

**УДК 159.923.2**

DOI: <https://doi.org/10.18524/2707-0409.2022.1-2.286665>

**Кантарьова Наталія Василівна**

к.психол.н., клінічний психолог КНП «Арцизька центральна опорна лікарня»  
Одеська обл., м. Арциз, вул. Добровольського 5  
e-mail:psiholog\_psiholog@ukr.net  
ORCID ID0009-0002-4817-2277

**Смокова Людмила Степанівна**

к.психол.н., доцент, доцент кафедри практичної і клінічної психології  
Одеського національного університету ім І.І. Мечникова  
м. Одеса, в. Дворянська 2  
e-mail:liudmyla.smokova@onu.edu.ua  
ORCID ID 0000-0003-2478-0155

**Дикіна Лариса Василівна**

старший викладач кафедри практичної і клінічної психології Одеського  
національного університету ім І.І. Мечникова  
м. Одеса, в. Дворянська 2  
e-mail:lordy2008@ukr.net  
ORCID ID 0000-0002-4393-1804

## **ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ БЕЗРОБІТНИХ В СИТУАЦІЇ КАРАНТИНУ**

Запровадження режиму самоізоляції та перехід багатьох організацій та установ на дистанційну або дистанційну роботу похитнуло економічну ситуацію у світі, в тому числі в Україні. Перебування в ситуації невизначеності тривалий час стало викликом для багатьох людей, у тому числі для безробітних. Ми знаємо про епідемії та пандемії в історії людства. Однак психологічних досліджень у цій галузі мало. Тому вивчення проблем соціально-психологічної адаптації безробітних до нових умов життя та надання психологічних рекомендацій є особливо актуальним.

Метою статті є дослідження деяких соціально-психологічних проблем адаптації безробітних в умовах карантину. Використовувалися такі методики: методика діагностики соціально-психологічної адаптації; тест смисложиттєвих орієнтацій; метод дослідження самоставлення.

Результати дослідження свідчать про те, що внаслідок втрати роботи, особистісних особливостей, стресових факторів у безробітних спостерігаються порушення соціально-психологічної адаптації. Вони переживають кризу сенсу життя, причому у чоловіків вона

проявляється гостріше. У ситуації безробіття особистість трансформується як суб'єкт як професійної діяльності, так і цілісної життєдіяльності. Виявлено, що втрата роботи сприймається не лише як розрив зв'язків із робочим середовищем, якого потребує професіонал, а й як втрата здатності будувати індивідуальний життєвий шлях. Досліджувана тема є досить новою та мало розробленою та потребує подальшого детального дослідження та вдосконалення методів психологічної корекції особистості безробітного.

**Ключові слова:** соціально-психологічна адаптація, безробіття, пандемія, особистість, самоставлення.

**Постановка проблеми.** Пандемія COVID-19 та ситуація карантину стала серйозним випробуванням населення. Під час карантину суттєво змінився ритм та спосіб життя. Багато працездатних громадян втратили роботу. Рівень безробіття в Україні за методологією Міжнародної організації праці (МОП) рівень безробіття через карантинні обмеження значно виріс. Безробіття зростало помірно і не одразу. [6]

Карантин продовжує впливати на процеси соціального та індивідуального життя, що призводить до неможливості адаптуватися до нових умов, до порушення функціонування людини в різних сферах життєдіяльності. У періоди глибоких соціальних перетворень у державі найбільш гостро постають проблеми, пов'язані з порушенням психічного здоров'я.

Безробіття – це соціально-економічне явище, наявність у суспільстві частини економічно активного, працездатного населення, що певний час шукає, але не може знайти роботу, яку бажає і здатне виконувати. Відповідно до закону України «Про зайнятість населення» безробітними визнаються працездатні громадяни працездатного віку, які через відсутність роботи не мають заробітку або інших передбачених законодавством доходів та зареєстровані у державній службі зайнятості як ті, хто шукає роботу, готові та здатні приступити до відповідної роботи.

Тривале перебування у ситуації невизначеності стало викликом багатьом людям, зокрема безробітних. Нам відомі епідемії і пандемії в історії людства. Проте психологічних досліджень у цій галузі мало. Тому вивчення проблем соціально-психологічної адаптації безробітних до нових умов життя та надання психологічних рекомендацій є особливо актуальним.

