

**АКЦЕНТУАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ
ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Ольховецький В. С. здобувач ступеня
доктора філософії, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0003-3639-7954>

Акцентуація особистості зумовлює характер та особливості процесу адаптації здобувачів. Виявлено типи акцентуацій особистості, які є в умовах ЗВО: адаптивними (астенічна); відносно адаптивними (шизоїдна, гіпертимічна, психастенічна); і неадаптивними (паранояльна, депресивна, істероїдна, експлозивна), тобто пов'язані з високим ризиком дизадаптації на перших курсах навчання. У період адаптації у здобувачів із шизоїдною, депресивною та експлозивною акцентуаціями переважають депресивні ситуативні реакції, тоді як у здобувачів із психастенічною та гіпертимічною акцентуаціями переважає ситуативна тривожність. Для особистостей з істеричною та паранояльною акцентуаціями характерний тривожно-депресивний тип реагування. Прогностично несприятливим для адаптації здобувача у ЗВО є тривожно-депресивний тип реагування та схильність до ситуативних депресивних реакцій у ситуації стресу. Краще за інших адаптуються здобувачі, для яких характерна помірна ситуативна тривожність у стресових ситуаціях, що діє як мобілізуючий чинник. Наявність тривожності як риси особистості є прогностично несприятливою в період адаптації до ЗВО.

Ключові слова: акцентуація; адаптація; здобувач ЗВО; тип реагування; стресові ситуації.

Вступ. Психічне здоров'я молодого покоління - один із найважливіших чинників, що впливає на розвиток суспільства. Ядром психологічно здорової особистості є гармонійність внутрішніх рис і здатність знаходити баланс між власними потребами та вимогами середовища. Психологічно здорова особистість конкурентоспроможна на ринку праці, здатна створити сім'ю, стійкі соціальні зв'язки та адаптуватися у мінливих і стресових умовах зовнішнього середовища. Багато хто із сучасних дослідників наголошує на необхідності вивчення чинників, що впливають на психічне здоров'я молоді та підтримки цієї вікової групи (Нечитайло Л., Курас К., & Дзяман О., 2023; Koval, I. & Yaremko, R. & Pasichnyk, S.V., 2024). За останніми даними, близько 60% здобувачів 1-го курсу мають порушення адаптації, 20-30% страждають від порушень афективної сфери, у 3-6% діагностується виражена депресія (Мірошниченко О., 2020; Мірошниченко О., (2020). Дослідження індивідуальних психологічних ресурсів у сфері здоров'я здобувачів виявили високу емоційну лабільність, виражену схильність до переживання ситуацій навчання у категоріях фрустрації та вираженого стресу. Погіршення стану психічного здоров'я здобувачів веде до

ризиків дизадаптації в умовах ЗВО, а у подальшому на робочому місці.

Порушення адаптації здобувачів-першокурсників розглядається як наслідок впливу стресових чинників (вимог ЗВО та змін укладу життя молодих людей під час вступу до нього), а також проявів особистісних та психофізіологічних особливостей здобувачів. Здобувачі, в яких акцентуації особистості раніше компенсувалися, часто не витримують тиску стресогенних чинників (зростаючий потік інформації, вимоги до дисципліни та засвоєння знань, стосунки у новому колективі, іспити тощо), що призводить до дизадаптації. Поняття «акцентуація особистості» є найточнішим, тому що вплив індивідуальних рис поширюється на вольову, емоційну, когнітивну, поведінкову сфери, сферу соціальних стосунків, тобто виходить за межі поняття «характер»; типологія акцентуацій базується на класифікації акцентуованих радикалів Б.Овчинникова і містить вісім основних акцентуацій (шизоїдну, паранояльну, психастенічну, експлозивну, гіпотимічну, гіпертимічну, астенічну, істероїдну); кожен акцентуацію розглядають не лише як «прикордонний варіант норми», а й як набір ресурсів і сильних сторін, що сприяють

індивідуальному шляху саморозвитку та адаптації здобувача.

На сьогодні видається актуальним вивчення впливу різних типів акцентуацій особистості на адаптацію здобувача, а також питання діагностики та врахування акцентуацій як важливого елемента психологічного супроводу першокурсників у період адаптації до ЗВО. Отримані дані розширяють можливості психологічної підтримки здобувачів початкових курсів з ознаками дизадаптації, а також сприятимуть розробці заходів профілактики. Нині зростає потреба у вивченні можливості психологічної допомоги здобувачам із різними акцентуаціями, які мають складнощі в адаптації, оскільки психологічна робота у такому пластичному віці має велику профілактичну значущість у формуванні психічного здоров'я населення. Розвиток адаптивних здібностей молодих людей на базі ЗВО дозволить сформувати їхню психологічну стабільність і стійкість до стресів (Перепелюк Т., & Харченко Н., 2024; Скрипник Н.Г., 2022).

Незважаючи на велику кількість досліджень, залишається недостатньо опрацьованим питання щодо особливостей процесу та механізмів адаптації до нового середовища, притаманних особистостям із різними акцентуаціями. Також бракує відомостей про те, чи існують типи акцентуацій зі сприятливим прогнозом адаптації. Досвід психологічної роботи зі здобувачами приводить до розуміння необхідності розроблення не лише загальної програми психологічної підтримки, яка сприятиме адаптації здобувачів першого курсу, а й програми корекції для здобувачів з ознаками дизадаптації, складені з врахуванням їхніх особистісних особливостей і ресурсів.

Теоретичне підґрунтя. Особлива увага приділяється біопсихосоціальній моделі адаптації та дезадаптації (G.Engel, 1980; L.Bernard & E. Krupat, 1994; I.M. Cordon, 1997). Проведено аналіз сучасних психологічних, психофізіологічних і психосоціальних концепцій адаптації (Г.Сельє, Dienstbier, R.Lazarus, I.M. Cordon). Розглянуто особливості адаптації здобувачів і вибудовано систему чинників, що впливають

на адаптацію. Наведено характеристику та аналіз наявних класифікацій акцентуацій (К.Леонгард, А.Личко).

Мета - виявити стійкі індивідуально-психологічні особливості (акцентуації) здобувачів першого року навчання, що сприяють та перешкоджають успішній адаптації до умов навчання у ЗВО, та обґрунтувати відповідні «мішені» психокорекції у групах ризику.

Методи: анкетування, тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Вибірка складала 167 здобувачів першого року навчання віком 17-22 років. Середній вік здобувачів становив $18,42 \pm 2,45$ року, юнаки - 45,2%, юнки - 54,8%. За напрямом спеціальності навчання: технічні - 69,6%, гуманітарні - 30,4%. Із групи дослідження були виключені особи молодше 17 і старше 22 років, а також особи, які мають відхилення від психічної норми. Після етапу опрацювання даних близько 3% некоректно заповнених реєстраційних бланків було виключено.

