

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УНІВЕРСИТЕТ МИТНОЇ СПРАВИ ТА ФІНАНСІВ**

Факультет управління

Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

**на тему: «Комунікативна компетентність як передумова
соціально-психологічної адаптації особистості»**

Виконав:

студентка групи ПС21-1

спеціальність 053 «Психологія»

Гірліна В.С.

Науковий керівник:

канд. психол. наук, доцент

в.о. завідувача кафедри
психології

Склянська О.В.

ДНІПРО – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	7
1.1. Психологічна сутність та структура комунікативної компетентності особистості.....	7
1.2. Теоретичні уявлення щодо прояву та розвитку адаптаційних здібностей особистості.....	17
Висновки до розділу І.....	26
РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	29
2.1. Цілі та завдання початкового етапу дослідження.....	29
2.2. Результати емпіричного дослідження комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації.....	35
Висновки до розділу ІІ.....	46
ВИСНОВКИ.....	50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	55
ДОДАТКИ.....	60

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сприйняття людиною

соціально-психологічного світу являє собою комплексну двобічну взаємодію між нею та суспільним життям. Цей процес взаємного впливу зумовлює розвиток та формування особистості. У контексті соціальної психології, діяльність індивіда визначається його потребою бути частиною соціуму, розуміти, оцінювати та інтерпретувати його, а також ототожнювати себе з соціумом та конкретною соціальною групою. Очікування групи щодо поведінки індивіда стимулюють його до формування відповідної стратегії поведінки та комунікації. Здатність ефективно спілкуватися з оточуючими є ключовою умовою соціально-психологічної адаптації особистості в будь-якій галузі. Особливу важливість при цьому має розвиток комунікативної компетентності людини.

Актуальність наукового дослідження проблеми соціальної адаптації зумовлена передусім об'єктивними потребами соціуму. Адаптація індивіда є необхідним етапом його становлення як повноправного та активного учасника соціальної групи. Досягнення відносної завершеності в процесі соціальної адаптації до професійної сфери, групи, колективу, трудової діяльності, а також узгодженість особистості з основними вимогами та соціальними очікуваннями є фундаментальною умовою для повноцінного функціонування особистості в сучасному соціальному оточенні.

Розглядаючи питання комунікативної компетентності з точки зору її історичного походження, варто зазначити, що різні наукові підходи спричинили відсутність єдиного розуміння її змісту. Саме так, В. В. Синявський та О. П. Сергєєнкова описують комунікативну компетентність як внутрішньо-психологічну сторону процесу людського спілкування. Дж. Вейман, Л. Лепіхова пояснювали комунікативну компетентність як зв'язок з більш широким поняттям соціальної адаптації. С. Максименко, Ю. Жуков, О. Бодальов вивчали комунікативну

компетентність у психологічному аспекті. Н. Буртова та Т. Кадолба пояснювали це явище через когнітивний аспект.

Проблематику адаптації в її різноманітних проявах досліджували як вітчизняні, так і зарубіжні вчені. Г. Айзенк та Р. Хенкі, представники зарубіжної психологічної науки, розглядають адаптацію як динамічне явище. Адаптація як інструмент пристосування до середовища, захисний механізм чи спосіб її самоактуалізації (К. Роджерс, Л. Фестінгер, В. Ядов та ін.). Українські науковці Г. Пріб, Я. Раєвська та Л. Бегеза досліджували адаптацію особистості під час воєнних дій та визначили її як складний, багатогранний процес взаємодії, що формує нову соціальну ідентичність у відповідь на зміни. М.П. Лукашевич та І.І. Мигович розкривали сутність адаптації у соціальному контексті.

Об’єкт дослідження: комунікативна компетентність як передумова соціально-психологічної адаптації особистості.

Предмет дослідження: взаємозв’язок комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації особистості.

Мета нашої роботи полягає в тому, щоб:

Проаналізувати взаємозв’язок між явищами комунікативна компетентність та соціально-психологічна адаптація особистості.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні роботи і емпіричні дослідження щодо вивчення явищ «комунікативна компетентність» та «соціально-психологічна адаптація особистості».
2. За допомогою аналізу наукової літератури з’ясувати психологічну сутність та структуру комунікативної компетентності особистості.
3. Узагальнити теоретичні знання щодо прояву та розвитку соціально-психологічної адаптації особистості.

4. Обґрунтувати і підібрати валідний психодіагностичний інструментарій для емпіричного дослідження взаємозв'язку комунікативної компетентності та адаптації особистості.

5. Провести опитування для визначення ступеня розвитку параметрів комунікативної компетентності особистості у студентів.

6. Виявити поточний рівень розвитку складових адаптації особистості у студентів.

7. Здійснити кількісний аналіз отриманих емпіричних даних за допомогою математичних методів.

8. Виконати кількісний та якісний аналіз щодо кореляційного зв'язку між комунікативною компетентністю та соціально-психологічною адаптацією людини з подальшою інтерпретацією отриманих емпіричних даних.

Гіпотеза: рівень соціально-психологічної адаптації значною мірою залежить від сформованості комунікативної компетентності.

Методи дослідження:

теоретичні: аналіз теоретичної літератури, узагальнення;

емпіричні: опитування (методика діагностування комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський), методика діагностики комунікативної толерантності В.В.Бойко, методика вивчення соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда).

методи математичної обробки даних: описова статистика, кореляційний аналіз.

Практична значущість: виявлені закономірності взаємозв'язку між комунікативною компетентністю та соціально-психологічною адаптацією дозволять психологам та соціальним працівниками більш ефективно

проводити діагностичну та корекційну роботу з клієнтами, які відчують труднощі в соціально-психологічній адаптації.

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох глав, загальних висновків, списку використаної літератури (50), додатків. Зміст роботи висвітлено на 50 сторінках основного тексту і містить 3 таблиць і 3 рисунків.

Апробація роботи. Результати дослідження було представлено на науково-практичній конференції: Гірліна В. С. Комунікативна компетентність як передумова соціально-психологічної адаптації особистості. *Цифрове суспільство: міжнародні економічні відносини, управління, фінанси та соціум:* матеріали міжнародної науково-практичної конференції, Дніпро: Університет митної справи та фінансів, 2025. (Додаток А)

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Психологічна сутність та структура комунікативної компетентності особистості

Термін «комунікативна компетентність» має в собі два поняття: «комунікація» й «компетентність».

У тлумачному психологічному словнику В. Б. Шапара термін «комунікація» має два формулювання: 1) визначення, подібне до поняття спілкування, але розширене. Зв'язок, у ході якого відбувається обмін інформацією між системами в живій і неживій природі; 2) комунікація розглядається і як смисловий аспект соціальної взаємодії. Через те, що деяка особистісна активність виконується в умовах прямих або непрямих відносин з оточуючими, вона включає як фізичний контакт, так і комунікативний аспект. Тому дії, що усвідомлено орієнтуються на своє смислове сприйняття іншими людьми, нерідко називають комунікативними [42].

У співпраці науковці В. В. Синявський та О. П. Сергеєнкова стверджують, що точно описує поняття «комунікація» саме друге визначення та окреслюють її як внутрішньо-психологічну сторону процесу людського спілкування, яка розкривається сутністю (сприймання, обмін інформацією та взаєморозуміння людьми одне одного), так і видами психологічного аспекту й впливу (безпосереднє опосередковане, вербальне-невербальне тощо) [35].

Тож, можна зазначити, що комунікація є формою взаємодії між різними людьми, метою якої є обмін інформацією та вплив за допомогою комунікативних здібностей та засобів на іншого учасника процесу [32].

Комунікативні навички – це вміння правильно та ефективно створювати контакт з оточуючими людьми. Зрівнянні з ораторським мистецтвом комунікативні навички є обширним поняттям, але треба сказати про те, що ці два поняття є значно вужчими за поняття «комунікативна компетентність», яка представляє суцільну систему, що в своєму складі має як ораторську майстерність та комунікативні здібності особистості, так і інші її характеристики, властивості поведінки [44].

О. Е. Кравченко-Дзондза у своїх дослідженнях доводить, що комунікативна компетентність – це розгалужений феномен, у визначенні якого, на даний час, не присутня чітка структура. Причинами неточного тлумачення даної категорії явищ, та й меж самого поняття, є такі: а) термінологічна своєрідність словосполучення «комунікативна компетентність» через особливі ідентифікації першого елемента; б) багатосаровість цієї системи, що, з однієї сторони, обумовлюється самостійністю її складових, з іншої є об'єднанням видів поведінки, особистісних якостей, персоналізації проходження комунікативного процесу; в) винятковість перекладу даного терміну: в науковому розумінні, у вітчизняній літературі, англійське «communicative competence» визначається як «комунікативна компетенція» і як «комунікативна компетентність». Без чіткого тлумачення явища, термін має велику кількість дефініцій: мовна компетентність, комунікативна грамотність, соціолінгвістична компетентність, комунікативна досконалість, комунікативні здібності, комунікативні вміння, вербальна комунікативна компетентність тощо [21].

Компетентність важливо розділяти з поняттям компетенція. Компетенція – це індивідуальна норма, звершення якої може свідчити про здатність правильного вирішення будь-якого завдання, а компетентність – це об'єднане утворення, що інтегрує в собі вміння, знання, досвід, навички та особистісні властивості, які розуміються прагненням, здатністю його повністю вирішувати проблеми і завдання, що з'являються в теперішніх

життєвих ситуаціях, усвідомлюючи всю значимість предмету і результату діяльності. Тобто, найголовніше, для терміну «комунікативна компетентність», те, що компетентність – це оцінка виконання, або не виконання своїх принципів, якостей та характеристик людини, які передбачаються для вирішування конкретних завдань, вибір рішень та суджень у певній галузі [10].

Комунікативна компетентність виступає тільки у процесі взаємодії з оточуючими та пояснюється науковцем Д. І. Ізаренковим як здатність людини до спілкування в одному, або кількох типах мовної активності, що представляє собою надбану під час природної комунікації або особливо організованого навчання значиму якість особистості [37].

Науковці досліджують інформацію щодо розуміння поняття «комунікативна компетентність» ще від 60-70-х рр. XX сторіччя й до сьогодення, але важливо зазначити, що у сучасній науці спостерігається відсутність чітко окреслених меж у визначенні поняття «компетентність», одного та загальноприйнятого розуміння цього явища. Переважно компетентність поєднується з індивідуальними характеристиками особистості, які надають їй змогу виконувати певну активність ефективно, а сутність цього феномену пояснюється через розгляд змістовно-дійових складових окремого виду діяльності [11].

У цьому випадку під навичками спілкування можна розуміти як сукупність індивідуальних особливостей особистості, що забезпечує людині здатність до ефективної комунікації [4].

Дослідження науковця Делла Хаймза, на початку 60-х років минулого століття, показують, що можливість особистостей досягти власних цілей у соціальному житті вирішальною мірою залежить від комунікативної компетентності особистості [47].

Науковиця В. Балахтар пропонує два варіанти тлумачення поняття комунікативна компетентність: 1) комунікативна компетентність

обумовлюється комплексом правил та норм типового комунікативного процесу (переговори, діалоги, суперечка та інші); 2) комунікативну компетентність визначають як здатність утворення та утримання необхідних контактів з іншими людьми, достатньою сукупністю умінь, навичок та знань, що впливають на здібність змінити, при потребі, коло оточення та задоволенні ефективного спілкування, а ще відшукати взаєморозуміння з партнером по спілкуванню. Науковці часто звертають увагу на те, що існує різниця в залежності спілкування від культурного контексту [3].

С.Д. Максименко зазначає: комунікативна компетентність – це «ідейно-моральна категорія, що регулює всю систему відношень людини до природного і соціального світу, а також до самої себе, є синтезом цих двох світів» [28].

Як зазначалося вище, комунікативна компетентність – цілісне поняття, яке містить в собі багато вужчих. Науковиця О. М. Корніяка наголошує, що комунікативна компетентність має велику низку ієрархічно підпорядкованих компетентностей: 1) мовленнєву компетентність, що має культуру мови, вірність, красу та виразність мовлення; 2) інформаційну компетентність, що визначається у чіткій комунікації і правильній передачі інформації; 3) компетентність у розумінні й сприйманні іншої людини, невід’ємний від інтроспекції й емоційних реакцій до суб’єкта спілкування; 4) компетентність суспільної взаємодії, дотичну зі створенням контакту з іншими людьми, можливості до вирішення конфліктів, вмінням діяти товарисько у спілкуванні [19].