Соціально-психологічна адаптація - це засіб захисту особистості, за допомогою якого послаблюються або усуваються внутрішня психологічна напруга, занепокоєння, дестабілізаційні стани, що виникли в людини під час взаємодії її з іншими людьми, суспільством загалом [2].

Розкриття соціально-психологічної структури особистості, її життєвого шляху, руху в системі суспільних відносин дає можливість побачити принципи, на основі яких формуються ті чи інші особистісні характеристики, діагностувати

соціально-психологічні властивості особистості та впливати на них.

У зарубіжній літературі проблемі соціально-психологічної адаптації присвячені роботи Е. Еріксона, А. Маслоу, Г. Олпорта, Р. Лазаруса, у вітчизняній – О.Н. Дьоміна, О.І. Гринчук, М. М. Кононової, К. Р. Маннапової, О.П. Саннікової, А.В. Фурманта ін.

Е. Еріксон вважає, що соціально-психологічна адаптація - це рівновага між вимогами довкілля та внутрішніми потребами особистості. Через їхню невідповідність виникає конфлікт, що породжує стан тривоги. На думку А. Маслоу і Д. Олпорта соціально-психологічну адаптацію слід розглядати як оптимальну взаємодію особистості та середовища. Мета адаптації представляється як досягнення позитивного духовного здоров'я [5].

З точки зору Р. Лазаруса, у процесі взаємодії із середовищем особистість отримує інформацію, яка суперечить її установкам. У результаті виникає неузгодженість між установкою особистості та образом реальної ситуації, що призводить до стану дискомфорту. Переживання дискомфорту спонукає індивіда до дії [7].

Процес адаптації безробітних передбачає, насамперед, адаптацію до нових вимог ринку праці та статусу безробітного. Ефективність проходження цього процесу може залежати від низки чинників, таких як адекватність уявлень рівня об'єктивної та суб'єктивної оцінки конкурентоспроможності; індивідуальні особливості особистості безробітних (інтернальність, адекватна самооцінка, самоприйняття, самовпевненість); від емоційного стану безробітного тощо [3].

Однак процес адаптації в ситуації безробіття ускладнений, динаміка його перетворень зумовлена впливом як ситуації карантину, так і низки психологічних та особистісних особливостей. Затримка психологічної перебудови на одній із фаз призводить до того, що людина потрапляє до лав «хронічних» безробітних. У зв'язку з цим виникає необхідність у створенні стабільних стимулюючих умов, що спрямовують активність безробітних у потрібне русло.

Аналіз літератури засвідчує недостатню вивченість специфіки протікання адаптивного процесу безробітних в умовах карантину. Ці проблеми потребують подальшого детального дослідження.

**Мета статті** - вивчення деяких соціально-психологічних проблем адаптації безробітних у ситуації карантину.

У дослідженні взяли участь 87 респондентів, які є безробітними понад один рік і 93 респондентів, які працюють. За статевою ознакою розподіл у групі безробітних такий: 36 чоловіків і 51 жінка, у групі працевлаштованих - жінок 36, чоловіків 57. Вік від 30 до 45 років.

Дослідження проводилося в м. Одеса та м. Арциз (Одеської області) 2021

року. Першу групу склали респонденти, які працюють, другу – безробітні.

Були використані такі методики: методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд); тест смисложиттєвих орієнтацій (Дж. Крамбо, Л. Махолик); методика дослідження самоствалення (С. Пантелєєв).

Результати дослідження за допомогою методики діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда показали, що більшою мірою на ефективність процесу адаптації впливають соціально-значущі якості безробітних. Між результатами дослідження двох груп респондентів спостерігаються відмінності.

У групі працевлаштованих (1 група) практично всі респонденти потрапляють у рамки "норми" за шкалами. У безробітних (2 група) перевищення норм простежується за такими шкалами: адаптивність-дезадаптивність (дезадаптивність вища), прийняття - неприйняття себе (неприйняття вища), прийняття - неприйняття інших (неприйняття вища), домінування - відомість (відомість вища), емоційний комфорт - дискомфорт (дискомфорт вищий). Респонденти другої групи перебувають у стані психологічного стресу. У цьому стані людина починає перебільшувати небезпеку свого становища, сприймає його вже не як відпочинок (як це часто буває на початку), а як ситуацію, що емоційно напружує (див. таблицю 1).

Таблиця 1.