Організаційно дослідження передбачало: підготовчий етап; етап розроблення та експериментальної перевірки опитувальника акцентуєваних радикалів; діагностичний етап; етап статистичного опрацювання та аналізу результатів; заключний етап (перевірка ефективності програми психокорекції ознак дизадаптації у здобувачів). На діагностичному етапі основна вибірка поділялася на підгрупи: за рівнем адаптації (4 групи); за основною акцентуацією особистості (8 акцентуацій особистості за класифікацією Б.Овчиннікова та одна контрольна група здобувачів без акцентуації). Здобувачі проходили комплексне психологічне обстеження, що містило клініко-психологічний та експериментально-психологічний методи. Клініко-психологічний метод було представлено структурованим інтерв'ю, спрямованим на з'ясування психологічних, побутових тощо складнощів, пов'язаних з адаптацією, особливостями взаємовідносин особистості у групі, із викладачами, із сусідами у гуртожитку, уточнення фону настрою, загального самопочуття. Експериментально-психологічний метод містив такі психодіагностичні методики: тест

«Нервово-психічної адаптації» (НПА, І. Гуревич, 1992); опитувальник «Рівень соціальної фрустрованості» (Л.Вассерман, Б.Іовлев, М.Беребін, 2004); опитувальник «Mini-Mult» (Kincannon I., 1968); «Опитувальник акцентуованих радикалів» (Б.Овчинников, І.Тюряпіна, 2010), «Інтегративний тест тривожності» (А.Бізюк, Л.Вассерман, Б.Іовлев, 2005) і «Шкала депресії Бека» (Beck et al., 1961). Також було здійснено аналіз медичної документації (частота і тривалість захворюваності здобувачів) і навчальних відомостей (середній і максимальний бал за підсумками першої сесії). Для перевірки тест-ретестової надійності нового опитувальника було сформовано групу здобувачів - 89 осіб; для оцінювання експертної валідності опитувальника - 34 особи. Для практичної перевірки ефективності програми психокорекції було набрано групу з 26 здобувачів, які мали складнощі в адаптації.

Статистичний аналіз результатів проводився за допомогою програмного пакета SPSS 19.0. Нормальність розподілу оцінювали за допомогою критерію Колмогорова-Смирнова. У зв'язку з параметрами розподілу значущість відмінностей між групами визначали за допомогою ϕ -критерію Фішера, t -критерію Стьюдента і U -критерію Манна-Уїтні. Також проводили лінійний кореляційний аналіз із використанням методу Спірмена і дисперсійний аналіз даних.

Оцінювання надійності нового опитувальника здійснювалось такими способами: оцінювання внутрішньої сталості (визначення коефіцієнта Кронбаха); оцінювання відтворюваності (тест-ретестова надійність). Валідність опитувальника визначали у таких аспектах: експертна (змістовна) валідність репрезентативності змісту пунктів опитувальника; експертне оцінювання результатів опитувальника (збіжна валідність); конструктивна валідність шляхом оцінювання кореляційних зв'язків результатів опитувальника акцентуованих радикалів та опитувальника Mini-Mult. Оцінювання надійності та валідності опитувальника засвідчило добру внутрішню узгодженість його шкал ($\alpha=0,887$) і добру

тест-ретестову надійність. Під час оцінювання експертної валідності валідності індекс збігів оцінок експертів і результатів тестування становив 85,3%, що свідчить про достатню валідність нового опитувальника. Під час оцінювання кореляційних зв'язків між опитувальником Mini-Mult та опитувальником акцентуованих радикалів (конструктивна валідність) встановлено позитивні достовірні зв'язки між шкалами двох методик, що також свідчить про валідність опитувальника. Оцінка значення сумарного показника опитувальника акцентуованих радикалів для прогнозу адаптації шляхом однофакторного дисперсійного аналізу ($F=19,03$ за $p \leq 0,0001$, статистика Лівіня 0,772 за $p=0,510$) дає змогу використовувати його як показник адаптованості здобувачів. У результаті комплексної статистичної та практичної перевірки опитувальник акцентуованих радикалів засвідчив себе як достатньо надійний і валідний.

Аналіз особистісних особливостей (акцентуацій особистості) серед здобувачів першого курсу засвідчив, що 84,3% обстежених здобувачів мають акцентуовані риси особистості (серед яких 36,2% мають приховану акцентуацію і 48,1% явну акцентуацію); лише 15,7% здобувачів не мають акцентуованих рис. При цьому більшість молодих людей мають дві або більше акцентуації. На рисунку 1 наведено значущі кореляційні зв'язки між акцентуованими радикалами, що дозволяє дійти висновку про найпоширеніші поєднання акцентуацій особистості у досліджуваній вибірці.

У центрі плеяди перебувають істероїдний, паранойяльний і шизоїдний радикали - у них найбільша кількість достовірних кореляцій з іншими акцентуаціями. Найбільше варіантів поєднань, а отже, й особистісних відтінків має істероїдний тип, що може свідчити про варіативність поведінкових та емоційних патернів залежно від супутньої акцентуації. Експлозивний та астенічний типи акцентуацій, навпаки, мають найменшу кількість кореляцій і рідше за інших поєднуються з іншими радикалами.

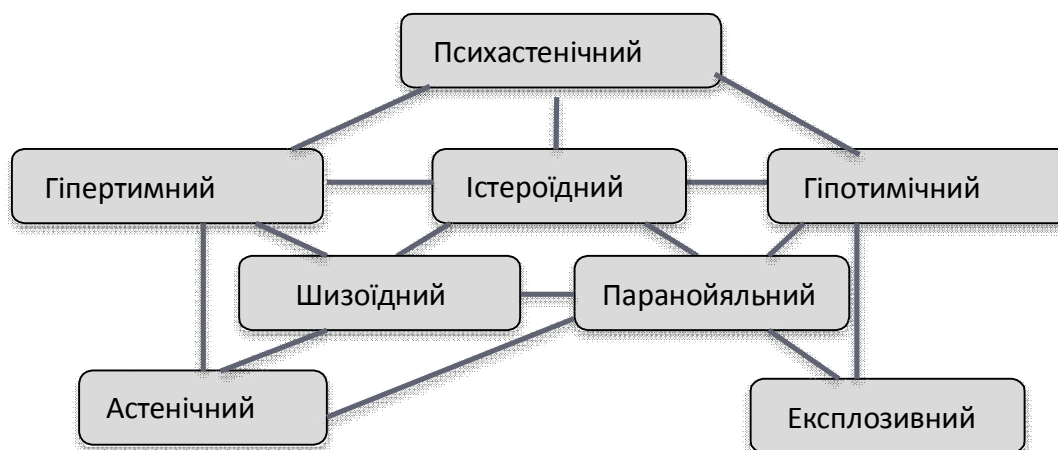


Рисунок 1 - Значущі прямі кореляційні зв'язки між типами акцентуації особистості ($p \leq 0,0001$)

Фокус уваги було зосереджено на дослідженні провідної акцентуації, оскільки саме вона визначає особливості емоційного та поведінкового реагування особистості у повсякденних стресових

ситуаціях. За провідною акцентуацією (найбільш вираженою в особистісному профілі) здобувачі розподілилися таким чином (рис. 2).

