то есть чем выше уровень адаптивности, тем выше уровень добросовестного отношения к делу, уравновешенности, настойчивости, совестливости, более развитое чувство долга и ответственности, личность более осознанно соблюдает общепринятые моральные правила и нормы. И наоборот, чем ниже уровень адаптивности личности, тем более человек склонен к непостоянству, подвержен влиянию чувств, случая и обстоятельств. Такие люди потворствуют своим желаниям, не

Личностные свойства	Адаптивность личности
Экспрессивность	- 0,26*
Нормативность поведения	0,34***
Чувствительность	0,54***
Тревожность	- 0,46***
Самоконтроль	0,28**

Примечание: *p ≤ 0,05; ** p ≤ 0,01; ***p ≤ 0,001

Таблица 4. Корреляции между показателями личностных характеристик и адаптивности в выборке безработных женщин

делают усилий по выполнению групповых требований и норм. Им характерна неорганизованность, безответственность, импульсивность, отсутствие согласия с общепринятыми моральными правилами и стандартами, гибкости по отношению к социальным нормам.

Сильная прямая корреляция выявлена между способностью к адаптации и чувствительностью ($r = 0,54$; $p < 0,001$). Это можно интерпретировать следующим образом: при увеличении выраженности адаптивности личности происходит повышение впечатлительности, богатства эмоциональных переживаний, склонности к эмпатии. У низкоадаптированных женщин наблюдается суровость, некоторая жесткость и черствость по отношению к окружающим.

Высокая обратная корреляция выявилась между адаптивностью и тревожностью ($r = - 0,46$; $p \leq 0,001$). Следовательно, дезадаптированные безработные женщины характеризуются беспокойством, ипохондричностью, склонностью к быстрой смене настроения, наличием страхов, неуверенностью в себе, склонностью к самобичеванию, к депрессиям, чувствительностью к одобрению окружающих, наличием чувства вины и недовольства собой. В свою очередь, высокоадаптированные безработные женщины характеризуются жизнерадостностью, уверенностью в себе, хладнокровием, спокойствием.

Выявлена выраженная корреляционная связь между адаптацией и самоконтролем ($r = 0,28$; $p \leq 0,01$). Данные свидетельствуют о том, что чем выше уровень адаптивности, тем выше самоконтроль личности. Такие безработные обладают сильной волей, целенаправленны, умеют контролировать свои эмоции и поведение. Тогда как дезадаптированные безработные обладают низкой дисциплинированностью, зависимостью от настроения, неумением контролировать свои эмоции и поведе-

Факторы самооотношения	Адаптивность личности
Внутренняя честность	0,38***
Самоуверенность	0,43***
Саморуководство	0,37***
Зеркальное Я	0,29**
Самоценность	0,22*
Самопринятие	0,42***
Внутренняя конфликтность	- 0,22*
Самообвинение	- 0,25*

Примечание: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; *** $p \leq 0,001$

Таблица 5. Корреляции между показателями самооотношения и адаптации в выборке безработных женщин

ние, то есть у них в недостаточной мере развиты саморегулятивные умения.

Корреляционная зависимость между рядом показателей самооотношения и адаптацией представлена в таблице 5.

Выявлена прямая корреляция между показателями шкалы внутренней честности и показателями адаптированности ($r = 0,38$; $p \leq 0,001$). Следовательно, высокой адаптивности соответствует более критическое отношение к себе, более глубокое осознание себя.

Корреляционная зависимость между самоуверенностью и адаптацией ($r = 0,43$; $p \leq 0,001$) свидетельствует о том, что при повышении уровня адаптивности у безработной женщины наблюдается повышение самомнения и уверенности в себе, у нее отсутствует внутренняя напряженность. У безработных с низким уровнем адаптации наблюдается неудовлетворенность собой и своими возможностями, сомнения в способности вызывать уважение среди окружающих.

Между адаптивностью и саморуководством была обнаружена выраженная прямая связь ($r = 0,37$; $p \leq 0,001$), означающая, что при повышении уровня адаптивности увеличивается способность личности к саморуководству. Безработный считает, что его судьба находится в его собственных руках, чувствует обоснованность и последовательность своих внутренних побуждений и целей. Безработные с низкой адаптивностью приписывают события и факты влиянию обстоятельств, неспособны противостоять судьбе, обладают плохой саморегуляцией.