**Середнізначення за групами (методика діагностикосоціально-психологічноїадаптації).**

№	Шкали	Бали		№	Шкали	Бали	
		2 група	1 група			2 група	1 група
1	Адаптивність	124,0	133,1	5	Емоційний комфорт	14,6	24,7
	Деадаптивність	138,2	71,3		Емоційний дискомфорт	31,3	15,3
	Брехливість "-"	18,1	19,0		6	Внутрішній контроль	48,7
Брехливість "+"	17,3	18,5	Зовнішній контроль	37,9		19,8	
3	Прийняття себе	37,7	43,8	7	Домінування	9,5	9,7
	Неприйняття себе	23,4	15,9		Відомість	21,0	16,2
4	Прийняття інших	19,8	24,6	8	Експатизм (відхід у себе)	22,7	13,8
	Неприйняття інших	21,7	16,3				

Примітка: 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні.

Крім того, у низці випадків є реакції дезадаптації, що проявляються у здоров'ї, психіці, соціальному становищі безробітного. Висока емоційність, уразливість, вразливість, підвищена відповідальність стримують прояв агресії до оточуючих і спрямовують її на себе. Аутоагресія може призвести до того, що людина проявляє поведінку, не властиву їй у звичайному стані, підвищується емоційна збудливість, знижується стійкість до стресу, пригнічується активність, що призводить до відмови від діяльності або після однієї-двох спроб, або взагалі до спроби будь-що зробити – «все одно нічого не вийде».

Шкала «внутрішній – зовнішній контроль»: серед безробітних показники за шкалою зовнішній контроль перевищують норму. Здатність людини брати на себе відповідальність за різні сторони свого життя і насамперед за свій професійний шлях є одним із найважливіших чинників адаптації. Локалізація контролю особистості - це система переконань людини щодо того, де розташовуються сили, що впливають на її долю і результат будь-яких її дій: у ній самій чи в якихось зовнішніх чинниках. Ймовірно, респонденти другої групи вважають, що події, які відбуваються з ними, є результатом дії зовнішніх сил - випадку, інших людей тощо.

Локалізація контролю не є чимось раз і назавжди незмінно заданим. Необхідно підвищити рівень внутрішнього контролю людини, що, своєю чергою, підвищить ступінь адаптивності та допоможе вийти із ситуації хронічного безробіття.

Шкала «Експатизм (відхід у себе)»: у досліджуваних безробітних за цією шкалою також спостерігається перевищення норм. Хаотичні пошукові дії, характерні для початкового періоду безробіття, себе не виправдовують. Безробітні часто стикаються з відмовою в роботі, що, своєю чергою, підвищує їхній ступінь фрустрованості та призводить до пасивності поведінки. Імовірно, для безробітних характерні низький рівень саморегуляції, готовності до зміни, рефлексивності, а також високий рівень закритості.

Показники у чоловіків і жінок обох груп відрізняються. У безробітних чоловіків порівняно з жінками криза сенсу життя протікає в гострішій формі.

Таблиця 2.

**Середні значення чоловіків та жінок (методика діагностики соціально-психологічної адаптації)**

	Шкали	Чоловіки		Жінки	
		1 група	2 група	1 група	2 група
<b>A</b>	Адаптація	28,5	48,2	25,7	53,1
<b>S</b>	Самоприйняття	27,0	47,9	25,7	49,4

<b>L</b>	Прийняття інших	19,2	62,9	21,5	65,2
<b>E</b>	Емоційна комфортність	23,5	56,1	18,4	57,3
<b>I</b>	Інтернальність	28,6	46,1	25,1	46,4
<b>D</b>	Прагнення до домінування	94,2	68,8	83,8	67,5

Примітка: 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні.

Результати дослідження свідчать про те, що жінки виявляються більш адаптивними, емоційно стійкими, у них менше порушене самоприйняття через різні причини.

За результатами діагностики при використанні тесту смисложиттєвих орієнтацій (див. таблицю 3) у безробітних людей або не формуються, або розпадаються довгострокові цілі (26,5), що мають надавати життю осмисленості, спрямованості та часової перспективи (24,1); їх не захоплює процес життя в сьогоденні; їм бракує відчуття успішності самореалізації в минулому та відчуття продуктивності прожитих років (21,2). Крім того, у них ослаблений суб'єктивний контроль над перебігом власного життя (19,7); процесом змін власної особистості знижений рівень осмисленості, підконтрольності та задоволеності сигналізують лише про нестачу суб'єктивного добробуту в ситуації втрати роботи, але ще не доводять наявності суб'єктивного неблагополуччя, а тим паче смисложиттєвої кризи в розвитку особистості безробітного (25,8).