У сукупність комунікативних здібностей та вмінь, що упорядковують комунікативну компетентність, науковці відносять наступні [39]:

- Глибоке розуміння та дотримання норм спілкування в різних ситуаціях (ділових, повсякденних, святкових тощо).
- Високий рівень володіння мовою, що забезпечує ефективну передачу та сприйняття інформації під час комунікації.

- Здатність розпізнавати та інтерпретувати невербальні сигнали.
- Вміння встановлювати контакт з різними людьми, враховуючи їхні індивідуальні особливості та соціальний статус.
- Адекватна поведінка в будь-якій ситуації та використання її особливостей для досягнення поставлених комунікативних цілей.
- Уміння переконувати співрозмовника та впливати на його думку за допомогою аргументів.
- Здатність до аналізу особистості співрозмовника та вибору оптимальної стратегії комунікації.
- Вміння створювати позитивний імідж у спілкуванні.

Т. О. Вольфовська розглядає "комунікативну компетентність" як індивідуальний рівень сформованості набору знань, умінь та навичок, необхідних для ефективної взаємодії з іншими людьми. Цей рівень дозволяє людині успішно діяти в суспільстві, враховуючи власні можливості та соціальне положення. Тобто, комунікативна компетентність – це здатність людини адаптуватися до соціального середовища через ефективну взаємодію з іншими людьми, що визначається її індивідуальними особливостями та соціальним статусом [9].

За визначенням О. Сібіль, комунікативна компетентність - це сукупність знань та умінь, які дозволяють людині адекватно сприймати оточення, будувати ефективні взаємини та гнучко адаптуватися до різних комунікативних ситуацій. Також, вчений розглядає комунікативну компетентність як комплексний феномен, що включає в себе: 1) здатність об'єктивно оцінювати оточуючих; 2) вміння підбирати відповідний стиль і тон спілкування; 3) емпатію та здатність співпереживати іншим; 4) врахування індивідуальних особливостей та психологічного стану співрозмовника; 5) розвинену рефлексію, тобто здатність усвідомлювати свої сильні та слабкі сторони в спілкуванні; 6) вміння будувати міжособистісні

стосунки, враховуючи особливості інших людей; 7) володіння як вербальними, так і невербальними засобами комунікації [36].

Питання комунікативної компетентності є предметом дослідження багатьох зарубіжних науковців. Так, С. Савін'йон визначає її як здатність ефективно спілкуватися в реальних ситуаціях, де мовні навички повинні постійно адаптуватися до змін [49]. Дж. Гумперц, у свою чергу, підкреслює важливість знання правил спілкування, які дозволяють встановити контакт, бути зрозумілим та підтримувати розмову [49].

У своїй роботі Т. Пономаренко проводить всебічний аналіз наукових поглядів на комунікативну компетентність [31]. Дослідники розглядають її як:

- Сферу діяльності: набір знань, умінь і навичок, необхідних для ефективного спілкування (В. Захарова, Ю. Ємельянов та ін.).
- Здатність вирішувати завдання: вміння ставити і досягати комунікативних цілей (Л. Гейхман, І. Зуєв та ін.).
- Складову особистості: необхідний елемент для взаємодії з іншими людьми (О. Бодальов, В. Бойко та ін.).
- Частину соціальної компетентності: зв'язок з більш широким поняттям соціальної адаптації (Дж. Вейман, Л. Лєпіхова та ін.).
- Культурно-історичний феномен: врахування історичних і культурних особливостей спілкування (Т. Вольфовська, Г. Ковальов та ін.).
- Набутий досвід: результат життєвого досвіду і навчання (В. Гаркуша, О. Гринчук та ін.).
- Емпатію та володіння мовними засобами: здатність розуміти інших людей і використовувати різні засоби спілкування (А. Деркач, Л. Петровська та ін.).
- Складову комунікативного потенціалу: комплекс властивостей, що впливають на ефективність спілкування (В. Куніцина, В. Погольша та ін.).

Згідно з дослідженнями Н. Моревої, індивіди з розвиненими комунікативними навичками демонструють наступні характерні особливості поведінки [40]:

- Швидка адаптація до ситуації взаємодії, точніше розуміння потреб співрозмовника та оперативне реагування на них;
- Спрямованість на розуміння іншої людини в конкретному контексті, врахування її почуттів та особливостей;
- Комплексний підхід до комунікації, що включає не лише досягнення мети, а й встановлення довірливих відносин зі співрозмовником, демонстрацію поваги та доброзичливості;
- Впевненість у собі та розкритість у спілкуванні, що сприяє комфортному взаємообміну інформацією;
- Задоволення від спілкування та мінімізація стресу в процесі комунікації;
- Гнучкість у спілкуванні, здатність адаптуватися до різних соціальних ролей та встановлювати ефективні контакти в будь-яких ситуаціях;
- Високий рівень соціальної адаптації та популярності в колективі;
- Здатність до ефективної командної роботи та створення позитивної атмосфери в колективі.

За цією структурою, можна побачити зв'язок між двома явищами – комунікативна компетентність та соціальна адаптація. Організація соціально-психологічної адаптації репрезентує собою складну конфігурацію взаємозв'язків, що зумовлюються, з одного боку, індивідуально-психологічними характеристиками суб'єкта, а з іншого – специфікою його інтеграції в групову динаміку та умовами її функціонування. Адаптаційний процес характеризується системно-структурною організацією з інтегрованим компонентом

саморегуляції. Значущим аспектом адаптивних ресурсів виступає високий ступінь диференціації когнітивних здібностей та процесів, мотиваційних підсистем, а також адаптивних механізмів, їхніх комплексів і стратегій адаптивної поведінки. Інтелектуальна сфера забезпечує змістове наповнення адаптації, комунікативна – форму репрезентації цього змісту, тоді як регулятивна підсистема виконує функцію інтеграції змісту та форми відповідно до вимог оточуючого середовища. Підсистеми налаштування (імовірно, мається на увазі) сприяють активізації вищих психічних функцій, зокрема уваги, пам'яті, мислення, вольової регуляції тощо [38].

На адаптивне джерело розвитку комунікативної компетентності в процесі становлення особистості вказують дослідження І. Черезової. Науковиця зазначає, що трансляція комунікативних умінь та інтерпретація зворотних комунікативних актів у міжособистісній взаємодії є ключовими механізмами цього процесу. Специфіка розвитку комунікативної компетентності полягає в адаптації індивіда до умов життя через соціальну взаємодію, в процесі якої засвоюються способи предметної та комунікативної діяльності [41]. Виходячи з вищезазначеного, комунікативна компетентність розглядається як ключовий фактор адаптивної поведінки особистості, що визначає успішність її соціальної інтеграції та професійної діяльності.

Підсумовуючи, комунікативна компетентність – це багатоаспектне явище, яке охоплює як знання і навички, так і особистісні риси, що дозволяють ефективно взаємодіяти з іншими. Ми розглядаємо її як інтегровану систему, яка формується в процесі життя і визначає успішність спілкування.

Аби ефективно використовувати свої комунікативні навички, важливо усвідомлювати їхню структуру. Але, проводячи теоретичний аналіз літератури, ми зрозуміли, що у науковців наразі відсутнє спільне бачення структури комунікативної компетентності [8].

Вчений Джон Мак Кроскі [48] виділяє три основні складові комунікативної компетентності:

- Когнітивна складова охоплює знання мови, граматики, правил етикету та культурних норм спілкування.
- Емоційна складова пов'язана з емоційною чутливістю, здатністю співпереживати та розуміти невербальні сигнали.
- Поведінкова складова відображає практичні навички спілкування, такі як співпраця, ініціативність та адаптація до різних комунікативних ситуацій [20].

Кадолба, посилаючись на Н. Буртову, пропонує модель комунікативної компетентності, що складається з трьох рівнів [14]:

1. Психофізіологічний рівень: Цей рівень охоплює біологічні та фізіологічні основи комунікації, такі як тип нервової системи, темперамент, спрямованість особистості (екстраверсія/інтроверсія), а також вікові та гендерні характеристики.

2. Індивідуально-психологічний рівень: Тут комунікативна компетентність визначається особливостями когнітивних процесів, включаючи відчуття, сприйняття, увагу, пам'ять, мислення, волю, емоції та уяву, а також домінуючі психічні стани.

3. Соціально-психологічний рівень: На цьому рівні комунікативна компетентність проявляється у здатності будувати ефективну взаємодію з іншими, передбачаючи результати спілкування та задовольняючи соціальні потреби як власні, так і партнера та оточення. Автор наголошує, що розвиток комунікативної компетентності на цьому рівні є результатом як природного соціального досвіду, так і цілеспрямованої освіти та виховання, що сприяють розвитку відповідних знань, умінь, навичок та звичок.

Б. Шпітсберг та В. Купах [50] у межах дослідження структури комунікативної компетентності ідентифікують наступні складові:

когнітивний компонент (знання про доцільну комунікативну поведінку), поведінковий компонент (здатність застосовувати відповідні комунікативні стратегії) та мотиваційний компонент (прагнення до ефективної комунікації). Аналогічну концепцію, використовуючи дихотомію інструментального та мотиваційно-ціннісного, пропонує О. Жирун [12]. Результати психологічного дослідження, проведені останнім, підтверджують складну ієрархічну організацію досліджуваного феномену.

Завдяки психологічній гнучкості та артистизму, людина може організувати живе та цікаве спілкування, створити атмосферу комфорту та довіри, забезпечити позитивне ставлення до оточення та визнання їхнього потенціалу. Важливу роль у цьому відіграють як вербальні (мовні), так і невербальні (міміка, жести, інтонація) засоби, вираження емоцій та загальний професіоналізм особистості. Використання таких вербальних технік, як похвала, схвалення, компліменти, прояв дружнього ставлення, турботи та уваги, сприяє формуванню найбільш комфортного та продуктивного з психологічної точки зору навколишнього середовища, що, безумовно, покращує результати навчання, виховання та розвитку особистості.

Завдяки узагальненню результатів вивчення змісту та структурних складових комунікативної компетентності, стало можливим визначити її психологічну структуру та змістові характеристики. Розглядаючи комунікативну компетентність як складну структурну систему, дослідники використовують системний підхід. Цей підхід дозволяє досліджувати даний феномен як цілісну сукупність взаємопов'язаних елементів, аналізуючи його внутрішні властивості, зв'язки та відносини. Застосування системного підходу також передбачає можливість поділу комунікативної компетентності на окремі підсистеми залежно від конкретних дослідницьких завдань.

1.2. Теоретичні уявлення щодо прояву та розвитку адаптаційних здібностей особистості

Сучасна наука характеризується постійними змінами та розвитком. Щорічно з'являються нові наукові праці, що обумовлено потребами суспільного прогресу. Психологія, як наука, що досліджує різні аспекти людського існування, також зазнає швидкого розвитку та по праву вважається наукою XXI століття.

Дослідження феномену адаптації почалися значно раніше, ніж виникли тенденції глобалізації. У 1865 році німецький фізіолог Г. Ауберт, вивчаючи реакцію шкірних покривів на зовнішні подразники, увів термін "адаптація" в науковий лексикон, пізніше застосовуючи його для опису діяльності всіх сенсорних систем. Пристосування організмів до змін навколишнього середовища, відоме як адаптація (від лат. "adapto" – пристосовувати), є центральним поняттям у біології. Саме механізми адаптації дозволяють живим істотам виживати в мінливих умовах існування. Це поняття набуло широкого поширення і використовується як фундаментальна категорія в різних галузях знань, зокрема в психології та соціальній педагогіці [45].

Згодом концепція адаптації поширилася за межі біологічних та фізіологічних наук, проникнувши в такі сфери, як педагогіка, соціологія, психологія та інші. Зокрема, психологи-еволюціоністи, аналізуючи розвиток дітей (як власних, так і знайомих), намагалися довести адаптивну природу психіки людини, що формується протягом дитячого та юнацького віку. Результатом цих досліджень стала необхідність введення нових термінів для адекватного опису процесів, що були об'єктом та предметом дослідження. Провідну роль у цьому відіграв англійський соціолог і філософ Г. Спенсер, який увів в психологію поняття "адаптація" та "пристосування", надавши їм соціального значення, що відрізнялося від біологічного розуміння адаптації, запропонованого Г. Аубертом [27].

Адаптація людини відбувається на трьох взаємопов'язаних рівнях: біологічному, соціальному та психологічному. Біологічна адаптація передбачає пристосування організму до змін у навколишньому середовищі, таких як зміни клімату, екологічні катастрофи чи технологічні новації. Цей процес вимагає від людини певних поведінкових реакцій, спрямованих на збереження здоров'я та виживання. Водночас, біологічна адаптація тісно пов'язана з соціальним контекстом, оскільки людина є суспільною істотою [5].