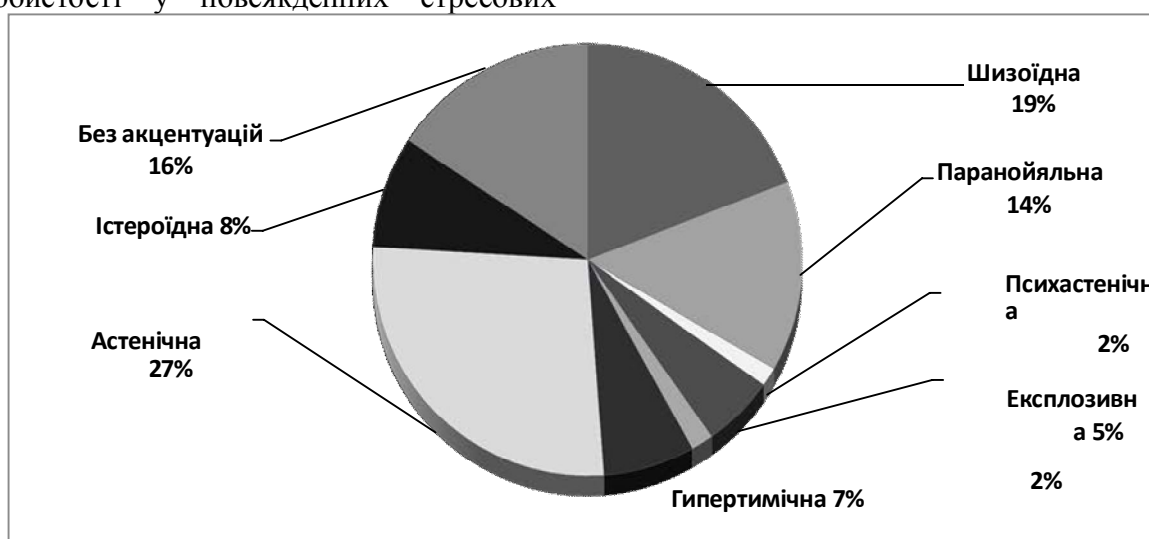
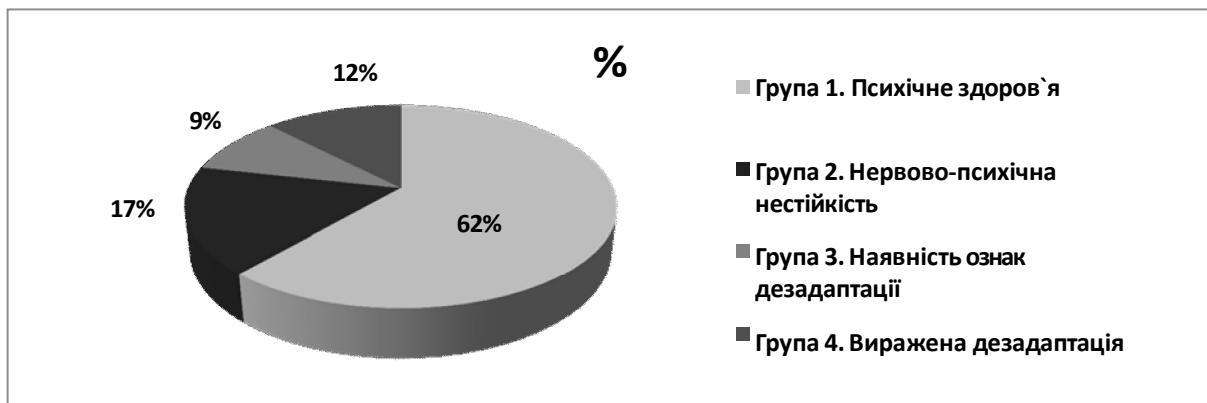


Рисунок 2 - Розподіл вибірки здобувачів за провідною акцентуацією особистості, %

З рисунку 2 видно, що розподіл був вельми нерівномірним. Найчастіше траплялися астенічна (27%) і шизоїдна (19%) акцентуації, а психастенічна і гіпотимічна були провідними вельми рідко (по 2%). Серед особистостей без акцентуації переважали юнаки (65,5% за $p \leq 0,01$). Юнок було достовірно більше серед особистостей з такими акцентуаціями, як психастенічна, гіпертимічна, істероїдна (за $p \leq 0,05$ і $p \leq 0,01$

відповідно). Наявність гіпотимічної акцентуації не залежала від статі і зустрічалася з однаковою частотою у групах юнок і юнаків.

Аналіз рівня нервово-психічної адаптації здобувачів 1-го курсу визначив, що відсоток здобувачів, які мають труднощі з адаптацією до кінця першого року навчання, є достатньо високим і становить 21,5% (групи 3 і 4, рис. 3).



Рисунк 3 - Розподіл рівнів нервово-психічної адаптації серед здобувачів, %

Встановлено, що між 1-ю і 4-ю групами існують статистично значущі відмінності у частоті зустрічальності за кожною з акцентуацій ($p \leq 0,001$). У групі особистостей без акцентуацій 78,2% респондентів перебували у стані доброї адаптації, і ніхто з них не ввійшов до 4-ї групи дезадаптації.

77,7% здобувачів з астенічною акцентуацією також не виявляли ознак дезадаптації. До групи ризику потрапили особистості з гіпотимічною, паранояльною та істероїдною акцентуаціями - понад 30% із них відчували виражену нервово-психічну дезадаптацію (табл. 1).