Таблиця 3.

**Середні значення в групах(тест смисложиттєвих орієнтацій)**

Шкали	1 група	2 група
1 — Цілі	31,1	26,5
2 — Процес	27,6	24,1
3 — Результат	24,6	21,2
4 — ЛК-Я	22,3	19,7
5 — ЛК-життя	28,4	25,8
Загальний показник	97,4	85,9

Примітка: 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні.

Смисложиттєву кризу слід розглядати як стійкий стан особистості, спричинений тривалою констеляцією зовнішніх і внутрішніх умов, що створюють нерозв'язні або невирішені суперечності в пошуку та здійсненні сенсу життя. Критично низький рівень осмисленості життя в нових умовах, які

створені внаслідок запровадження карантинних заходів, виступає необхідною, але недостатньою умовою настання кризи.

Перебіг кризи може різнитися залежно від того, який сенс безробітний надає матеріальному достатку у своєму житті. Він буде відносно м'яким і гладким, якщо матеріальні блага для безробітного наділені інструментальним смислом, а не смислом граничної життєвої цінності. У цій ситуації змістовні перебудови смислу життя можуть і не знадобитися, а розв'язка кризи настане внаслідок підшукування альтернативних засобів і обхідних шляхів реалізації смислу життя замість втраченим економічними можливостями.

Під час аналізу чинників адаптації безробітних до нових соціальних умов (до умов карантину) і до ринку праці було встановлено, що цей процес має чітко виражені особливості, які проявляються у формуванні стану безробіття. Базовою закономірністю розвитку стану безробіття виступає характеристика динаміки формування стресу.

Згідно з вимогами до опрацювання даних тесту смисложиттєвих орієнтацій (Дж. Крамбо, Л. Махолик), у досліджуваних групах виведено такі середні значення (див. рисунок 1).

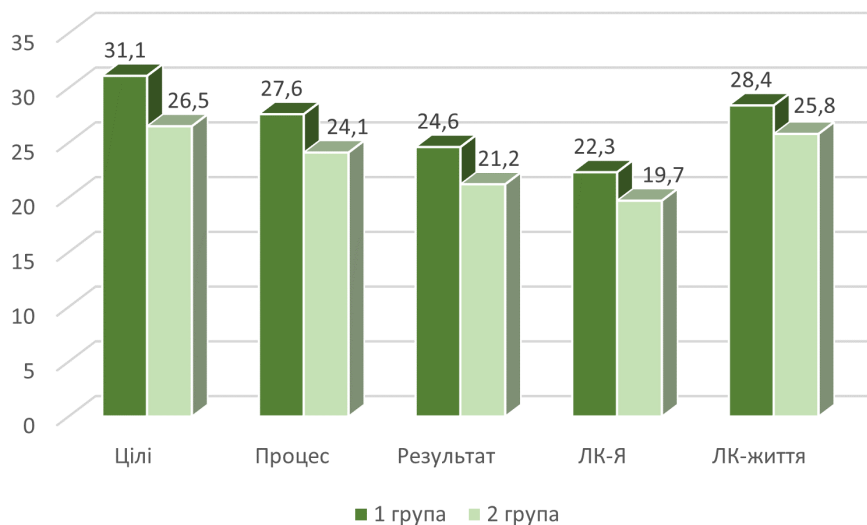


Рис.1 Середні значення в групах (тест смисложиттєвих орієнтацій), де 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні

У безробітних людей або не формуються, або розпадаються довгострокові цілі (26,5), що мають надавати життю осмисленості, спрямованості та часової перспективи (24,1); їх не захоплює та не захоплює процес життя в сьогоденні; їм бракує відчуття успішності самореалізації в минулому та відчуття продуктивності прожитих років (21,2). Крім того, у них ослаблений суб'єктивний контроль над перебігом власного життя (19,7) і процесом змін власної особистості. Знижений рівень осмисленості, підконтрольності та задоволеності

сигналізують лише про нестачу суб'єктивного благополуччя в ситуації втрати роботи, але ще не доводять наявності суб'єктивного неблагополуччя, а тим паче смисложиттєвої кризи в розвитку особистості безробітного (25,8).