Статистически значимая корреляционная зависимость была обнаружена между данными по шкалам адаптации и зеркального Я, что характеризует безработных с высокой адаптацией как субъектов, представляющих, что собственная личность, характер и деятельность способны вызывать уважение, симпатию, одобрение и понимание среди окружающих. При наличии низкого уровня адаптации, у безработных имеется представление, связанное с ожиданиями противоположных чувств по отношению к себе от других.

Статистически значимый уровень корреляционной зависимости был выявлен между показателями адаптации и самооценности ($r = 0,22$; $p \leq 0,05$). Высокая адаптивность личности детерминируют заинтересованность личности в собственном Я, ощущение ценности собственной личности и одновременно предполагаемую ценность своего Я для других. Безработные с низкой адаптивностью, напротив, испытывают сомнения в ценности собственной личности, у них отмечается от-

странность, граничащая с безразличием к своему Я, потерей интереса к своему внутреннему миру.

Между самопринятием и адаптивностью обнаружена прямая корреляция ($r = 0,42$; $p \leq 0,001$), то есть высокой адаптивности соответствует тенденция к самопринятию, у безработных обнаруживается дружеское отношение к себе, согласие с собой, одобрение своих планов и желаний, эмоциональное, безусловное принятие себя, а при низких показателях адаптивности наблюдается недостаточное самопринятие, что является важным симптомом внутренней дезадаптации.

Обратная корреляционная зависимость была выявлена между показателями шкалы адаптации и внутренней конфликтности ($r = -0,22$; $p \leq 0,05$), что свидетельствует о наличии сомнений, несогласия с собой, тревожно-депрессивных состояний, сопровождаемых переживанием чувства вины у дезадаптивных женщин. Постоянная неудовлетворенность собой протекает на фоне неадекватно заниженной самооценки, что приводит к сомнениям в собственной способности что-то предпринять или изменить. С повышением уровня адаптации, у безработных понижается уровень напряженности, внутренней конфликтности.

Обнаружена обратная корреляционная зависимость между самообвинением и адаптацией ($r = -0,25$; $p \leq 0,05$), то есть безработным женщинам с высоким уровнем адаптации соответствует пониженный уровень самообвинения, они не пытаются приписать себе вину за различные неудачи и конфликты, адекватно оценивая ситуацию. Безработные женщины с пониженным уровнем адаптации характеризуются готовностью поставить себе в вину свои неудачи, собственные недостатки.

Нами был осуществлен корреляционный анализ с целью выявления тесноты связи между адаптивностью и тревожностью безработных женщин.

Обнаружена выраженная обратная корреляция ($r = -0,48$; $p \leq 0,001$) между личностной тревожностью безработных и их способностью к адаптации. Данные показатели свидетельствуют о том, что при повышении способности к адаптации снижается уровень тревожности. Человек, привыкая к статусу безработного, постепенно успокаивается на эмоциональном уровне, что снижает частоту и выраженность возникновения у него различных эмоциональных расстройств, стрессов.

Таким образом, нами были установлены устойчивые связи между адаптивностью безработных женщин и определенной совокупностью личностных свойств. Личностные свойства у них различаются в зависимо-

сти от уровня социально-психологической адаптации.

Эмпирическим путем нами было подтверждено, что совокупность личностных свойств и состояний, таких как высокая нормативность поведения, чувствительность, спокойствие, открытость, уверенность в себе, саморукводство, самооценность, самопринятие, самопривязанность, низкий уровень личностной тревожности, свойственна безработным женщинам, обладающим высоким уровнем адаптации.

Для низкоадаптированных безработных женщин свойственны следующие личностные свойства и состояния: низкая нормативность поведения, тревожность, внутренняя конфликтность, самообвинение, замкнутость, напряженность.

Также нами был подтвержден факт различия уровней личностной тревожности среди безработных женщин в зависимости от уровня социально-психологической адаптации, чем выше уровень социально-психологической адаптации, тем ниже тревожность.

Общая ситуация безработицы оказывает сильное воздействие на многих безработных женщин, на восприятие ими действительности, вызывая при этом сильные эмоциональные переживания, состояние фрустрации, тревожность. Все это в значительной степени препятствует адаптационному процессу, способствует формированию отрицательных эмоциональных состояний, снижает устойчивость к негативным влияниям внешней среды.

В условиях отсутствия работы у безработных женщин возникает состояние неопределенности и утраты стабильности, выражающееся в искажении социального восприятия окружающей действительности, активизации негативно - депрессивных комплексов.

Процесс адаптации неоднозначен по своему конечному результату. Достижение того или иного уровня адаптации в ситуации безработицы осуществляется благодаря деятельности механизмов регуляции, прежде всего личностных.