Таблиця 1

Показники нервово-психічної адаптації в групах здобувачів із різними акцентуаціями

Провідна акцентуація	Група 1НПА	Група 2НПА	Група 3НПА	Група 4НПА
Немає	78,2%	12,7%	9,1%	—
Шизоїдна	59,4%	17,4%	11,6%	11,6%
Паранояльна	40,8%	22,4%	6,1%	30,6%
Психастенічна	40,0%	20,0%	40,0%	—
Експлозивна	68,4%	15,8%	10,5%	5,3%
Депресивна	33,3%	16,7%	16,7%	33,3%
Гіпертимічна	58,3%	25,0%	4,2%	12,5%
Астенічна	77,7%	11,7%	8,5%	2,1%
Істероїдна	24,1%	27,6%	13,8%	34,5%

Дисперсійний аналіз ($F=4,34$ за $p \leq 0,0001$. Статистика Лівіня 1,923 за $p=0,56$) підтвердив, що найбільше до нервово-психічної дезадаптації до умов ЗВО схильні здобувачі з істероїдною, паранояльною, гіпотимічною, психастенічною акцентуаціями (на осі абсцис 0 позначає відсутність акцентуацій, 1 - групу з шизоїдною акцентуацією, 2 - паранояльною, 3 - психастенічною, 4 - експлозивною, 5 - депресивною, 6 - гіпертимічною, 7 - астенічною, 8 - істеричною). Найкраще адаптуються здобувачі без акцентуації та з астенічною акцентуацією.

Аналіз структури та вираженості депресивних реакцій і рівня тривожності у здобувачів із різними акцентуаціями

особистості показав, що в період адаптації до нового середовища у здобувачів із шизоїдною, гіпотимічною та експлозивною акцентуаціями переважають депресивні ситуативні реакції, тоді як у здобувачів із психастенічною та гіпертимічною акцентуаціями переважає ситуативна тривожність.

В особистостей з істеричною та паранояльною акцентуаціями домінує тривожно-депресивний тип реагування. Найвищий рівень особистісної тривожності спостерігався у групах з істероїдною ($p \leq 0,001$), гіпотимічною ($p \leq 0,01$) і паранояльною акцентуаціями ($p \leq 0,001$) порівняно із контрольною групою (табл. 2).

Показники особистісної тривожності у групах здобувачів із різними акцентуаціями

Провідна акцентуація	Загальний показник	Емоційний дискомфорт	Астенічний компонент	Фобічний компонент	Тривожна оцінка перспектив	Соціальний захист
Немає	3,6±2,3	3,9±2,3	4,2±2,6	3,8±2,3	3,2±2,2	2,7±2,3
Шизоїдна	4,8±2,2	5,2±2,1	4,8±2,7	4,8±2,2	4,4±2,1	3,7±2,5
Паранойяльна	5,6±2,3	5,7±2,0	5,5±2,5	5,1±2,2	5,0±2,3	4,4±2,6
Психастенічна	4,2±2,5	5,2±2,6	4,2±3,1	4,0±2,7	4,4±2,2	2,8±1,6
Експлозивна	4,6±2,1	5,2±2,4	4,9±2,3	4,3±2,3	3,8±2,5	3,3±2,4
Гіпотимічна	5,5±1,7	6,7±1,2	4,7±2,9	5,7±1,4	3,5±2,5	5,3±2,5
Гіпертимічна	4,7±1,7	5,8±1,9	4,3±2,7	3,9±1,9	4,4±1,9	3,5±2,3
Астенічна	3,7±2,1	4,6±2,0	4,1±2,4	3,5±2,2	3,7±2,9	2,9±2,1
Істероїдна	6,6±1,7	6,6±1,5	6,2±1,9	5,8±2,1	6,2±1,8	5,1±2,6
Достовірні відмінності	Б-И**** И** И****	Д-А-И** З-Б-И**** Д**** И****	Б-И* Е-Д-И** З-З-И****	А-И* Б-И** Д-И* З-И****	А-И** Б-И**** Е-И* З-И****	А-И** Б-И**** Д-И** З-И****

Примітка: зірочками позначено рівень достовірності відмінностей - * - $p \leq 0.05$; ** - $p \leq 0.01$; *** - $p \leq 0.005$; **** - $p \leq 0.001$. У графі відмінностей: А - група з шизоїдною акцентуацією, Б - паранойяльною, В - психастенічною, Г - експлозивною, Д - гіпотимічною, Е - гіпертимічною, Ж - астенічною, З - істероїдною, І - група норми (без вираженої акцентуації).

У перших трьох груп у структурі особистісної тривожності переважає емоційний дискомфорт. У групах здобувачів із гіпотимічною та істероїдною акцентуаціями в структурі особистісної тривожності присутні «фобічний компонент» і «компонент соціального захисту». Навпаки, в особистостей з астенічною та гіпертимічною акцентуаціями ці компоненти мають низькі значення, що свідчить про більш гармонійне ставлення до соціального оточення. Однак показник емоційного дискомфорту у цих двох типів усе ж таки вищий, ніж в особистостей без акцентуації.

У структурі ситуативної тривожності в усіх здобувачів переважає астенічний компонент, що свідчить про наростання стомлюваності та втоми, пов'язаних із періодом адаптації. Достовірно вищим, ніж у контрольній групі, є рівень ситуативної тривожності у здобувачів із шизоїдною ($p \leq 0,01$), паранойяльною ($p \leq 0,001$), психастенічною ($p \leq 0,05$), гіпертимічною ($p \leq 0,05$) та істероїдною ($p \leq 0,001$) акцентуаціями.

Аналіз структури депресивних проявів у групах здобувачів із різними

акцентуаціями виявив такі особливості: для більшості акцентуацій (шизоїдної, паранойяльної, експлозивної, гіпотимічної, істероїдної) характерні такі когнітивні реакції, як думки про власну невдачливість, незадоволеність собою, відчуття неминучості покарання за власні помилки, що у поведінці виявляється нерішучістю та схильністю до самозвинувачення. Серед афективних реакцій на стрес переважають сум, почуття провини. У здобувачів із психастенічною та експлозивною акцентуацією переважають соматичні реакції (стомлюваність, коливання ваги, схильність до сезонних захворювань). Астенічна та гіпертимічна акцентуації характеризуються рідкісними проявами депресивних реакцій в процесі адаптації до ЗВО.

Аналіз рівня соціальної фрустрованості (УСФ) у здобувачів-першокурсників виявив, що найбільша соціальна незадоволеність характерна для здобувачів із паранойяльною, гіпотимічною, психастенічною та істероїдною акцентуаціями (виявлено достовірні відмінності відносно контрольної групи за $p = 0,02$ та $p \leq 0,001$) (табл. 3).