Так, термін «адаптація» був інкорпорований у психологічну науку з галузі біологічних дисциплін. У фізіології зазначений термін описує процес адаптації сенсорних органів до впливу відповідних подразників, тоді як у біології він відображає пристосування морфологічних та функціональних характеристик органів чуття до умов існування організму. Принцип збереження гомеостазу, що полягає у пристосуванні до змінних умов, зберігає свою валідність і в психологічному контексті, що особливо чітко простежується в психологічних концепціях, орієнтованих на аналіз взаємовідносин між індивідом та його оточенням [23, 24].

Адаптація, на думку К. Юнга, є центральним елементом структури свідомості, розглянутої з позицій глибинної психології. Він зазначав, що це поняття є багатограним та охоплює не лише пізнавальну діяльність. Саме концепція адаптації дозволяє глибше осягнути людську природу та особливості її взаємодії з оточенням, а ефективна адаптація потребує розвитку таких функцій, як мислення, відчуття, почуття та інтуїція [23, 24].

У науковій літературі існують різні концептуалізації феномену адаптації. Г. Айзенк та Р. Хенкі, представники зарубіжної психологічної науки, розглядають адаптацію як стан динамічної рівноваги між індивідом та його соціальним оточенням, а також як процес, спрямований на досягнення зазначеного стану. Ж. Піаже інтерпретує адаптацію як здатність суб'єкта долати складні ситуації шляхом інтеракції процесів асиміляції та акомодатії,

що сприяє розвитку когнітивних структур та їхній гармонізації з вимогами соціального контексту. Г. Балл, вітчизняний науковець, визначає адаптацію як активне прагнення індивіда до встановлення та підтримання збалансованих відносин з навколишнім середовищем, наголошуючи на активній ролі суб'єкта в цьому процесі [29].

Також, серед різноманітних психологічних питань особливої уваги заслуговує проблема адаптації, яка зосереджена на дослідженні успішності, стабільності та надійності індивіда в різних сферах його діяльності. Ознайомлення з науковою літературою з питань психологічної адаптації виявило певні розбіжності у трактуванні ключових понять, що створює труднощі для досліджень та подальшого розвитку теоретичної бази. З огляду на це, постає необхідність ретельного аналізу місця та ролі основних категорій понятійного апарату теорії психологічної адаптації [16].

З метою аналізу чинників, що впливають на успішну адаптацію особистості, О. Кокун виокремлює дві основні категорії [17]:

- Суб'єктивні фактори: до цієї групи належать внутрішні характеристики індивіда, такі як професійна підготовка та досвід, особистісні якості, потреби, інтереси, ціннісні орієнтації, установки та переконання, особливості сприйняття світу, набутий життєвий досвід, психофізіологічні особливості, характеристики емоційної та вольової регуляції, рівень задоволеності життям та професійною діяльністю.
- Об'єктивні фактори: ця категорія включає зовнішні умови та характеристики середовища, в якому відбувається адаптація, а саме: умови та специфіка діяльності, інтенсивність та характер робочого навантаження, психологічна атмосфера в колективі, соціальні та побутові умови життя.

Українські науковці Г. Пріб, Я. Раєвська та Л. Бегеза, досліджуючи адаптацію особистості в умовах воєнних дій, підкреслюють її складний та багатогранний характер, описуючи її як процес взаємодії, що зумовлює формування нової соціальної ідентичності у відповідь на зміни, що

виникають внаслідок військового конфлікту. Цей процес розглядається як чинник позитивного розвитку та розкриття потенціалу особистості, сприяючи її інтеграції в систему міжособистісних взаємин та створенню умов для реалізації потреб у самоповазі та самоактуалізації. Різні чинники, що виникають у всіх сферах життєдіяльності індивіда, можуть здійснювати різний (позитивний або негативний) вплив на процес його адаптації [33].

Аналізуючи поняття соціальної адаптації в вузькому сенсі, ми помічаємо, що серед вітчизняних психологів є ті, які мають різні думки щодо цього процесу. Наприклад, М.П. Лукашевич та І.І. Мигович трактували соціальну адаптацію як процес активного засвоєння індивідом соціальних норм, цінностей та відносин, що характерні для певного суспільства і формуються під впливом матеріальних та духовних чинників [25].

А. Бандура зазначає, що процес адаптації людини до навколишнього середовища є безперервним і багатограним. Життя людини – це неперервний процес пристосування до змін навколишнього світу. Соціальна адаптація є невід’ємною частиною цього процесу, оскільки передбачає інтеграцію особистості в суспільство. Вона включає формування самосвідомості, розвиток соціальних навичок та здатність до саморегуляції. Психологічна адаптація ж пов’язана з узгодженням внутрішнього світу людини з вимогами соціального середовища. Ефективність адаптації залежить не стільки від зовнішніх умов, скільки від внутрішніх ресурсів особистості та її здатності використовувати їх. Таким чином, адаптація – це динамічний процес, який вимагає постійної активності та гнучкості [46].

На думку Андросович, соціальна адаптація виступає однією з основних причин для розвитку індивідуальності. Сформовані та стійкі індивідуальні характеристики можуть свідчити про успішність адаптаційного процесу, зокрема на інтрапсихічному рівні. Однак, слід зазначити, що індивідуальність, у певних випадках, може виступати фактором, який ускладнює інтеграцію особистості в ту чи іншу соціальну групу. З цього

впливає, що не варто використовувати лише цей показник, щоб зрозуміти, чи добре людина пристосувалася. В такому контексті стає особливо важливим, як людина себе проявляє і як концепції розвитку індивідуальності розуміють в соціальному середовищі, наприклад, у колективі чи групі [2].

Також, соціальна адаптація, як безперервний процес, супроводжує людину протягом усього життя, що зумовлено постійними змінами у суспільстві та необхідністю пристосування до цих змін. Проте, швидкість, з якою ми пристосовуємося, не є сталою. Динаміка соціальних змін, яка її розрізняє, коли швидкі зміни чергуються з повільним накопиченням нового. З цього випливає те, що соціальна адаптація має переривчастий характер – чим активніше суспільство, тим швидше особистість звикає до нового, коли ж суспільство розвивається повільно або взагалі не розвивається, люди пристосовуємося повільніше. Тобто, і соціальні зміни, і наша адаптація до них є взаємопов'язаними. Згідно з дослідженнями І.І. Миговича, М.П. Лукашевича та інших науковців, соціальна адаптація також здатна чинити вплив на динаміку соціальних змін. Таким чином науковий підхід до управління соціальною адаптацією допомагає швидше впроваджувати нововведення в суспільстві. А якщо адаптація відбувається стихійно, це може серйозно перешкоджати закріпленню нових соціальних явищ [26].

У межах широкої парадигми розуміння сутності соціальної адаптації, аналіз відповідної літератури дозволяє констатувати, що в її основі лежить принцип детермінованості всіх рівнів адаптаційного процесу: біологічного, психологічного та соціального. У даному контексті, соціальна адаптація інтерпретується як специфічна форма взаємодії індивіда (або соціальної спільноти) з соціальним середовищем, в ході якої здійснюється узгодження вимог та очікувань усіх суб'єктів взаємодії, що інтегрує біологічний, психологічний та інші рівні. Зазначене визначення, хоча й відображає діалектичну єдність та суперечливість біологічних, психічних та соціальних аспектів в адаптивній діяльності людини, проте, на нашу думку, не забезпечує

достатньої операціоналізації поняття соціальної адаптації як окремого виду взаємодії між людиною та оточуючим середовищем. Дана обставина створює методологічні передумови для формування як надмірно редукціоністських, так і надмірно експансивних інтерпретацій досліджуваного феномену [1].

Ключовим елементом соціальної адаптації є усвідомлення та прийняття своєї соціальної ролі. Саме тому соціальну адаптацію відносять до фундаментальних механізмів соціалізації особистості. Ефективність адаптації безпосередньо залежить від того, наскільки адекватно людина сприймає себе та своє місце в суспільстві. Спотворене самосприйняття може призвести до порушень адаптації. Таким чином, соціальна адаптація – це динамічний процес взаємодії людини з оточенням, який передбачає узгодження особистих потреб і можливостей з вимогами соціального середовища [29].

Психологічна адаптація – це динамічний процес, який відображає здатність індивіда гнучко реагувати на зміни у своєму оточенні та ефективно взаємодіяти з ним [22]. Це не просто пристосування до зовнішніх умов, а скоріше активна взаємодія особистості зі середовищем, спрямована на досягнення гармонії та внутрішньої рівноваги. Цей процес охоплює широкий спектр психологічних функцій, таких як сприйняття, мислення, емоції та поведінка. Психологічна адаптація є двостороннім процесом. З одного боку, індивід пристосовується до вимог соціального середовища, а з іншого – впливає на це середовище, змінюючи його відповідно до своїх потреб і цінностей. Цей взаємозв'язок між особистістю та соціумом є ключовим для розуміння процесу адаптації [13].

1. Психічну адаптацію можна розглядати як активний, цілеспрямований процес, у ході якого людина встановлює оптимальну відповідність між своїми внутрішніми потребами та вимогами зовнішнього середовища. Це не статичний стан, а динамічна рівновага, яка постійно підтримується та коригується. Важливим аспектом адаптації є задоволення інтелектуальних потреб, що сприяє підвищенню ефективності цього процесу.

Таким чином, психічна адаптація – це не просто пристосування до умов, а й розвиток особистості, реалізація її потенціалу та досягнення гармонії з навколишнім світом [6].

2. Соціальна адаптація – це динамічний процес, в якому людина активно взаємодіє зі своїм соціальним оточенням, прагнучи досягнення гармонії та балансу між своїми потребами та вимогами суспільства. Цей процес передбачає не лише пасивне пристосування до існуючих умов, а й активну участь у формуванні соціального середовища. Дослідники, такі як О. І. Зотова та Б. П. Паригін, приділяли значну увагу вивченню цього складного феномена, зокрема, труднощів, з якими стикаються люди при освоєнні нових соціальних ролей та норм. Таким чином, соціальна психологія виокремлює два етапи адаптації, які послідовно змінюють один одного [30]:

3. Професійна адаптація – це комплексний процес, який охоплює не лише засвоєння професійних знань та умінь, а й формування особистісних якостей, необхідних для успішної роботи, розвиток стійкого інтересу до обраної спеціальності та позитивного ставлення до неї. Як зазначає Н. Г. Ничкало, професійна адаптація є невід'ємною частиною соціальної адаптації, оскільки вона включає в себе взаємодію різних аспектів людської особистості: ціннісно-нормативних, психофізіологічних, діяльнісних та соціально-психологічних. Вона виділяє чотири основні етапи, через які проходить людина, адаптуючись до професійної діяльності: 1 етап – це період підготовки до професійної діяльності, коли формується необхідний базис для подальшого розвитку; 2 етап – це стадія активного пошуку роботи та вступу в трудові відносини; 3 етап – це період безпосередньої адаптації до нового робочого місця та колективу; 4 етап – це стадія постійного професійного зростання та розвитку [18].

4. Соціально-психологічна адаптація – це процес активного залучення працівника до життя колективу, який передбачає його поступове впливання в систему взаємин, прийняття існуючих норм та цінностей організації. Це складний процес, що включає в себе як адаптацію до

зовнішніх умов (акомодацію), так і внутрішню трансформацію індивіда (асиміляцію) [15].

Багато дослідників підкреслюють подвійний характер адаптації. Вона може проявлятися як успішна інтеграція індивіда в нове середовище, так і невдала спроба адаптуватися. Іншими словами, адаптація – це процес, який може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Більш того, адаптація не завжди передбачає пасивне пристосування до умов. Часто індивіди активно намагаються змінити своє оточення або себе, щоб досягти гармонії [24].

У своїх працях американський психолог К. Роджерс, представник гуманістичного напрямку, висловив оригінальну ідею стосовно пристосування. Він виділив аспекти людської поведінки та особистості, узгодженість яких дозволяє індивіду бути адаптованим та звикати до собі подібних. Згідно з його поглядами, люди можуть проявляти агресію, відчувати ненормальні спонукання, руйнівні емоції та діяти врозріз зі своєю внутрішньою етикою через властиві їм внутрішню тривогу та незахищеність. Як зазначає К. Роджерс, індивіди здатні поводитися надзвичайно жорстоко, жахливо, руйнівно та невідповідно до своєї сутності, але адекватно до обставин, приховуючи свій внутрішній світ задля забезпечення адаптації до непростих життєвих умов. Однак, у глибині їхнього внутрішнього єства кожна людина зберігає потенціал бути такою, якою їй належить бути відповідно до її призначення у світі, що полягає у створенні, зміні та покращенні власного існування та життя інших через добродійність. Таким чином, на думку К. Роджерса, рівень адаптації визначається особливостями "Я-образу". Для покращення здатності до пристосування необхідна корекція уявлень людини про її потенційні можливості, важливо, щоб індивід прийняв себе, і завдяки цьому сформувалися умови для його повноцінного функціонування [34].