Смисложиттєву кризу слід розглядати як стійкий стан особистості, спричинений тривалою констеляцією зовнішніх і внутрішніх умов, що створюють нерозв'язні або невирішені суперечності в пошуку й здійсненні сенсу життя в умовах карантину. Критично низький рівень осмисленості життя виступає необхідною, але недостатньою умовою настання кризи.

Перебіг кризи може різнитися залежно від того, який сенс безробітний надає матеріальному достатку у своєму житті. Він буде відносно м'яким і гладким, якщо матеріальні блага для безробітного наділені інструментальним смислом, а не смислом граничної життєвої цінності. У цій ситуації змістовні перебудови смислу життя можуть і не знадобитися, а розв'язка кризи настане внаслідок підшукування альтернативних засобів і обхідних шляхів реалізації смислу життя натомість втраченим економічним можливостям.

Далі подано аналіз результатів дослідження за статевою ознакою (див. таблицю 4). У чоловіків порівняно з жінками групи безробітних криза сенсу життя протікає в гострішій формі.

Таблиця 4.

**Дані дослідження чоловіків і жінок (тест смисложиттєвих орієнтацій)**

Шкали	Чоловіки		Жінки	
	1 група	2 група	1 група	2 група
1 — Цілі	31,8	28,5	29,0	25,7
2 — Процес	28,17	27,0	25,3	25,7
3 — Результат	25,3	19,2	23,4	21,5
4 — ЛК-Я	23,4	23,5	19,8	18,4
5 — ЛК-життя	28,4	28,6	26,5	25,1
Загальний показник	98,7	94,2	94,4	83,8

Примітка: 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні.

Безробіття, особливо під час карантину, завдає більшої психологічної шкоди чоловікам, помітніше шкодить їхньому соматичному і психічному здоров'ю. Це пов'язано з тим, що чоловіки обіймають вищі посади, швидше досягають керівних посад в організаціях і підіймаються вище «кар'єрними сходами». Звільнення або скорочення з роботи сильніше нищить психічне благополуччя і фізичне здоров'я чоловіків, оскільки їхні соціально-економічні



втрати явно переважають втрати жінок в аналогічній ситуації.

Крім цього, чоловіки, які втратили роботу, не здатні гнучко компенсувати розпад професійного статусу виконанням сімейних ролей, а їхня гендерна ідентичність "розмивається" втратою роботи набагато помітніше, ніж у жінок.

Результати діагностики при використанні методики дослідження самоствавлення. Бали за дев'ятьма шкалами, пропонуваними автором методики, були переведені в стени. Відзначено підвищення показників у групі безробітних за багатьма шкалами (див. таблицю 5).

Таблиця 5.

**Середні показники за групами(методика дослідження самоствавлення)**

Шкали	1 внутрішня чесність	2 самовпевненість	3 самокерівництво	4 дзеркальне Я	5 самоцінність	6 самоприйняття	7 самоприв'язаність	8 внутрішня конфліктність	9 самозвинувачення
Групи									
1	5.5	7.9	6.5	7.3	6.3	6.9	4.2	6.1	5.7
2	7.4	4.1	5.0	5.7	5.8	5.1	5.7	7.4	7.9

Примітка: 1 група – працевлаштовані, 2 група – безробітні.

Респонденти другої групи (безробітних) більшою мірою сумніваються у здатності викликати повагу (4,1), підвладні впливом обставин, нездатності протистояти долі, поганій саморегуляції, розмитому фокусу Я, у них відсутня тенденція пошуку причини вчинків і результатів у собі самому (5,0). У них виявлено ригідність Я-концепції, прив'язаності, небажання змінюватися на тлі загального позитивного ставлення до себе (5,7). Недостатнє самоприйняття також притаманне безробітним респондентам, що є важливим симптомом внутрішньої дезадаптації (5,1). наявності внутрішніх конфліктів, сумнівів, незгоді з собою, тривожно-депресивних станів, супроводжуваних переживанням почуття провини. Крім цього, у них постійна незадоволеність і суперечки протікають на тлі неадекватно заниженої самооцінки, що призводить до сумнівів у своїй здатності щось зробити або змінити (7,9).