Структура та вираженість соціальної фрустрованості у групах здобувачів із різними акцентуаціями

Провідна акцентуація	Загальний показник УСФ	Задоволеність				
		Стосунки із рідними	Стосунки із соціальним оточенням	Соціальний статус	Соціально-економічний стан	Здоров'я і працездатність
Немає	35,9±12,6	6,1±2,5	7,1±3,2	7,5±3,5	7,8±2,9	7,4±3,8
Шизоїдна	38,8±9,9	6,9±2,2	7,1±2,1	8,6±3,3	8,2±2,5	8,1±3,1
Паранойяльна	41,0±9,4	7,4±2,0	7,3±2,2	8,7±2,8	9,0±2,7	8,7±2,9
Психастенічна	44,6±20,7	9,0±4,2	9,0±4,2	8,4±5,0	9,0±4,2	9,2±4,6
Експлозивна	39,0±10,1	6,8±2,8	6,9±2,9	9,4±4,0	8,1±2,9	7,8±2,9
Гіпотимічна	44,5±8,8	8,5±2,7	7,3±1,5	9,3±2,2	8,2±2,1	11,2±3,9
Гіпертимічна	38,3±9,4	7,0±2,2	6,6±1,9	8,3±2,6	8,4±3,5	7,9±2,9
Астенічна	35,4±9,1	6,4±2,4	6,4±2,1	7,8±2,8	7,7±2,6	7,0±2,7
Істероїдна	46,1±10,1	7,2±2,6	8,3±1,9	9,5±2,9	10,1±2,9	10,9±3,8
Достовірні відмінності	Б-И* В-И* Д-И* З-И****	Б-И** В-И* Д-И* З-И**		З-И**	Б-И* Д-И* З-И****	Б-И* Д-И**** З-И****

Прим.: зірочками позначено рівень достовірності відмінностей - * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$; **** - $p \leq 0,001$. У графі відмінностей: А - група з шизоїдною акцентуацією, Б - паранойяльною, В - психастенічною, Г - експлозивною, Д - гіпотимічною, Е - гіпертимічною, Ж - астенічною, З - істероїдною, І - група норми (без вираженої акцентуації).

Порівняно із контрольною групою виявлено достовірні відмінності за показником «задоволеність стосунками із рідними та близькими» в паранойяльній (за $p \leq 0,01$), психастенічній (за $p \leq 0,05$), гіпотимічній (за $p \leq 0,05$), істероїдній (за $p \leq 0,01$) акцентуацій. Незадоволеність соціальним статусом є достовірно вищою у групі з істероїдною акцентуацією (за $p \leq 0,01$), що свідчить про особливу значущість цього чинника для цих особистостей. Показник незадоволеності соціально-економічним становищем достовірно вищий у групах паранойяльних (за $p \leq 0,05$), гіпотимічних (за $p \leq 0,05$) та істероїдних (за $p \leq 0,01$) акцентуантів, що свідчить про стресогенність для цих груп таких чинників, як матеріальне становище, житлово-побутові умови, становище в суспільстві. Достовірно більшою мірою не задоволені власним здоров'ям і працездатністю здобувачі з істероїдною, гіпотимічною та паранойяльною акцентуаціями (за $p \leq 0,001$ для перших двох і за $p \leq 0,05$ для останньої). Здобувачі без акцентуації особистості, а також з астенічною акцентуацією та гіпертимічною акцентуацією більш за інших задоволені усіма аспектами свого соціального життя.

Для уточнення ролі соціальних чинників в адаптації здобувачів-

першокурсників було проведено анкетування з метою оцінити такий соціальний чинник, як проживання здобувача вдома або в гуртожитку. Анкетування засвідчило, що більшість із здобувачів, які проживають у гуртожитку, відзначали наявність таких труднощів, як матеріальні та побутові проблеми, складнощі у взаєминах із сусідом по кімнаті, відсутність друзів і родичів. При цьому ця категорія здобувачів виявилася дещо більш адаптованою у студентському середовищі, ніж здобувачі, які проживають удома (за критеріями наявності друзів серед одногрупників; сприйняття своєї групи як згуртованої; оцінкою розуміння і поваги з боку одногрупників). Можна припустити, що незалежно від фактичних умов, когнітивна оцінка життєвих обставин набуває не менш важливого значення, ніж обставини як такі.

При дослідженні показників академічної успішності до групи ризику увійшли особистості з експлозивною та гіпотимічною акцентуаціями (середній бал за підсумками першої сесії становив 2,8 бала і 3,3 бала відповідно). Краще за інших із навчальним навантаженням справлялися здобувачі із шизоїдною та астенічною акцентуаціями - їхній середній бал був вищим, ніж у контрольній групі. Якщо для

здобувачів із шизоїдною акцентуацією допоміжним чинником є нестандартність мислення та інтерес до навчання як діяльності, то для здобувачів з астенічною акцентуацією допоміжним чинником є прийняття норм і правил університету, а також відсутність конфліктів із викладачами та одногрупниками. Серед здобувачів без акцентуації немає тих, хто склав би сесію на «відмінно» з усіх іспитів (максимальний середній бал у цій групі - 4,8), натомість серед здобувачів із шизоїдною, паранойальною та астенічною акцентуацією є ті, хто навчається лише на «відмінно».

Вивчення показників захворюваності у групах здобувачів із різними акцентуаціями особистості виявило, що частіше та триваліше за інших хворіли здобувачі з експлозивною акцентуацією: виявлено (достовірні відмінності за кількістю та тривалістю захворювань із контрольною групою за $p=0,05$ та $p=0,02$ відповідно). Підвищена травматичність і захворюваність цих здобувачів, мабуть, пов'язана з імпульсивністю поведінки та недооцінкою ризиків. Здобувачі із шизоїдною, паранойальною та гіпотимічною акцентуаціями також достовірно відрізнялися від здобувачів контрольної групи за рівнем захворюваності у гірший бік (за $p=0,011$, $p=0,017$ та $p=0,031$ відповідно), що може свідчити про властиву їм тенденцію до соматизації стресових переживань. Менше і рідше за інших хворіли здобувачі з астенічними та гіпертимічними рисами особистості. Для перших більш характерною є «попереджувальна» поведінка, спрямована на збереження здоров'я та дотримання заходів профілактики, тоді як для других, навпаки, ігнорування слабких сигналів погіршення самопочуття і звернення до лікаря лише в разі гострої потреби.

У особистостей з істероїдним і паранойальним акцентуованими радикалами високий рівень вимог до оточуючих і самих себе створює передумови для наростання емоційного

дискомфورت. Особливо гостро переживаються ситуації невідповідності фактичного соціального становища у групі бажаному. Властиві їм особистісна тривожність і тривожно-депресивний тип реагування у ситуаціях стресу також є прогностично несприятливим чинником для адаптації.

За паранойальної та гіпотимічної акцентуації характерні підвищена частота і тривалість соматичних захворювань, що свідчить про дисбаланс психофізіологічного компонента адаптації та створює додаткові складнощі в успішності за навчальною програмою. Для особистостей із гіпотимічною акцентуацією низька успішність також пов'язана із тенденціями до катастрофізації подій та знецінення власних здібностей.