Більшість дослідників сходяться на думці, що адаптація – це динамічний процес, в ході якого людина активно пристосовується до змін у своєму оточенні, набуваючи нових рис та якостей. Цей процес є невід’ємною

частиною людського життя і забезпечує виживання в різних умовах. Адаптація тісно пов'язана з пізнавальними, мотиваційними та ціннісними аспектами особистості.

Отже, соціальна адаптація – це динамічний процес, під час якого індивід активно пристосовується до вимог соціального середовища, приймаючи його цінності, норми та очікування. Успішність цього процесу залежить від багатьох факторів, зокрема від особистісних особливостей людини, її цілей та цінностей, а також від специфіки соціального контексту. Ключову роль у процесі соціальної адаптації відіграє самоідентифікація особистості. Сформоване нами уявлення про своє місце в суспільстві значно впливає на успішність нашої взаємодії з оточенням. Спотворене або неадекватне сприйняття власної соціальної ролі може призвести до порушень адаптації, які можуть виражатися у відмові від соціальних контактів, розвитку невротичних станів або навіть психосоматичних захворювань.

Оскільки наше дослідження зосереджене на адаптації до нових соціальних умов, найбільш релевантними для нас є підходи, які вивчають особливості соціальної адаптації.

Висновки до розділу I

Теоретичне вивчення наукових праць, здійснене в рамках першого етапу нашого дослідження, виявило відсутність єдиної концепції розвитку комунікативної компетентності серед здобувачів освіти в сучасній психологічній науці.

Виходячи з вищевикладеного, внутрішню будову компетентності можна представити як комплекс взаємопов'язаних складових: мотиваційної, когнітивної, діяльнісної, ціннісно-рефлексивної та емоційно-вольової. Ці компоненти не існують окремо, а тісно взаємодіють між собою. Таке розуміння сутності компетентності є загальноприйнятим як серед українських, так і серед зарубіжних науковців.

Аналіз понять "компетенція" та "компетентність" дозволяє зробити висновки, що компетенція є зовнішньою вимогою до рівня підготовки особистості, що включає необхідні знання та досвід. Натомість, компетентність – це практичне застосування компетенції, що проявляється в ефективній діяльності та включає особисте ставлення до процесу та результату роботи. Компетентність – це інтегрована якість особистості, яка об'єднує знання, вміння, навички, досвід та особистісні риси, що сприяють розв'язанню проблем у реальних життєвих ситуаціях.

Після порівняльного аналізу наукових джерел стало очевидно, що комунікативна компетентність розглядається з різних теоретичних позицій: як сукупність особистісних ресурсів, як складна особистісна структура, як особистісна якість, або ж як система знань та навичок. Це дозволило сформулювати наступне визначення: комунікативна компетентність – це інтегрована комунікативна якість особистості, що забезпечує успішність взаємодії в різних соціальних ситуаціях. Беручи до уваги особливості професійної діяльності психолога, ми визначаємо комунікативну компетентність психолога як багатокомпонентну інтегровану структуру, що забезпечує ефективність професійної комунікації.

Адаптація є одним з найбільш досліджуваних явищ у науці, що пояснюється її універсальним характером. Адаптаційні процеси є неминучими при будь-яких динамічних змінах, що відбуваються в різних системах. Адаптація – це складний процес, що включає в себе інтеграцію впливів різноманітних факторів як зовнішнього, так і внутрішнього середовища, які можуть діяти як узгоджено, так і суперечливо.

Як зазначав К. Роджерс, рівень адаптації визначається особливостями "Я-образу". Для покращення здатності до пристосування необхідна корекція уявлень людини про її потенційні можливості, важливо, щоб індивід прийняв себе, і завдяки цьому сформувалися умови для його повноцінного функціонування.

Психологічна адаптація – це безперервний процес, що показує здатність людини ефективно взаємодіяти зі змінливим оточенням. Це активна взаємодія з середовищем для досягнення внутрішньої гармонії, яка охоплює сприйняття, мислення, емоції та поведінку. Адаптація є двосторонньою: індивід пристосовується до соціуму та водночас впливає на нього, змінюючи відповідно до своїх потреб і цінностей. Цей взаємозв'язок є ключем до розуміння адаптаційного процесу.

Соціальна адаптація – це динамічний процес, в якому людина активно взаємодіє зі своїм соціальним оточенням, прагнучи досягнення гармонії та балансу між своїми потребами та вимогами суспільства. Цей процес передбачає не лише пасивне пристосування до існуючих умов, а й активну участь у формуванні соціального середовища.

Соціально-психологічна адаптація – це процес і результат активного пристосування людини до нового соціального та професійного середовища, де вона реалізує свої основні потреби та займається продуктивною діяльністю. Успішна адаптація характеризується гармонійним балансом між потребами людини та вимогами соціуму. Люди з високою адаптивністю відрізняються емоційною стійкістю, внутрішньою гармонією та здатністю

поєднувати самореалізацію з самоконтролем, що дозволяє їм дотримуватися загальноприйнятих норм.

Зв'язок між двома явищами (комунікативна компетентність та соціально-психологічна адаптація) проявляється у специфіці розвитку комунікативної компетентності, що полягає в адаптації індивіда до умов життя через соціальну взаємодію, в процесі якої засвоюються способи предметної та комунікативної діяльності.

Відповідно до наведених висновків буде здійснено емпіричне дослідження, метою якого є вивчення комунікативної компетентності як ключового фактора адаптивної поведінки особистості.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПЕРЕДУМОВИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

2.1. Цілі та завдання початкового етапу дослідження

Відбір та проведення діагностичних методик для дослідження рівня комунікативних навичок та адаптації студентів здійснювалось з урахуванням ключових наукових принципів сучасної психології, а саме: структурності, системності, послідовності, взаємозв'язку зовнішніх і внутрішніх факторів, причинності, ретельності, регулярності та гуманізму.

Дослідження проводився в два етапи у період січень-лютий 2025 р. в Комунальному закладі вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради». На першому етапі початкового експерименту нами було вивчено 68 студентів академії, у яких досліджували рівень комунікативної компетентності та адаптації.

В рамках першого етапу експерименту, який мав діагностичну спрямованість, було поставлено за мету встановити рівень комунікативної компетентності та адаптивної поведінки індивіда. На основі цієї мети були визначені наступні дослідницькі завдання:

- Обґрунтування і добір валідного психодіагностичного інструментарію.
- Проведення діагностики для визначення ступеня розвитку параметрів комунікативної компетентності особистості.
- Виявлення поточного рівня розвитку складових адаптації особистості.

- Підбір та аргументація застосування математичних інструментів для кількісного аналізу емпіричних відомостей.
- Проведення кількісного та якісного аналізу щодо кореляційного зв'язку між комунікативною компетентністю та адаптацією людини з подальшою інтерпретацією отриманих емпіричних даних.

У процесі емпіричного дослідження застосовувався наступний набір діагностичних засобів:

1) Для збору емпіричних даних було використано такі методи: анкетування.

2) Психодіагностичне дослідження проводилось за допомогою наступних методик: методика діагностування комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський), методика діагностики комунікативної толерантності В.В.Бойко, методика вивчення соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда.

3) Для статистичної обробки даних використовувалися методи групування та кореляційного аналізу.

Методика діагностування комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський)

Методика створена для аналізу комунікативних та організаторських здібностей особистості, дозволяє розкрити їх психологічну структуру, виявляючи компоненти, що слугують індикаторами відповідних навичок.

Комунікативні здібності, зокрема, характеризуються здатністю особистості швидко та легко встановлювати ділові та дружні зв'язки, прагненням до розширення кола спілкування та активної участі в суспільних та групових заходах, що задовольняють потребу в широкому та інтенсивному спілкуванні. Організаторські здібності, з цієї точки зору, включають в себе вміння впливати на людей для успішного виконання завдань та досягнення цілей, здатність швидко орієнтуватися в ситуативній взаємодії та

спрямовувати її в потрібне русло, а також прагнення до ініціативи та суспільної діяльності.

Для дослідження було створено опитувальник, що складається з сорока питань, розташованих у спеціальній послідовності, яка враховує психологічні, методичні та конструктивні особливості методики. Наприклад, респонденту пропонується кілька питань, що описують одну й ту ж ситуацію. Щоб запобігти усвідомленому дублюванню та переносу відповідей, ці питання були розподілені по всьому опитувальнику, чергуючись з іншими типами питань. Також, для ускладнення завдання, позитивні формулювання питань систематично змінюються на негативні. Питання, спрямовані на оцінку комунікативних якостей, чергуються з питаннями, що виявляють організаційні схильності. Такий самий принцип чергування застосовується до питань позитивного та негативного модулів, де передбачені ідеальні відповіді «так» або «ні». Ця схема розміщення питань детально представлена у двох дешифраторах методики КОЗ-1.

Обробка та інтерпретація результатів: підрахунок балів – відповіді на кожне питання оцінюються відповідно до ключів, які надаються в методиці. Так, окремо підраховується сума балів за шкалою комунікативних здібностей та за шкалою організаторських здібностей. Визначення рівня розвитку – отримані суми балів порівнюються з нормативними показниками, які також надаються в методиці. На основі цього порівняння визначається рівень розвитку комунікативних та організаторських здібностей (наприклад, низький, середній, високий).

Комунікативні здібності: високі показники свідчать про розвинену здатність до спілкування, встановлення контактів, ефективної взаємодії з іншими людьми. Низькі показники вказують на труднощі в спілкуванні, замкнутість, небажання взаємодіяти з оточуючими. Організаторські здібності: високі показники свідчать про розвинену здатність до організації діяльності, управління людьми, планування та координації дій. Низькі показники

вказують на труднощі в організації, невпевненість, небажання брати на себе відповідальність. Комплексний аналіз: важливо розглядати результати за обома шкалами в комплексі, оскільки комунікативні та організаторські здібності часто взаємопов'язані. Наприклад, високі організаторські здібності можуть компенсувати низькі комунікативні, і навпаки.

Методика діагностики комунікативної толерантності В.В.Бойко

Методика В.В. Бойка для діагностики комунікативної толерантності дозволяє оцінити рівень терпимості до інших людей за такими критеріями: відмова від прийняття або розуміння індивідуальних відмінностей; використання власних стандартів для оцінки оточуючих; жорсткість або консервативність у судженнях про людей; нездатність приховувати або пом'якшувати негативні емоції при взаємодії з людьми, що мають складні комунікативні риси; прагнення змінити або перевиховати співрозмовника; намагання адаптувати співрозмовника під власні потреби; нездатність прощати помилки, незручності або випадкові неприємності; нетерпимість до фізичного або психологічного дискомфорту співрозмовника; нездатність адаптуватися до особливостей співрозмовника.

За результатами діагностики визначають комунікативну толерантність за 9-ма шкалами, які відображають різні аспекти нетерпимості в спілкуванні:

- 1) Неприйняття індивідуальності – відмова від визнання права інших на власну думку, почуття, поведінку.
- 2) Використання себе як еталону – судження про інших виходячи з власних стандартів, нездатність прийняти відмінності.
- 3) Категоричність, консерватизм оцінок – схильність до жорстких, однозначних оцінок, неготовність до змін.
- 4) Невміння приховувати чи згладжувати неприємні почуття – відкрите вираження негативних емоцій, нездатність до дипломатичності.

5) Прагнення переробити, перевиховати партнера – намагання змінити іншу людину, нав'язати власні цінності.

6) Прагнення підігнати партнера під себе – бажання зробити іншу людину зручною, контрольованою.

7) Невміння пробачити – схильність до образ, нездатність до прощення помилок.

8) Нетерпимість до дискомфорту – нездатність витримувати фізичний чи психологічний дискомфорт у спілкуванні.

9) Невміння пристосуватися – нездатність адаптуватися до особливостей спілкування інших людей.

Методика складається з опитувальника, що містить запитання, спрямовані на виявлення вищезазначених аспектів комунікативної нетолерантності. Респондентам пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням.