Надмірні самокопання і рефлексія протікають на загальному негативному емоційному тлі стосовно себе. Причому конфліктна аутокомунікація не тільки не приносить полегшення, а, навпаки, лише посилює негативні емоції. Також це є свідченням інтрапунітивності, самозвинувачення, готовності поставити собі за провини свої невдачі, власні недоліки.

Високі значення за 8-ю та 9-ю шкалами за загального зниження профілю за

попередніми параметрами є індикаторами внутрішньої дезадаптації та кризової ситуації.

При аналізі результатів по трьом незалежним факторам «самоповага», «аутосимпатія» і «внутрішня невлаштованість», було виявлено підвищення показників по останньому фактору (14,9) групі безробітних, що може свідчити про дезадаптацію особистості та про потребу респондентів у психологічній допомозі.

У цьому дослідженні міжстатева відмінність за силою смисложиттєвої кризи може бути зумовлена схильністю чоловіків черпати смисл життя з кар'єрних досягнень, суспільного визнання, професійного престижу, матеріального добробуту, посадового впливу та інших джерел, локалізованих у професійній сфері. Жінки в ситуації втрати роботи менш схильні до кризи, оскільки їхні смисложиттєві цінності не так жорстко прив'язані до сфери професійної праці.

Під час аналізу чинників адаптації безробітних до нових соціальних умов і до ринку праці було встановлено, що цей процес має чітко виражені особливості, які проявляються у формуванні стану безробіття. Базовою закономірністю розвитку стану безробіття виступає характеристика динаміки формування стресу. У результаті у безробітних поступово формується психологічна готовність до прийняття нового статусу.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Стан безробіття призводить до порушення структур особистості, внаслідок чого в людини формується нова соціальна ідентифікація - безробітного. Системоутворювальним чинником цієї нової структури особистості є конкурентоспроможність, в основі якої лежить самооцінка значущості себе як працівника, загальний рівень прийняття себе.

Тривала відсутність роботи, ситуація невизначеності, спричинена карантинними заходами, неминуче супроводжується змінами в поведінці людини. Найпростішими є зміни, що мають зовнішній характер і стосуються, наприклад, організації дня. Коли в безробітного з'являється багато вільного часу, режим дня втрачає для нього актуальність: людина пізно лягає і пізно встає. Через обставини, вона може весь день перебувати вдома, втрачається орієнтир день-ніч тощо. Подібні дії безробітного є наслідком природної втрати часових орієнтирів. Змінюється також просторова організація поведінки. Для безробітного стає несуттєвим поділ простору на домашній і робочий.

Карантин продовжує впливати на процеси соціального та індивідуального життя. Безробіття чинить негативний вплив на фізичне і психічне здоров'я особистості, міжособистісні та сімейні стосунки, має негативні наслідки у вигляді деструктивних форм поведінки, а також погіршення матеріального,

соціального і професійного статусу суб'єкта. У зв'язку з цим існує гостра потреба в розробленні програм корекції, навчання, консультування, надання психологічної допомоги безробітним з метою оптимізації подолання ними цієї кризи з найменшими втратами, збереження психічного здоров'я та нормалізації соціального функціонування суб'єкта.

#### Список літератури

1. Бойко Г.В. Зміни уявлення про себе в умовах втрати та відсутності роботи / Г.В. Бойко // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць / Ін-т психології імені Г.С. Костюка АПН України. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. - 2003. - Т. 1, Вип. 11. - С. 10–13.
2. Киричук О.В. Психологія особистості / О.В. Киричук. - К: ШК ДСЗУ, 2003. - 485 с.
3. Максимець С.М. Особистість та психологічний статус безробітного / С.М. Максимець // Вісник КІБІТ. – 2019. - Випуск №1(39). - С.67-72.
4. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості / А.В. Фурман // Наукове видання. - 2000. - Тернопіль: Економічна думка, - 198 с.
5. Рудюк О. В. Перспективні напрями вивчення безробіття в зарубіжній науковопсихологічній традиції / О.В. Рудюк // Психологічні перспективи. - 2012. - № 20. - С. 201-211.
6. Сахно Г. Адаптація ринку праці України під час пандемії COVID-19: аналіз та рекомендації: Дослідження політики. / Г. Сахно, Д. Заха, М. Репко. - German Economic Team: Берлін-Київ, лютий 2021. - 21 с.
7. Lazarus R. S. Psychological stress and the coping process / R.S. Lazarus. - N. Y.: McGraw-Hill, 1966. - 257 p.