Здобувачі з експлозивним типом акцентуації мають значні проблеми із дотриманням вимог середовища (успішність, прогули, конфлікти), а також частіші та триваліші захворювання. Як одну з причин можна відзначити низьку мотивацію цих здобувачів до навчальної діяльності. За значущості суспільного статусу і реалізації амбіцій, особистості цього типу віддають перевагу заняттям, що приносять успіх швидше і простіше, ніж навчання. Їхня дратівливість і запальність посилюють міжособистісні проблеми із викладачами та одногрупниками. Здобувачі із перерахованими вище типами мають високий ризик дезадаптації і часто потребують психологічного та педагогічного супроводу.

Здобувачі із психастенічною акцентуацією зазнають складнощів, стикаючись із конфліктами у соціальній сфері, особливо у стосунках із рідними та значущим оточенням. Для цього типу характерними є ситуативні тривожні реакції на стрес із переважанням астенічного компонента тривоги і тривожної оцінки перспектив. За несприятливих обставин це може призвести до прокрастинації, відкладання складання заліків, іспитів через страх отримати низьку оцінку.

Адаптивні, відносно адаптивні, неадаптивні акцентуації особистості до умов ЗВО

Провідна акцентуація	Послаблені компоненти адаптації	Рівень особистісної тривожності	Емоційна реакція на стрес
Неадаптивні типи особистості. Високий ризик дизадаптації до умов ЗВО			
Паранойяльна	Психологічний, соціально-психологічний, психофізіологічний	Високий	Депресивні реакції; підвищена ситуативна тривожність
Депресивна	Психологічний, соціально-психологічний, психофізіологічний	Високий	Депресивні реакції
Істероїдна	Психологічний, соціально-психологічний	Високий	Депресивні реакції; підвищена ситуативна тривожність
Експлозивна	Соціально-психологічний, психофізіологічний	Низький	Депресивні реакції
Відносно адаптивні типи особистості			
Шизоїдна	Психологічний, психофізіологічний	Помірний	Депресивні реакції
Гіпертимна	Психічний	Низький	Підвищена ситуативна тривожність
Психастенічна	Соціально-психологічний	Помірний	Підвищена ситуативна тривожність
Адаптивні типи особистості. Ризик дизадаптації низький			
Астенічна	Відсутні	Помірний	Помірне підвищення ситуативної тривожності
Гармона особистість	Відсутні	Низький	Помірне підвищення ситуативної тривожності

Здобувачі з шизоїдною акцентуацією у стресових ситуаціях схильні відчувати пригніченість і замикатися у собі, реагуючи на стрес на психофізіологічному рівні (сезонні та хронічні захворювання). Проте висока навчальна мотивація та інтелектуальні здібності компенсують пропуски через хворобу - здобувачі цього типу встигають із дисциплін краще за інших. У здобувачів із гіпертимною акцентуацією переважають внутрішньоособистісні труднощі, пов'язані із ситуативною тривожністю, що відображається в непослідовності та поверховості поведінки. Однак, навчальні проблеми часто вирішуються ними самостійно. Носії даної акцентуації зазвичай задоволені собою та оточенням, що є сприятливим чинником адаптації.

Краще за інших з адаптацією до умов ЗВО справляються особистості з астенічною акцентуацією та особистості без акцентуацій - вони легше за інших приймають вимоги нового середовища та

виробляють адаптивні механізми. Здобувачі з астенічною акцентуацією характеризуються помірними вимогами до себе та оточення, що сприяє позитивним стосункам усередині навчального колективу. Вони рідко виявляють ініціативу, але виконують усі необхідні вимоги, що забезпечує високу успішність у ЗВО. Особистості цього типу уважно ставляться до свого здоров'я, уникають додаткових навантажень, складних факультативів, що пояснює низький рівень захворюваності та загальну психічну стабільність. Однак ситуації, що вимагають форсованого навантаження - тривалі сесії та захист диплома, можуть спровокувати зрив адаптаційних механізмів.

Програма психологічної адаптації являє собою комплексну систему психологічного супроводу здобувачів-першокурсників, усі заходи якої можна поділити на кілька блоків, що відповідають основним етапам адаптації у ЗВО (табл. 5).

Програма психологічної адаптації для усіх здобувачів 1-го курсу ЗВО

Блок	Етап	Захід	Знання/навички, що формуються
1	Орієнтація в умовах ЗВО	Тренінг «Знайомства і згуртування»	Комунікативні навички Навички групової взаємодії
		Психологічні семінари для кураторів 1-х курсів	Знання психології взаємодії у системі «здобувач – група – викладач»; Знання психології девіантної поведінки та ознак дезадаптації здобувачів
2	Взаємодія з новою системою	Тренінг «Командоутворення»	Комунікативні навички Навички групової взаємодії
		Тренінг «Підготовки до сесії»	Навичка самоорганізації, розподілу часу та зусиль Навичка комунікації Навичка презентації знань
		Проведення додаткових розвивальних тренінгів	Навички поведінки у конфліктах Навичка тайм-менеджменту Навичка цілепокладання
3	Самооцінка рівня адаптації	Психодіагностичний моніторинг адаптації здобувачів	Оцінка рівня адаптованості здобувачів
		Аналіз результатів моніторинга	Формування групи ризику Розробка рекомендацій
4	Становлення навички адаптивності	Проведення психокорекційних заходів зі здобувачами, спрямованих на формування адаптивних когнітивних і поведінкових моделей	Формування адекватної стійкої самооцінки Оволодіння «інтерперсональним усвідомленням» – з'ясування власного внеску у розвиток конфліктів Отримання та надання іншим емоційної підтримки

Мету психокорекційної програми для здобувачів зі складнощами адаптації можна визначити як усвідомлення здобувачем власних особистісних особливостей, складнощів та адаптаційних ресурсів, формування навичок адаптації через когнітивне опрацювання складних ситуацій і засвоєння конструктивних поведінкових моделей. Як інструменти використовуються прийоми раціонально-емоційної поведінкової терапії та поведінкові техніки для корекції дезадаптивних моделей поведінки. Під час практичної роботи зі здобувачами було

описано диференційовані мішені психокорекції (табл. 6) для носіїв акцентуацій, а також чинники, що сприяють адаптації особистості. Програма містить чотири блоки, що передбачають освоєння таких понять, як характер, особистість, емоції, думки, переконання; моделювання ситуацій, що можуть виявитися стресовими для різних типів акцентуацій на робочому місці або навчанні; когнітивне опрацювання індивідуально складних ситуацій адаптації до ЗВО; закріплення у групі навичок конструктивної поведінки.