Обробка та інтерпретація результатів: для кожної шкали підраховується сума балів, що показує загальний рівень комунікативної толерантності та визначається на основі суми балів за всіма шкалами. Високі показники за шкалою вказують на низький рівень толерантності за даним параметром, а низькі показники свідчать про високий рівень толерантності. Інтерпретація результатів передбачає аналіз не тільки загального рівня толерантності, але й окремих показників за кожною шкалою, що дозволяє виявити конкретні аспекти нетерпимості в спілкуванні.

Методика вивчення соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда

Опитувальник, розроблений К. Роджерсом і Р. Даймондом, призначений для оцінки особистісних особливостей та рівня соціально-психологічної адаптації, зокрема, пристосування до нового оточення, умов та норм поведінки.

Цей інструмент був створений К. Роджерсом, одним із засновників гуманістичної психології та особистісно-центрованої психотерапії, спільно з Р. Даймондом у 1954 році, і вперше опублікований у статті «Психотерапія і зміни особистості: координовані дослідження клієнт-центрованого підходу». З того часу методика набула широкого застосування, ставши одним з найбільш популярних методів діагностики соціально-психологічної адаптації, особливо серед студентів.

У вітчизняних психологічних дослідженнях опитувальник Роджерса-Даймонда часто використовується для виявлення потенційних труднощів адаптації до нових умов та правил поведінки. Шкали опитувальника продемонстрували високу ефективність у діагностиці не лише рівнів адаптації та дезадаптації, але й особливостей самосприйняття, їх змін у критичні періоди розвитку та в стресових ситуаціях, що спонукають до переоцінки себе та своїх можливостей.

За результатами діагностики визначаються рівень соціально-психологічної адаптації особистості, що поділяють на наступні шкали:

1) Адаптація – загальний рівень пристосування особистості до соціуму. Високі результати вказують на успішне пристосування, низькі – на наявність проблем.

2) Дезадаптація – рівень труднощів у пристосуванні. Високі результати свідчать про наявність проблем.

3) Прийняття інших – здатність до сприйняття та розуміння інших людей. Високі результати свідчать про толерантність та емпатію.

4) Інтернальність (рівень суб'єктивного контролю) – відчуття контролю над власним життям. Високі результати свідчать про впевненість у собі та своїх силах.

5) Самоприйняття – рівень прийняття себе, своїх сильних та слабких сторін. Високі результати свідчать про позитивне самооцінювання.

6) Емоційний комфорт – відчуття емоційного благополуччя. Високі результати свідчать про емоційну стабільність.

7) Прагнення домінування – потреба у владі та контролі над іншими. Високі результати можуть свідчити про авторитарність.

Методика складається зі 101 твердження, що описують різні аспекти соціально-психологічної адаптації. Досліджуваним пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням за 7-бальною шкалою.

Обробка й інтерпретація результатів: для кожної шкали обчислюється загальний бал. Далі отримані результати зіставляються з нормативними значеннями - високі показники за шкалою "Адаптація" свідчать про успішне пристосування, низькі - про наявність проблем); високі показники за шкалою "Деадаптація" вказують на труднощі адаптації. Результати за іншими шкалами дозволяють глибше проаналізувати окремі аспекти адаптації.

2.2. Результати емпіричного дослідження комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації

Для емпіричного вивчення комунікативної компетентності та адаптаційних можливостей досліджуваних осіб, було проведено оцінювання рівня сформованості їх структурних складових.

За допомогою методики діагностування комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський), ми проаналізували комунікативні та організаторські здібності особистості та розкрили їх психологічну структуру. Результати опитування відображені на Рисунках 2.1. та 2.2.

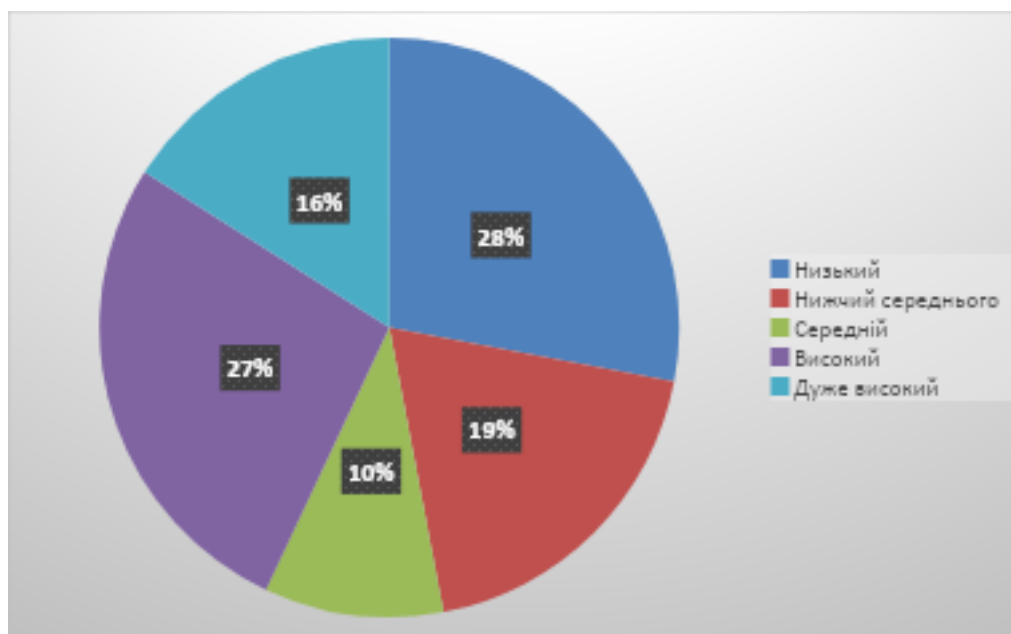


Рис. 2.1. Рівень комунікативних здібностей особистості, %

Отримані результати свідчать про те, що значна частина досліджуваних (19 осіб, 28%) має низький рівень комунікативних здібностей, що може вказувати на потребу у розвитку міжособистісної взаємодії та комунікаційних навичок.

13 осіб, 19% досліджуваних мають рівень комунікативних здібностей нижче середнього, що свідчить про помірно виражену комунікабельність, проте за певних обставин вони можуть відчувати дискомфорт у соціальних взаємодіях.

7 осіб, 10% учасників дослідження продемонстрували середній рівень комунікативних здібностей, що характеризується збалансованою здатністю до спілкування без яскраво виражених труднощів чи переваг.

Водночас 43%, 29 осіб (із високим та дуже високим рівнем комунікативних схильностей) демонструють високу соціальну активність та ініціативність у взаємодії.

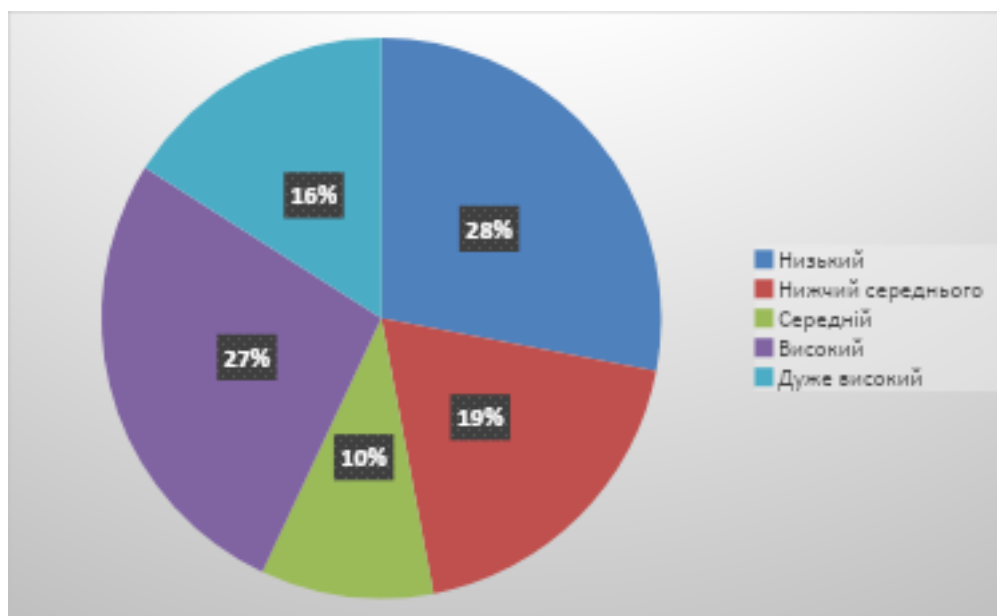


Рис. 2.2. Рівень організаторських здібностей особистості, %

Щодо організаторських здібностей, їх розподіл є більш рівномірним. Зокрема, 43%, 29 осіб мають високий або дуже високий рівень організаторських схильностей, що свідчить про наявність серед них осіб із вираженими лідерськими якостями.

7 осіб, 10% досліджуваних мають середній рівень організаторських здібностей, що характеризується здатністю до управління діяльністю у певних ситуаціях, проте без вираженої схильності до лідерства.

Водночас майже половина досліджуваних (32 осіб, 47%) продемонстрували низький або нижче середнього рівень організаторських здібностей, що може свідчити про труднощі у самостійній організації діяльності та необхідність подальшого розвитку управлінських навичок.

За допомогою методики діагностики комунікативної толерантності В.В.Бойко, ми виявили вищезазначені аспекти комунікативної нетолерантності. Результати опитування відображені на Рисунку 2.3.

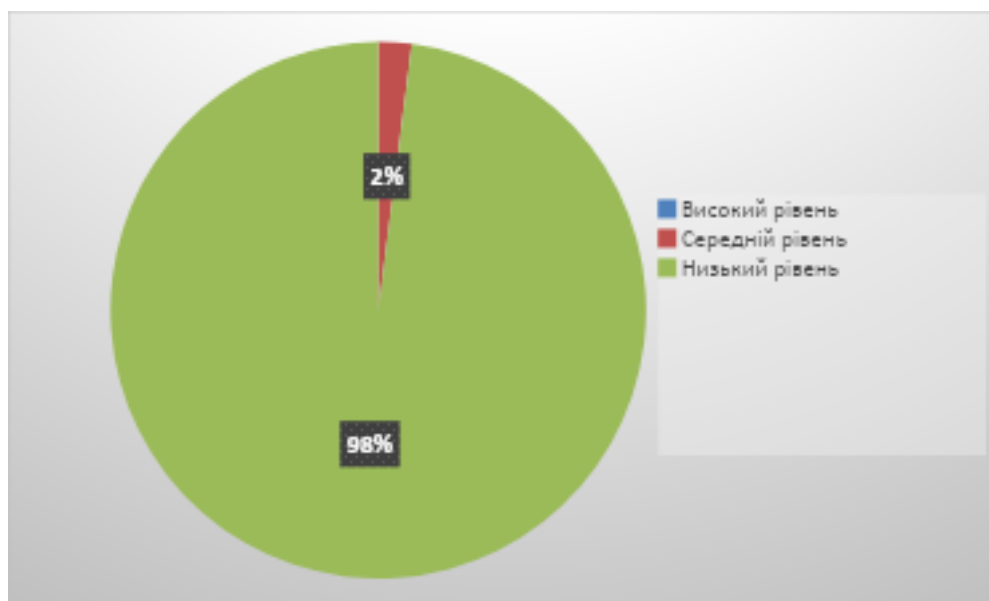


Рис. 2.3. Рівень комунікативної толерантності особистості, %

Згідно з результатами вивчення терпимості у спілкуванні, переважна більшість досліджуваних (67 осіб, 98%) продемонстрували низький рівень цієї якості. Це свідчить про їхню схильність до нетерпимого ставлення у процесі комунікації.

Лише 1 особа, 2% учасників дослідження виявили середній рівень комунікативної толерантності. Це означає, що вони частково здатні до терпимого спілкування.

Жоден з опитаних не показав високого рівня комунікативної толерантності, що вказує на відсутність осіб, які повністю відкриті до різноманітних точок зору, готові до конструктивної бесіди та виявляють високу міру взаємоповаги у спілкуванні.

Отже, загальна картина дослідження демонструє недостатній рівень терпимості у спілкуванні серед учасників.

За допомогою методики вивчення соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда ми оцінили особистісні особливості та ступінь соціально-психологічної адаптованості досліджуваних, особливо в контексті їхнього пристосування до нового оточення, умов та правил поведінки. Результати опитування відображені в Таблиці 2.1.