#### **Nataliia Kantarova**

PhD in Psychological Sciences, clinical psychologist Municipal non-commercial enterprise “Arcizka central support hospital” of Arciz city council, Dobrovolskogo Str. 5, Arciz, Odessa region, Ukraine.

#### **Liudmyla Smokova**

PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Practical and Clinical Psychology, Odessa I.I. Mechnikov National University, Odesa, Ukraine.

#### **Larisa Dykina**

senior lecturer of the Department of Practical and Clinical Psychology, Odessa I.I. Mechnikov National University, Odesa, Ukraine.

### **PROBLEMS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE UNEMPLOYED IN QUARANTINE CONDITIONS**

The article provides a comprehensive theoretical, methodological and applied approach to the

study of the features of the social and psychological adaptation of the unemployed in quarantine conditions. The introduction of the self-isolation regime and the transition of many organizations and institutions to remote or remote work has shaken the economic situation in the world, including in Ukraine. Being in a situation of uncertainty for a long time has become a challenge for many people, including the unemployed. We know about epidemics and pandemics in human history. However, there are few psychological studies in this field. Therefore, studying the problems of socio-psychological adaptation of the unemployed to new living conditions and providing psychological recommendations is particularly relevant.

The purpose of the article is to study some socio-psychological problems of adaptation of the unemployed in quarantine conditions. The following methods were used: diagnostic method of social and psychological adaptation; test of meaningful orientations; a method of self-assessment research.

The results of the study indicate that as a result of job loss, personal characteristics, and stress factors, the unemployed have impaired socio-psychological adaptation. They experience a crisis of the meaning of life, and it manifests itself more acutely in men. In a situation of unemployment, a person is transformed as a subject of both professional activity and integral life activities. It was found that the loss of a job is perceived not only as a break in ties with the working environment that a professional needs, but also as a loss of the ability to build an individual life path. The topic under study is quite new and poorly developed and requires further detailed research and improvement of methods of psychological correction of the unemployed person's personality.

**Key words:** socio-psychological adaptation, unemployment, pandemic, personality, self-attitude.

## References

1. Boiko, H.V. (2003) Zminy uivlennia pro sebe v umovakh vtraty ta vidsutnosti roboty [Changes in self-image in conditions of job loss and absence] // *Aktualni problemy psykholohii: zb. nauk. prats / In-t psykholohii imeni H.S. Kostiuka APN Ukrainy. T. 1: Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia – Organizational psychology. Economic psychology. Social psychology, Vol. 11*, 10–13 [in Ukrainian].
2. Kyrychuk, O.V. (2003) *Psykholohiia osobystosti. [Personality psychology]*. K: ShK DSZU [in Ukrainian].
3. Maksymets, S.M. (2019) Osobystist ta psykholohichniy status bezrobitnoho [Personality and psychological status of the unemployed] // *Visnyk KIBIT – Herald KIBIT, Vol. №1(39)*, 67-72 [in Ukrainian].
4. Furman, A.V. (2000) *Psykholohichniy status osobystosti: Naukove vydannia [Psychodiagnosis of personal adaptability: scientific edition]*. Ternopil: *Ekonomichna dumka – Ternopil: Economic thought* [in Ukrainian].
5. Rudiuk, O.V. (2012) Perspektivni napriamy vyvchennia bezrobittia v zarubizhnii naukovopsykholohichnii tradytsii [Promising directions of unemployment research in the foreign psychological tradition]. *Psykholohichni perspektivy – Psychological perspectives*, 20, 201-211. [in Ukrainian].
6. Sakhno H., Zakha, D., & Repko, M. (2021) Adaptatsiia rynku pratsi Ukrainy pidchas pandemii COVID-19: analiz ta rekomendatsii: Doslidzhennia polityky [Adaptation of the Ukrainian labor market during the COVID-19 pandemic: analysis and recommendations: Police Research]. *German Economic Team: Berlin-Kyiv - German Economic Team: Berlin-Kyiv*, 2, 21 [in Ukrainian].
7. Lazarus R. S. (1966) *Psychological stress and the coping process*. N. Y.: McGraw-Hill, 257 [in English].

**Стаття надійшла до редакції 16.09.2022**