Таблиця 6

Мішені психокорекції для здобувачів із неадаптивними та відносно адаптивними акцентуаціями та ресурсні чинники адаптації у ЗВО

Акцентуація особистості	Типові когнітивні помилки	Неадаптивні поведінкові моделі	Ресурсні чинники для адаптації у ЗВО
Паранойяльна	Катастрофізація, надпогромадження, самозвинувачення, негативна оцінка майбутнього	Нерішучість, уникнення складних ситуацій, недовіра іншим людям	Високий інтелектуальний рівень і успішність, акуратність, уважність до дрібниць
Гіпотимічна	Самозвинувачення, надмірні вимоги до себе та інших, низька терпимість до фрустрації	Складність ухвалення рішень, залежність від думки інших, бездіяльність у складних ситуаціях	Здатність до співпраці, відповідальність, спостережливість, вірність дружнім стосункам

Питання психології

Істероїдна	Надмірні вимоги до інших, знецінення, надмірне узагальнення, гіперболізація	Ігнорування проблем, неконструктивні способи привернути увагу, маніпуляції	Товариськість, артистичність, уміння подати свою думку, мотивувати оточуючих на дію
Експлозивна	Надмірні вимоги до інших, до навколишньої дійсності	Складнощі дотримання правил і норм, маніпуляції, низький самоконтроль роздратування	Відсутність уникнення конфліктних ситуацій, якщо навчити особистість цього типу конструктивно їх вирішувати
Шизоїдна	Знецінення, думки про власну безглуздість, невдачливість	Нерішучість, дистанційованість, уникнення стосунків, складнощі публічних виступів	Високий інтелект та успішність, відповідальність, помірні вимоги до середовища та оточення
Психастенічна	Тривожна оцінка перспектив, катастрофізація	Складнощі в ухваленні рішень, вибору, розгубленість у складних ситуаціях, прокрастинація	Адекватна оцінка своєї ролі в колективі, орієнтація на дотримання загальноприйнятих норм і правил, надійність
Гіпертимічна	Надузагальнення, гіперболізація	Недостатній самоконтроль поведінки, поверховість інтересів і симпатій	Хороша здатність створювати і підтримувати міжособистісні стосунки та самостійно вирішувати складнощі

У результаті формувального експерименту, що тривав два місяці, емоційне тло в експериментальній групі значно покращилося (відмінності достовірні за $p \leq 0,01$): скоротилися випадки депресивних реакцій (показник латентної депресії знизився з 25% до 6,2%), знизилася тривожність до рівня норми (показник високого рівня тривожності - з 12,5% до 0%, показник середнього рівня тривожності - з 25% до 12,5%). Високий рівень соціальної фрустрованості, виявлений у 13% здобувачів до корекції, знизився до показників норми. Загалом, показники адаптації та суб'єктивного благополуччя в учасників корекційної групи значно покращилися ($p \leq 0,01$). Таким чином, програма психокорекції з врахуванням індивідуально-психологічних особливостей здобувачів повністю виправдала себе і може бути рекомендована для роботи у разі порушень адаптації у ЗВО.

Висновки. Встановлено, що серед здобувачів першого курсу понад 80% мають акцентуовані риси особистості, більшість обстежених мають дві або більше акцентуації. Достовірно частіше акцентуовані риси особистості зустрічаються у юнок. Серед особистостей без вираженої акцентуації переважають юнаки. Виявлено, що 20% здобувачів першого курсу мають проблеми з адаптацією і потрапляють до групи ризику. Крім того, у 17,1% першокурсників виявлено ознаки стресу, що не призводять до дезадаптації.

Частота зустрічальності кожної з 8 акцентуацій у групі дизадаптованих здобувачів є істотно (на 17-62%) вищою, ніж у групі адаптованих. Акцентуація особистості зумовлює характер та особливості процесу адаптації здобувачів. Виявлено типи акцентуацій особистості, які є в умовах ЗВО: адаптивними (астенічна); відносно адаптивними (шизоїдна, гіпертимічна, психастенічна); і неадаптивними (паранойяльна, депресивна, істероїдна, експлозивна), тобто пов'язані із високим ризиком дизадаптації на перших курсах навчання. У період адаптації у здобувачів із шизоїдною, депресивною та експлозивною акцентуаціями переважають депресивні ситуативні реакції, тоді як у здобувачів із психастенічною та гіпертимічною акцентуаціями переважає ситуативна тривожність. Для особистостей з істеричною та паранойальною акцентуаціями характерний тривожно-депресивний тип реагування.

Прогностично несприятливим для адаптації здобувача у ЗВО є тривожно-депресивний тип реагування та схильність до ситуативних депресивних реакцій у ситуації стресу. Краще за інших адаптуються здобувачі, для яких характерною є помірна ситуативна тривожність у стресових ситуаціях, що діє як мобілізуючий чинник. Наявність тривожності як риси особистості є прогностично несприятливою в період адаптації до ЗВО.

Для особистостей із гіпертимічною та астенічною акцентуацією, а також для

здобувачів без акцентуацій характерною є задоволеність такими соціальними аспектами, як стосунки із рідними і близькими та соціальним оточенням, соціальний статус, що сприятливо впливає на процес адаптації у ЗВО. Навпаки, незадоволеність соціальним статусом, соціальним оточенням і соціально-економічним становищем є чинником дезадаптації для особистостей з істероїдною, паранояльною, експлозивною акцентуацією. Для гіпотимічної акцентуації найбільш несприятливим для адаптації чинником є незадоволеність власним здоров'ям і працездатністю. Для усіх акцентуацій, що увійшли до групи неадаптивних, характерною є низька толерантність до впливу стресових чинників соціального середовища. Здобувачі з астенічними та гіпертимічними рисами особистості мають найсприятливіший прогноз щодо захворюваності, що пов'язано з «попереджувальною» поведінкою перших, спрямованою на збереження здоров'я і дотримання заходів профілактики, а також з ігноруванням слабких сигналів погіршення самопочуття та зверненням до лікаря лише у разі гострої потреби для других. Здобувачі з експлозивною акцентуацією частіше і триваліше хворіють, ніж інші здобувачі. Найсприятливішим прогнозом за критерієм

академічної успішності вирізняються здобувачі з шизоїдною та астенічною акцентуаціями. Для здобувачів із шизоїдною акцентуацією ресурсними чинниками є нестандартність мислення та інтерес до навчання як до діяльності, тоді як для здобувачів з астенічною акцентуацією - прийняття норм і правил ЗВО, а також низька конфліктність. До групи ризику щодо академічної успішності ввійшли особи з експлозивною акцентуацією (через особливості емоційно-вольової регуляції та низьку навчальну мотивацію) та здобувачі з гіпотимічною акцентуацією (через недостатню віру в себе та в можливість покращити результати).