**Показники за методикою вивчення соціально-психологічної
адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда**

Показник	Низький рівень (%)	Середній рівень (норма) (%)	Високий рівень (%)
Загальний рівень адаптації	0%	9%	91%
Емоційний комфорт	45%	51%	4%
Соціальна адаптація	1%	68%	31%
Внутрішній контроль	0%	87%	13%
Емоційна стійкість	1%	92%	7%
Інтернальність	0%	57%	43%
Домінування	4%	88%	8%
Прийняття інших	25%	67%	8%

Абсолютна більшість досліджуваних (62 осіб, 91%) демонструє високий рівень соціально-психологічної адаптації. Це свідчить про їхню здатність ефективно інтегруватися в соціальне середовище, адекватно реагувати на виклики та успішно адаптуватися до нових умов. Також, такі особистості демонструють розвинені навички міжособистісного спілкування, здатність встановлювати та підтримувати позитивні соціальні зв'язки; скоріше за все люди з високим рівнем соціально-психологічної адаптації мають адекватну самооцінку, приймають себе та свої сильні та слабкі сторони.

Лише 6 осіб, 9% досліджуваних знаходяться в межах нормативних показників. Це відображає те, що людина демонструє здатність до пристосування до соціального середовища, але з певними обмеженнями або труднощами. Індивід може справлятися з деякими стресовими ситуаціями, але відчуває труднощі у подоланні складних або тривалих стресів.

Жоден з досліджуваних не виявив низького рівня адаптації, що є позитивним емпіричним свідченням.

Згідно з результатами проведеного дослідження, значна частина (30 осіб, 45%) демонструє низький рівень емоційного комфорту. Цей факт може вказувати на наявність внутрішньої напруги, емоційної лабільності або труднощів у міжособистісних відносинах. Лише незначна кількість досліджуваних (3 осіб, 4%) характеризується високим рівнем емоційного комфорту, що відображає їх емоційну рівновагу та задоволеність соціальним життям. Решта 35 осіб, 51% знаходяться в межах нормативних показників.

Також, результати дослідження показали, що 46 осіб, 68% досліджуваних характеризуються нормативним рівнем соціальної адаптації, що свідчить про їхню успішну інтеграцію в соціальне середовище. Значна кількість досліджуваних (21 осіб, 31%) має високий рівень соціальної адаптації, що вказує на їхню здатність до легкого встановлення соціальних контактів та активну соціальну діяльність. Незначна частина (1 осіб, 1%) виявила труднощі в соціальній адаптації, що є позитивною тенденцією.

Переважає більшість досліджуваних (59 осіб, 87%) демонструє нормативний рівень внутрішнього контролю, що свідчить про їх адекватне сприйняття себе та власної поведінки. Водночас, 9 осіб, 13% опитаних характеризуються підвищеним рівнем внутрішнього контролю, що може вказувати на тенденцію до надмірної самокритичності або жорсткого самоконтролю.

Також, переважна більшість (63 осіб, 92%) демонструє нормативний рівень емоційної стійкості, що вказує на їхню здатність ефективно протистояти стресовим ситуаціям. Незначна частина досліджуваних (4 осіб, 7%) характеризується високим рівнем емоційної стійкості, що свідчить про їхню надзвичайну стресостійкість. Водночас, лише 1 особа, 1% виявила низький рівень емоційної стійкості, що може бути індикатором підвищеної тривожності.

Аналіз даних показав, що 29 осіб, 43% характеризуються високим рівнем інтернальності, що корелює з їхнім відчуттям контролю над

життєвими подіями. Більшість досліджуваних (39 осіб, 57%) мають нормативний рівень інтернальності, що свідчить про їхню здатність до збалансованого розподілу відповідальності за власне життя.

Значна більшість досліджуваних (60 осіб, 88%) демонструє нормативний рівень домінування, що відображає їхню здатність до здорового балансу в лідерських якостях. Незначна частина досліджуваних (5 осіб, 8%) характеризується високим рівнем домінування, що може свідчити про розвинені лідерські здібності, але в окремих випадках – про авторитарні тенденції. Лише мала частка опитаних (3 осіб, 4%) виявила низький рівень домінування, що вказує на пасивність у соціальних відносинах.

Результати дослідження також виявили, що 5 осіб, 8% проявили високий рівень прийняття інших та 45 осіб, 67% досліджуваних характеризуються нормативним рівнем прийняття інших, що свідчить про їхню здатність до адекватного сприйняття людей. Тоді як, 18 осіб, 25% досліджуваних мають низький рівень прийняття інших, що може бути пов'язано з труднощами у встановленні міжособистісних стосунків.

2.3. Результати кореляційного аналізу зв'язків між показниками комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації особистості

Дослідження кореляційного зв'язку між комунікативною компетентністю та адаптацією особистості відкриває можливість отримати важливі відомості про вплив комунікативних навичок на успішну інтеграцію індивіда в нові обставини. Виявлення позитивного взаємозв'язку продемонструє, що люди з розвиненим комунікативним потенціалом виявляють високу адаптивність у різних сферах, що підкреслює важливість розвитку комунікативних здібностей для сприяння успішній адаптації.

З іншого боку, негативний взаємозв'язок може вказувати на те, що надмірна впевненість у комунікативних навичках може ускладнювати адаптацію, можливо, через недостатнє розуміння потреб інших.

Відсутність взаємозв'язку може свідчити про переважну роль інших факторів, таких як емоційний інтелект або стійкість до стресу, у процесі адаптації.

Крім того, аналіз може виявити конкретні аспекти комунікативної компетентності, які найбільше сприяють адаптації, що дозволить розробити цілеспрямовані програми розвитку цих навичок. Загалом, результати цього аналізу можуть поглибити розуміння взаємодії між комунікативною компетентністю та адаптацією, надати практичні рекомендації для покращення адаптаційних здібностей та сприяти створенню ефективних навчальних програм. Важливо пам'ятати, що кореляція не обов'язково означає причинно-наслідковий зв'язок, і для встановлення причинно-наслідкових зв'язків необхідні додаткові дослідження.

Для виявлення зв'язків між показниками комунікативна компетентність і соціально-психологічна адаптація ми використали коефіцієнт кореляції Пірсона. Він є потужним інструментом для виявлення та кількісної оцінки лінійних взаємозв'язків між двома наборами даних.

Вивчення встановлених статистично значущих кореляцій дозволило нам встановити наступні результати:

- Найсильніший позитивний зв'язок спостерігається між показниками шкал «загальна адаптація» та «організаторські здібності» ($r=0,404$; $p\leq 0,01$) (табл. 2.2.). Це означає, що вища адаптація супроводжується вищими комунікативними здібностями. Тобто, розвинені організаторські навички є важливим інструментом для успішної адаптації. Вони дозволяють ефективно взаємодіяти з оточенням, вирішувати проблеми, отримувати необхідну інформацію та будувати міцні соціальні зв'язки.

- Сильний зв'язок ($r=0,442$; $p\leq 0,01$) є також між показниками шкал «емоційний комфорт» і «організаторські здібності», що вказує на взаємозв'язок соціалізації з організаторськими навичками (табл. 2.2.). Це пояснює, що соціалізація - це динамічний процес, передбачає активну взаємодію з соціальним оточенням, в якій організаторські навички виступають як ключовий інструмент.

- Інші значні позитивні зв'язки: «самоприйняття» та «організаторські здібності» – $r=0,324$; $p\leq 0,01$ (табл. 2.2.). Самоприйняття дозволяє людині не боятися висловлювати свою думку, брати активну участь у розмовах та будувати гармонійні стосунки. «Домінантність» та «організаторські здібності» – $r=0,363$; $p\leq 0,01$ (табл. 2.2.). Досить сильний зв'язок, що свідчить про те, що люди, які займають лідерські позиції або прагнуть домінувати у спілкуванні, зазвичай добре володіють організаторськими навичками.

- Зв'язок між показниками шкал «внутрішній контроль» та «комунікативні здібності» мають коефіцієнт кореляції Пірсона $r=0,306$; $p\leq 0,01$, тобто розвинені комунікативні здібності є важливим фактором для побудови та ефективного функціонування надійної системи внутрішнього контролю, тобто покращують відчуття контролю над власним життям та впевненість у своїх навичках.

Таблиця 2.2.

**Результати кореляційного аналізу між показниками
соціально-психологічної адаптації та комунікативних та
організаторських здібностей**

	Загал льний рівен ь адапт ації	Емоц ійний комф орт	Соці альн а адапт ація	Внут рішні й конт роль	Емо ційн а стійк ість	Інтерна льність	Доміну вання	Прий няття інши х
Кк (комуніка тивні здібності)	0,207	-0,171	0,209	0,306	0,268	0,006	0,212	-0,415
Ко (організа торські здібності)	0,404	0,096	0,442	0,294	0,324	0,235	0,363	-0,414

Також, важливим є зазначити про негативні кореляції. Від’ємний зв’язок між показниками шкал «прийняття себе» та «комунікативні здібності» ($r=-0,415$; $p\leq 0,01$), також між показниками шкал «прийняття себе» та «організаторські здібності» ($r=-0,414$; $p\leq 0,01$) (табл. 2.2.). Свідчить про те, що чим вищий рівень прийняття себе, тим нижчі її комунікативні та організаторські здібності та загальна адаптація.

Аналіз кореляцій між показниками соціально-психологічної адаптації та комунікативної толерантності, представлений в Таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

**Результати кореляційного аналізу між показниками
соціально-психологічної адаптації та комунікативної толерантності**

	Загал ьний рівен ь адапт ації	Емоці йний комф орт	Соціа льна адапт ація	Внут рішні й контр оль	Емоці йна стійкі сть	Інтер нальн ість	Доміну вання	Прийн яття інших
Комуні кативн а толера нтність	-0,126	0,432	-0,245	-0,188	0,081	0,064	0,143	0,295

Найсильніший зв'язок між показниками шкал «емоційний комфорт» та «комунікативна толерантність» $r=0,432$; $p \leq 0,01$ (табл. 2.3.). Означає, що емоційний комфорт є важливою передумовою для формування рівня комунікативної толерантності. Також, кореляційний зв'язок мають шкали «прийняття себе» та «комунікативна толерантність»: $r=0,295$; $p \leq 0,01$. З цього випливає те, що чим нижче комунікативна толерантність, тим нижчий рівень прийняття себе.

Отримані результати нашого експерименту дозволили встановити наявність зв'язку між певними аспектами адаптаційних особливостей та комунікативної компетентності, зокрема, в контексті соціалізації, емоційного комфорту, самоприйняття та комунікативних навичок.

Висновки до розділу II

У січні-лютому 2025 року в Комунальному закладі вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради» було проведено початкове експериментальне дослідження, що складалося з двох фаз. Ключовим завданням першої фази стало вивчення ступеня сформованості комунікативної компетентності та рівня пристосування 68 студентів академії, які брали участь у дослідженні. З цією метою було сформульовано ряд задач, серед яких: встановлення рівня комунікативних умінь, розгляд компонентів адаптації, підбір належних психодіагностичних інструментів і статистичних методів, а також з'ясування взаємозв'язку між комунікативною компетентністю та процесом адаптації.

Психодіагностичний етап включав використання методики оцінки соціально-психологічної адаптованості Роджерса-Даймонда, тесту КОЗ-1 для визначення комунікативних та організаторських здібностей, а також опитувальника комунікативної толерантності Бойка. Для обробки отриманих відомостей були залучені статистичні методи, зокрема кореляційний аналіз.

Інструментарій Роджерса-Даймонда давав змогу оцінити рівень соціально-психологічної адаптації за сімома критеріями, такими як адаптованість, дезадаптованість, сприйняття інших, інтернальність, прийняття себе, емоційна врівноваженість та тенденція до лідерства. КОЗ-1 вивчав ступінь розвитку комунікабельності та організаторських задатків, визначаючи здатність налагоджувати зв'язки та координувати взаємодію. Опитувальник Бойка оцінював комунікативну толерантність за дев'ятьма показниками, що відображали міру терпимості в процесі спілкування.