Програма психокорекції ознак дезадаптації здобувачів, розроблена з врахуванням особливостей акцентуованих рис особистості та спрямована на роботу з індивідуальними чинниками дизадаптації, засвідчила свою ефективність у період адаптації до ЗВО. У результаті її реалізації емоційне тло в експериментальній групі значно покращилось: скорочувалися випадки депресивних реакцій, знижувалися до рівня норми тривожність і рівень соціальної фрустрованості. Показники адаптації та суб'єктивного благополуччя в учасників корекційної групи також достовірно покращились.

Список використаних джерел

1. Мірошніченко О. (2020). Роль акцентуації характеру в адаптації особистості до екстремальних умов життєдіяльності / О.Мірошніченко, О.Гуцуляк // *Наука і освіта: наук.-практ. журнал*, 3, 26-36.
2. Нечитайло Л., Курас К., Дзяман О. (2023). Адаптація студентів-першокурсників до навчання у вищих навчальних закладах в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*, 9(27), 315–325.
3. Орленко І.М. (2020). Детермінанти соціальної дезадаптації особистості в сучасному українському суспільстві : дис. д-ра філософії за спеціальністю 033 – філософія. – Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса. 230 с.
4. Перепелюк Т., Харченко Н. (2024). Копінг-стратегії як чинник адаптації студентів до умов навчання під час війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 3(79), 110–119.
5. Скрипник Н.Г. (2022). Особистісні ресурси адаптації студентів до навчання в умовах воєнного стану. *Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ*, 192–194.
6. Koval, I. & Yaremko, R. & Pasichnyk, S.V. (2024). Психологічні особливості адаптації здобувачів вищої освіти до навчання в умовах воєнного стану. *Scientific Notes of Lviv State University of Life Safety. Pedagogy and Psychology*. 109-115. 10.32782/3041-1297/2024-2-18.

References

1. Miroshnychenko O. (2020). Rol' akcentuacii harakteru v adaptacii' osobystosti do ekstremal'nyh umov zhyttjedijal'nosti [The Role of Character Accentuation in the Adaptation of a Personality to Extreme Living Conditions] / O.Miroshnychenko, O.Guculjak // *Nauka i osvita: nauk.-prakt. zhurnal*, 3, 26-36 (in Ukrainian)
2. Nechytajlo L., Kuras K., Dzjaman O. (2023). Adaptacija studentiv-pershokursnykiv do navchannja u vyshhyh navchal'nyh zakladah v umovah vijny [Adaptation of first-year students to studying at higher education institutions in the conditions of war]. *Perspektyvy ta innovacii' nauky*, 9(27), 315–325 (in Ukrainian)

3. Orlenko I.M. (2020). Determinanty social'noi' dezadaptacii' osobystosti v suchasnomu ukrai'ns'komu suspil'stvi [Determinants of social maladjustment of a personality in modern Ukrainian society]: dys. d-ra filosofii' za special'nistju 033 – filosofija. – Derzhavnyj zaklad «Pivdenoukrai'ns'kyj nacional'nyj pedagogichnyj universytet imeni K.D. Ushyns'kogo», Odesa. (in Ukrainian)
4. Perepeljuk T., Harchenko N. (2024). Koping-strategii' jak chynnyk adaptacii' studentiv do umov navchannja pid chas vijny [Coping Strategies as a Factor of Students' Adaptation to the Conditions of Studying during the War]. *Visnyk Nacional'nogo universytetu oborony Ukrai'ny*, 3(79), 110–119 (in Ukrainian)
5. Skrypnyk N.G. (2022). Osobystisni resursy adaptacii' studentiv do navchannja v umovah vojenного стану [Personal resources of students' adaptation to studying under martial law]. *Naukovi proekty social'no-gumanitarnogo fakul'tetu ZUNU*, 192–194 (in Ukrainian)
6. Koval, I. & Yaremko, R. & Pasichnyk, S.V. (2024). Psychologichni osoblyvosti adaptacii' здобувачів вищої освіти до навчання в умовах воєнного стану [Psychological peculiarities of adaptation of higher education students to studying under martial law]. *Scientific Notes of Lviv State University of Life Safety. Pedagogy and Psychology*. 109-115. 10.32782/3041-1297/2024-2-18 (in Ukrainian)

Summary

PERSONALITY ACCENTUATION AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS

Olkhovetskyi V. PhD candidate,

Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. *The accentuation of the personality determines the nature and characteristics of the adaptation process of applicants. The study of individual psychological resources in the field of health of applicants revealed high emotional lability; a pronounced tendency to experience learning situations in the categories of frustration and severe stress. The deterioration of students' mental health leads to the risk of maladaptation in the HEI and later in the workplace.*

The purpose is to identify persistent individual psychological characteristics (accentuations) of first-year students that facilitate and impede successful adaptation to the conditions of study in higher education institutions and to substantiate the appropriate 'targets' of psychocorrection in risk groups.

Methods: - questionnaires, testing, methods of mathematical statistics.

Originality. *The types of personality accentuations that exist in the conditions of higher education institutions are identified: adaptive (asthenic); relatively adaptive (schizoid, hyperthymic, psychasthenic); and non-adaptive (paranoid, depressive, hysterical, expository), that is, associated with a high risk of maladjustment in the first years of study. During the period of adaptation, students with schizoid, depressive, and expository accentuations are more likely to have depressive situational reactions, while students with psychasthenic and hyperthymic accentuations are more likely to have situational anxiety. Individuals with hysterical and paranoid accentuations are characterised by anxiety-depressive reactions. Anxiety-depressive type of reaction and a tendency to situational depressive reactions in a stressful situation are predictively unfavourable for the adaptation of an applicant to a higher education institution. Applicants with moderate situational anxiety in stressful situations, which acts as a mobilising factor, adapt better than others. The presence of anxiety as a personality trait is prognostically unfavourable during the period of adaptation to the university.*

Conclusion. *The programme of psychocorrection of signs of maladjustment of applicants, developed taking into account the peculiarities of the accentuated personality traits and aimed at working with individual factors of maladjustment, has proved to be effective during the period of adaptation to the university. As a result of its implementation, the emotional background in the experimental group improved significantly: the incidence of depressive reactions decreased, anxiety and social frustration decreased to the level of normal. The indicators of adaptation and subjective well-being in the participants of the correctional group also improved significantly.*

Keywords: *accentuation; adaptation; university student; type of response; stressful situations.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 07.05.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 29.06.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.