Аналіз соціально-психологічних характеристик учасників дослідження комунікативної компетентності та здатності до адаптації передбачав оцінку за методикою К. Роджерса – Р. Даймонда. Абсолютна більшість досліджуваних (62 осіб, 91%) демонструє високий рівень соціально-психологічної адаптації. Лише 6 осіб, 9% досліджуваних знаходяться в межах нормативних

показників. Згідно з результатами проведеного дослідження, значна частина (30 осіб, 45%) демонструє низький рівень емоційного комфорту. Лише незначна кількість досліджуваних (3 осіб, 4%) характеризується високим рівнем емоційного комфорту, що відображає їх емоційну рівновагу та задоволеність соціальним життям. Решта 35 осіб, 51% знаходяться в межах нормативних показників. Також, результати дослідження показали, що 46 осіб, 68% досліджуваних характеризуються нормативним рівнем соціальної адаптації. Значна кількість досліджуваних (21 осіб, 31%) має високий рівень соціальної адаптації. Незначна частина (1 осіб, 1%) виявила труднощі в соціальній адаптації, що є позитивною тенденцією. Переважна більшість досліджуваних (59 осіб, 87%) демонструє нормативний рівень внутрішнього контролю. Водночас, 9 осіб, 13% опитаних характеризуються підвищеним рівнем внутрішнього контролю. Також, переважна більшість (63 осіб, 92%) демонструє нормативний рівень емоційної стійкості. Незначна частина досліджуваних (4 осіб, 7%) характеризується високим рівнем емоційної стійкості. Водночас, лише 1 особа, 1% виявила низький рівень емоційної стійкості. Аналіз даних показав, що 29 осіб, 43% характеризуються високим рівнем інтернальності. Більшість досліджуваних (39 осіб, 57%) мають нормативний рівень інтернальності. Значна більшість досліджуваних (60 осіб, 88%) демонструє нормативний рівень домінування. Незначна частина досліджуваних (5 осіб, 8%) характеризується високим рівнем домінування. Лише мала частка опитаних (3 осіб, 4%) виявила низький рівень домінування. Результати дослідження також виявили, що 5 осіб, 8% проявили високий рівень прийняття інших та 45 осіб, 67% досліджуваних характеризуються нормативним рівнем прийняття інших. Тоді як, 18 осіб, 25% досліджуваних мають низький рівень прийняття інших.

Оцінка комунікативних навичок виявила те, що значна частина досліджуваних 43%, 29 осіб (із високим та дуже високим рівнем комунікативних схильностей) демонструють високу соціальну активність та

ініціативність у взаємодії. Водночас 19 осіб, 28% має низький рівень комунікативних здібностей. 13 осіб, 19% досліджуваних мають рівень комунікативних здібностей нижче середнього; 7 осіб, 10% учасників дослідження продемонстрували середній рівень комунікативних здібностей, що характеризується збалансованою здатністю до спілкування без яскраво виражених труднощів чи переваг.

Щодо організаторських здібностей, їх розподіл є більш рівномірним. Зокрема, 43%, 29 осіб мають високий або дуже високий рівень організаторських схильностей. 7 осіб, 10% досліджуваних мають середній рівень організаторських здібностей. Водночас майже половина досліджуваних (32 осіб, 47%) продемонстрували низький або нижче середнього рівень організаторських здібностей.

Результати дослідження комунікативної толерантності засвідчили, що переважна більшість досліджуваних (67 осіб, 98%) продемонстрували низький рівень цієї якості. Лише 1 особа, 2% учасників дослідження виявили середній рівень комунікативної толерантності.

Підсумовуючи, результати проведеного дослідження свідчать про високий рівень соціальної адаптації учасників, однак значна частина з них відчуває емоційний дискомфорт, має певні труднощі у спілкуванні та виявляє низьку комунікативну толерантність.

Аналіз кореляційних зв'язків проведено за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона. Виявлено, що чим вищий рівень організаторських здібностей, тим вищий загальний рівень адаптації особистості ($r=0,404$; $p \leq 0,01$), а також таких її складових як соціальна адаптація ($r=0,442$; $p \leq 0,01$), емоційна стійкість ($r=0,324$; $p \leq 0,01$), та домінування ($r=0,363$; $p \leq 0,01$). Водночас вищий рівень організаційних здібностей корелює із нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,414$; $p \leq 0,01$). Також з'ясовано, що вищий рівень комунікативних здібностей корелює із вищим рівнем внутрішнього контролю ($r=0,306$; $p \leq 0,01$) та нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,415$; $p \leq 0,01$).

Аналіз взаємозв'язків між показниками комунікативної толерантності і соціальної адаптації засвідчує, що вищий рівень комунікативної толерантності корелює із вищим рівнем емоційного комфорту ($r=0,432$; $p \leq 0,01$), який в свою чергу свідчить про соціальну адаптацію особи.

Вивчення взаємозалежності між рівнем комунікативної компетентності та процесом адаптації особистості підтвердило вагому роль комунікативних умінь для успішного входження в соціальне оточення. З'ясовано, що індивіди з розвиненими комунікативними здібностями демонструють кращу пристосованість, більш активну соціалізацію та результативніше розв'язують складні ситуації.

Отже, проведене дослідження підтверджує існування прямого кореляційного зв'язку між рівнем комунікативної компетентності та процесом особистісної адаптації. Розвинені навички спілкування сприяють успішній інтеграції в суспільство, емоційному благополуччю та позитивному сприйняттю себе, що, своєю чергою, розширює адаптаційні можливості індивіда.

ВИСНОВКИ

Теоретичне вивчення наукових праць, здійснене в рамках першого етапу нашого дослідження, виявило відсутність єдиної концепції розвитку комунікативної компетентності серед здобувачів освіти в сучасній психологічній науці.

Узагальнюючи, внутрішню організацію компетентності можна зобразити як сукупність взаємодіючих елементів, а саме: мотиваційного, когнітивного, діяльнісного, ціннісно-рефлексивного та емоційно-вольового. Важливо підкреслити, що ці складові не є ізольованими, а перебувають у тісному взаємозв'язку. Подібне трактування сутності компетентності поділяється як українськими, так і зарубіжними дослідниками.

У науковому дискурсі термін «комунікативна компетентність» розглядається як здатність до ефективного міжособистісного контакту. Тобто являє собою комплексну систему, що охоплює широкий спектр особистісних характеристик та поведінкових властивостей. Комунікативна компетентність розглядається з різних теоретичних позицій: як сукупність особистісних ресурсів, як складна особистісна структура, як особистісна якість, або ж як система знань та навичок. Це дозволило сформулювати наступне визначення: комунікативна компетентність – це інтегрована комунікативна якість особистості, що забезпечує успішність взаємодії в різних соціальних ситуаціях.

Адаптація є одним з найбільш досліджуваних явищ у науці, що пояснюється її універсальним характером. Адаптаційні процеси є неминучими при будь-яких динамічних змінах, що відбуваються в різних системах. Адаптація – це складний процес, що включає в себе інтеграцію впливів різноманітних факторів як зовнішнього, так і внутрішнього середовища, які можуть діяти як узгоджено, так і суперечливо.

Психологічна адаптація – це безперервний процес, що показує здатність людини ефективно взаємодіяти зі змінливим оточенням. Це активна взаємодія з середовищем для досягнення внутрішньої гармонії, яка охоплює сприйняття, мислення, емоції та поведінку. Адаптація є двосторонньою: індивід пристосовується до соціуму та водночас впливає на нього, змінюючи відповідно до своїх потреб і цінностей. Цей взаємозв'язок є ключем до розуміння адаптаційного процесу.

Соціальна адаптація – це динамічний процес, в якому людина активно взаємодіє зі своїм соціальним оточенням, прагнучи досягнення гармонії та балансу між своїми потребами та вимогами суспільства. Цей процес передбачає не лише пасивне пристосування до існуючих умов, а й активну участь у формуванні соціального середовища.

Соціально-психологічна адаптація – це процес і результат активного пристосування людини до нового соціального та професійного середовища, де вона реалізує свої основні потреби та займається продуктивною діяльністю. Успішна адаптація характеризується гармонійним балансом між потребами людини та вимогами соціуму. Люди з високою адаптивністю відрізняються емоційною стійкістю, внутрішньою гармонією та здатністю поєднувати самореалізацію з самоконтролем, що дозволяє їм дотримуватися загальноприйнятих норм.

В результаті теоретичного аналізу також з'ясовано, що специфіка розвитку комунікативної компетентності полягає в адаптації індивіда до умов життя через соціальну взаємодію, в процесі якої засвоюються способи предметної та комунікативної діяльності. Отже, комунікативна компетентність розглядається як ключовий фактор адаптивної поведінки особистості, що визначає успішність її соціальної інтеграції та професійної діяльності.

Нами було проведено емпіричне дослідження взаємозв'язку складових комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації

особистості. Вибірку дослідження склали 68 студентів комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради».

Психодіагностичний етап включав використання методики діагностування комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський), методики діагностики комунікативної толерантності В. В. Бойко, методики вивчення соціально-психологічної адаптації К. Роджерса-Р. Даймонда. Для обробки отриманих відомостей був залучений статистичний метод, зокрема кореляційний аналіз за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона.

Методика КОЗ-1 вивчала ступінь розвитку комунікабельності та організаторських здібностей, визначаючи здатність налагоджувати зв'язки та координувати взаємодію. Опитувальник Бойка оцінював комунікативну толерантність за дев'ятьма показниками, що відображали міру терпимості в процесі спілкування. Інструментарій Роджерса-Даймонда давав змогу оцінити рівень соціально-психологічної адаптації за сімома критеріями, такими як адаптованість, дезадаптованість, сприйняття інших, інтернальність, прийняття себе, емоційна врівноваженість та тенденція до лідерства.

Оцінка комунікативних навичок виявила те, що значна частина досліджуваних 43%, 29 осіб (із високим та дуже високим рівнем комунікативних схильностей) демонструють високу соціальну активність та ініціативність у взаємодії. Водночас 19 осіб, 28% має низький рівень комунікативних здібностей. 13 осіб, 19% досліджуваних мають рівень комунікативних здібностей нижче середнього; 7 осіб, 10% учасників дослідження продемонстрували середній рівень комунікативних здібностей.

Щодо організаторських здібностей, їх розподіл є більш рівномірним. Зокрема, 43%, 29 осіб мають високий або дуже високий рівень організаторських схильностей. 7 осіб, 10% досліджуваних мають середній

рівень організаторських здібностей. Водночас майже половина досліджуваних (32 осіб, 47%) продемонстрували низький або нижче середнього рівень організаторських здібностей.

Результати дослідження комунікативної толерантності засвідчили, що переважна більшість досліджуваних (67 осіб, 98%) продемонстрували низький рівень цієї якості. Лише 1 особа, 2% учасників дослідження виявили середній рівень комунікативної толерантності.

Отримані дані щодо соціально-психологічної адаптації засвідчили, що переважна більшість (62 особи, 91%) характеризуються високим ступенем соціальної пристосованості. Лише незначна частина (6 осіб, 9%) має задовільний рівень адаптації.

Аналіз кореляційних зв'язків проведено за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона. Виявлено, що чим вищий рівень організаторських здібностей, тим вищий загальний рівень адаптації особистості ($r=0,404$; $p \leq 0,01$), а також таких її складових як соціальна адаптація ($r=0,442$; $p \leq 0,01$), внутрішній контроль ($r=0,294$; $p \leq 0,01$), емоційна стійкість ($r=0,324$; $p \leq 0,01$), та домінування ($r=0,363$; $p \leq 0,01$). Водночас вищий рівень організаційних здібностей корелює із нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,414$; $p \leq 0,01$). Також з'ясовано, що вищий рівень комунікативних здібностей корелює із вищим рівнем внутрішнього контролю ($r=0,306$; $p \leq 0,01$) та нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,415$; $p \leq 0,01$). Аналіз взаємозв'язків між показниками комунікативної толерантності і соціальної адаптації засвідчує, що вищий рівень комунікативної толерантності корелює із вищим рівнем емоційного комфорту ($r=0,432$; $p \leq 0,01$), який в свою чергу свідчить про соціальну адаптацію особи.

Таким чином, проведене дослідження підтверджує існування взаємозв'язку між рівнем комунікативної компетентності та соціально-психологічною адаптацією особистості.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що вони дозволять психологам та соціальним працівникам більш ефективно проводити діагностичну та корекційну роботу з клієнтами, які відчують труднощі в соціально-психологічній адаптації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алендарь Н. Соціальна адаптація: теоретичний аспект. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2009. № 28. С. 85–92.
2. Андросович К. Психологічні чинники соціальної адаптації першокурсників в умовах освітнього середовища професійно-технічного навчального закладу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Сєверодонецьк, 2015. С. 274
3. Балахтар В. В. Соціально-педагогічний тренінг і маніпуляція: навч.-метод. посіб. Вижниця :Черемош, 2015. С. 432
4. Березка С., Кузнецова А. Розвиток комунікативної компетентності майбутніх практичних психологів засобами тренінгової діяльності. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2020. №1 (99). С. 343 – 348.
5. Блажівський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. Львів, 2014. Вип. 1. С. 234-242.
6. Васянович Г. П. Психолого-педагогічні основи професійної адаптації майбутніх фахівців: монографія. Л.: СПОЛОМ, 2008. С. 464
7. Вірна Ж. П. Особистісні ресурси професійної адаптації майбутніх медичних працівників: концепція та емпірична верифікація. *Психологічні перспективи*. 2017. Вип. 30. С. 28-39.
8. Волченко О. М. Формування комунікативної компетенції майбутніх учителів іноземних мов у вищих педагогічних навчальних закладах : дис... канд. пед. наук: 13.00.04 /АПН України; Інститут педагогіки. К., С. 2006. 264с.
9. Вольфовська Т. О. Комунікативна компетентність людини як одна з передумов досягнення життєвої мети. *Шлях освіти*. 2001. №3. С. 13-16.

10. Головань М. С. Компетенція і компетентність: досвід теорії, теорія досвіду. *Вища освіта України*. 2008. № 3. С. 23-30
11. Дегтярова Г.С., Руденко Л.А. Теоретичні та методичні основи розвитку комунікативної компетентності майбутніх фахівців сфери обслуговування : навчально-методичний посібник. Київ: Педагогічна думка, 2010. С. 192
12. Жирун О. А. Педагогічна комунікація в аспекті професійної ідентичності. *Вісник Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут". Філософія. Психологія. Педагогіка*. Київ, 2010. С. 100-104
13. Зарубінська І. Б. Формування соціальної компетентності студентів вищих навчальних закладів (теоретико-методичний аспект): монографія. Київ: КНЕУ, 2010. С. 348
14. Інновації та традиції у мовній підготовці іноземних студентів: тези доповідей міжнародного науково-практичного семінару. Х.: Видавництво Іванченка І. С., 2018. С. 336
15. Кислий В. Д. Особливості соціально-психологічної адаптації офіцерів-випускників до діяльності в особливих умовах: дис. канд. психол. наук: 19.00.09. Харківський військовий ун-т. , 2003. С. 32.
16. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. К.: Міленіум, 2004. С. 265
17. Кокун О. М. Психофізіологія: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури. 2006. С. 184
18. Кондюкова В.В., Слюсар І.М Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців силових структур, звільнених у запас: навчальнометодичний посібник. Київ: Гнозіс, 2013. С. 116
19. Коноплицький С. Інтернет як предмет соціологічного аналізу. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2005. №3. С. 188-189.

20. Корніяка О.М. Вивчення розвитку комунікативної компетентності студентів. *Психолінгвістика: Зб. наук. праць ДВНЗ «ПереяславХмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. 2009. – Вип.3. – С. 60 – 69.
21. Корніяка О.М. Педагогічна діяльність і культура педагогічного спілкування. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. №1 (48). С. 38–43.
22. Кравченко-Дзондза О. Е. Формування комунікативної компетентності майбутніх учителів початкових класів у процесі фахової підготовки : автореф. на здоб. наук. ступ. канд. педагог. наук : 13.00.04. Київ, 2015. С. 24
23. Лавренко О. В. Психологічна адаптація. Енциклопедія Сучасної України; Координаційне бюро ЕСУНАНУ: керівник наук.- ред. підготовки ЕСУ М. І. Железняк. К.: Поліграфкнига, 2001. С. 180–181.
24. Левківська Г. П. Адаптація першокурсників в умовах вищого закладу освіти. Навч. посіб. Київ: Либідь, 2001. С. 128
25. Левківська Г.П. Організаційно-педагогічні заходи відновлення адаптаційних ресурсів студентів-першокурсників. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ, 2010. С. 96-100
26. Лукашевич М.П. Соціалізація. Виховні механізми і технології: Навч.-метод. посіб. К.: ІЗМН. 1998. С. 112
27. Лукашевич М.П., Мигович І.І. Теорія і методи соціальної роботи. Навч. посіб. – 2-ге вид., доп. і випр. К.: МАУП, 2003. С. 168
28. Максименко С.Д. Технологія спілкування (комунікативна компетентність учителя: сутність і шляхи формування). Київ: Главник, 2005. С. 112
29. Музальов О. О. Професійна адаптація особистості в процесі вивчення предмета “Культурологія” у ВПУ : навчально-методичний посібник. К.: Педагогічна думка, 2012. С. 185

30. Ничкало Н. Г. Адаптація професійна. Енциклопедія сучасної України. К., 2001. С. 179–180.
31. Пономаренко Т. І. Психологічні чинники розвитку комунікативної компетентності майбутніх психологів у медійному просторі: Дис. д-ра наук з психології: 053 Психологія, 05 Соціальні та поведінкові науки. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 2022. 281 с. 45
32. Приходько В. В. Соціально–психологічний тренінг як засіб формування комунікативної компетенції. *Вісник Львів. ун-ту*. 2005. №. 19(1). С. 182–188.
33. Пріб Г.А., Раєвська Я.М., Бегеза Л.Є. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 33 (72) № 2 2022. С. 104-109
34. Сердюк Л. З. Мотивація навчання студентів з обмеженими можливостями в інтегрованих групах. *Зб. наук. праць Бердянського держ. педагог. ун-ту. Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України; [редкол. : В. В. Крижко та ін.]*. Бердянськ, 2005. С. 175 - 206
35. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник / за ред. Н. А. Побірченко. Київ: Науковий світ, 2007. С. 336
36. Сібіль О. Компетентність випускника школи. *Завуч*. 2004. № 8 (194). С. 11–12
37. Скворцова С.О. Професійно-комунікативна компетентність учителя початкових класів: монографія. Одеса: Абрикос Компани, 2013. С. 290
38. Смагіна Т.М. Поняття про структуру соціальної компетентності учнів як наукова проблема. *Вісник Житомирського державного університету. Педагогічні науки*. 2010. Вип. 50. С. 138 – 142
39. Стеценко Н. М. Комунікативна компетентність як складова професійної підготовки сучасного фахівця. *Педагогічний альманах*. 2016. Вип.29. С. 185-191.

40. Токарева, Н. М. Психологія комунікативного моделювання особистісних конструктів у підлітковому віці: дис. ... доктора психол. наук : 19.00.07. Київ. 2015. С. 530
41. Черезова І. О. Комунікативна компетентність як інтегральна якість особистості. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2014. №1(1). С. 103-107.
42. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. С. 640
43. Шепетяк О., Шепетяк О. ФІЛОСОФІЯ: Підручник. Львів: Місіонер, 2020. С. 784
44. Ardila M. A. Exploring factors affecting listening skills and their implications for the development of the communicative competence: A case study. *Opening Writing Doors Journal*. 2013. №. 2(10). P. 54 – 92.
45. Aubert, H. (1865). *Physiologie der Netzhaut*. Breslau: Eduard Trewendt.
46. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : Freeman. 1997. 604 p.
47. Hymes, D. (1972). "On communicative competence." In J. B. Pride & J. Holmes (Eds.), *Sociolinguistics: Selected Readings* (pp. 269–293). Harmondsworth: Penguin
48. McCroskey, J. C. Communication competence and performance: A research and pedagogical perspective. *Communication Education*. 1982. 31, 1-7 p
49. Savignon S. Evolution of Communicative Competence: The ACTFL Provisional Proficiency Guidelines. *The Modern Language Journal*. 1985. 129-134 p
50. Spitzberg, B.H., Cupach, W.R. Interpersonal communication competence. Beverly Hills, CA: Sage, 1984. 456 p

ДОДАТКИ

Додаток А

Тези міжнародної науково-практичної конференції. Дніпро : Університет митної справи та фінансів, 2025

Гірліна В.С., студентка
Університету митної справи та фінансів
Скляньська О. В., канд. психол. наук,
в.о. завідувача кафедри психології
Університету митної справи та фінансів

КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Вивчення передумов та механізмів адаптації особистості є надзвичайно актуальним в умовах динамічних суспільних змін сьогодення. Науковці розглядають адаптацію як стан динамічної рівноваги між індивідом та його соціальним оточенням, а також як процес, спрямований на досягнення зазначеного стану[1]. Соціально-психологічна адаптація розглядається як процес активного пристосування особистості до нового середовища, в якому реалізуються її основні потреби та здійснюється продуктивна діяльність[3;2].

У науковому дискурсі термін «комунікативна компетентність» розглядається як здатність до ефективного міжособистісного контакту. Тобто являє собою комплексну систему, що охоплює широкий спектр особистісних характеристик та поведінкових властивостей. Структурно, комунікативна компетентність може бути представлена як сукупність взаємопов'язаних компонентів: мотиваційного, когнітивного, діяльнісного, ціннісно-рефлексивного та емоційно-вольового. Цей підхід до розуміння комунікативної компетентності є загальновизнаним як в українській, так і в зарубіжній науковій літературі[4].

На адаптивне джерело розвитку комунікативної компетентності в процесі становлення особистості вказують дослідження І. Черезової. Науковиця зазначає, що трансляція комунікативних умінь та інтерпретація зворотних комунікативних актів у міжособистісній взаємодії є ключовими механізмами цього процесу. Специфіка розвитку комунікативної компетентності полягає в адаптації індивіда до умов життя через соціальну взаємодію, в процесі якої засвоюються способи предметної та комунікативної діяльності[5]. Виходячи з вищезазначеного, комунікативна компетентність

розглядається як ключовий фактор адаптивної поведінки особистості, що визначає успішність її соціальної інтеграції та професійної діяльності.

Нами було проведено емпіричне дослідження взаємозв'язку складових комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації особистості. Вибірку дослідження склали 68 студентів комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради». Для визначення рівня сформованості комунікативної компетентності було використано методику діагностики комунікативних та організаторських здібностей КОЗ-1 (Б.Федоришин і В. Синівський) та методику діагностики комунікативної толерантності В.В.Бойка. Рівень соціальної адаптації визначено за допомогою методики К. Роджерса-Р. Даймонда.

Оцінка комунікативних навичок виявила, що 40% досліджуваних (27 осіб) мають високий рівень сформованості комунікативних здібностей; 38% (26 осіб) – низький рівень; 11,8% (8 осіб) – середній рівень; 10,3% (7 осіб) – рівень нижчий за середній. Організаторські здібності у вибірці: 42,6% досліджуваних (28 осіб) має високий рівень; 38,3% (26 осіб) – низький або нижчий за середній; 13 осіб (19,1%) – рівень нижче середнього. Результати дослідження комунікативної толерантності засвідчили низький рівень цього показника переважної більшості досліджуваних (67 осіб, 98%). Отримані дані щодосоціально-психологічної адаптації засвідчили, що переважна більшість (62 особи, 91%) характеризуються високим ступенем соціальної пристосованості. Лише незначна частина (6 осіб, 9%) має задовільний рівень адаптації.

Аналіз кореляційних зв'язків проведено за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона. Виявлено, що чим вищий рівень організаторських здібностей, тим вищий загальний рівень адаптації особистості ($r=0,404$; $p \leq 0,01$), а також таких її складових як соціальна адаптація ($r=0,442$; $p \leq 0,01$), внутрішній контроль ($r=0,294$; $p \leq 0,01$), емоційна стійкість ($r=0,324$; $p \leq 0,01$), та домінування ($r=0,363$; $p \leq 0,01$). Водночас вищий рівень організаційних здібностей корелює із нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,414$; $p \leq 0,01$). Також з'ясовано, що вищий рівень комунікативних здібностей корелює із вищим рівнем внутрішнього контролю ($r=0,306$; $p \leq 0,01$) та нижчим рівнем прийняття інших ($r=-0,415$; $p \leq 0,01$). Аналіз взаємозв'язків між показниками комунікативної толерантності і соціальної адаптації засвідчує, що вищий рівень комунікативної толерантності корелює із вищим рівнем емоційного комфорту ($r=0,432$; $p \leq 0,01$), який в свою чергу свідчить про соціальну адаптацію особи.

Таким чином, проведене дослідження підтверджує існування взаємозв'язку між рівнем комунікативної компетентності та соціально-психологічною адаптацією особистості.

Список використаних джерел

1. Галян А. І. Особистісні ресурси адаптації майбутніх медичних працівників до професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Луцьк, 2016. 20 с.
2. Жирун О. А. Педагогічна комунікація в аспекті професійної ідентичності. *Вісник Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут". Філософія. Психологія. Педагогіка.* 2010. № 1. С. 100-104.
3. Мельник О. В. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій: автореф. дис. канд. псих. наук:19.00.07. Київ, 2019. 20 с.
4. Кравченко-Дзондза О. Е. Формування комунікативної компетентності майбутніх учителів початкових класів у процесі фахової підготовки: автореф. на здоб. наук. ступ. канд. педагог. наук : 13.00.04. Київ, 2015. 24 с.
5. Черезова І. О. Комунікативна компетентність як інтегральна якість особистості. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія Психологічні науки.* 2014. №1(1). С. 103-107.