

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

В статье представлены актуальные вопросы социально-психологического изучения адаптации личности. Проблема адаптации личности рассматривается с точки зрения приспособления, самореализации и становления личности в чрезвычайных ситуациях. Адаптация личности представляется одной из глобальных междисциплинарных проблем, затрагивающей интересы нескольких смежных научных дисциплин. Изучение адаптации освещается через определение основных функций и механизмов, сопутствующих процессу приспособления личности к условиям внешней среды.

Ключевые слова: адаптация, чрезвычайная ситуация, социализация, психологические ресурсы, социальная среда.

Взаимодействие личности и социальной среды, приспособление личности к условиям и требованиям социальной среды, иными словами, проблема адаптации личности является одной из глобальных междисциплинарных проблем, затрагивающих интересы нескольких смежных научных дисциплин: медико-биологических, социально-психологических, психолого-педагогических и многих других.

Термин «адаптация» происходит от латинского *ad* – «к»; *aptus* – «пригодный, удобный», *adaptatio* – «приспособление», которое с течением времени приняло первостепенное значение для обозначения процесса приспособления личности к внешней среде. В. Крысько определяет адаптацию как результат (процесс) взаимодействия живых организмов и окружа-

ющей среды, который приводит к оптимальному их приспособлению к жизни и деятельности...» [10; 14].

В современной научной литературе встречаются различные классификации понятия адаптации, что обусловливается междисциплинарным характером самого понятия. В контексте социально-психологического исследования адаптации личности представляет особый интерес процесс мобилизации психологических ресурсов личности, в результате которого наблюдается процесс приобретения людьми определенного социально-психологического статуса, овладение теми или иными социально-психологическими ролевыми функциями. В процессе адаптации психологических ресурсов человек стремится достигнуть гармонии между внутренними и внешними условиями жизни и деятельности. По мере ее осуществления повышается степень адаптированности личности к условиям внешней среды.

Таким образом, исходя из двухстороннего характера понятийного аппарата адаптации, выраженного в принципе взаимодействия личности и социальной среды, в психологической научной литературе выделяют две взаимосвязанные стороны проявления адаптации – адаптивность личности, социальной группы и адаптируемость социальной среды. С социально-психологической точки зрения эти особенности могут проследиваться в следующих типах адаптации: общественной, межличностной и личностной. Качественную характеристи-

ку общественной адаптации определяет субъект-субъектное взаимодействие людей, имеющее свое инструментальное выражение. Для общественной адаптации важную роль играет включение субъекта в различные формы коллективного действия. Межличностная адаптация представляет собой процесс приспособления к социальным нормам и ценностям, сопутствующий овладению системой коммуникации, традициями и ценностями социума, часто выраженными через систему социализации личности. Личностная адаптация предполагает включение задач социального роста и успеха в смысловую структуру психофизиологического развития человека.

Некоторые исследователи характеризуют состояние социально-психологической адаптированности личности как состояние взаимоотношений личности и группы, позволяющей личности удовлетворить свои основные социогенные потребности и соответствовать тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней социальная среда. Под адаптированностью личности понимают максимально возможную реализацию внутренних возможностей и способностей человека в данной ситуации [4, с. 134–142; 7, с. 219–232; 15; 16].

Процессы адаптации неразрывно связаны с процессами дезадаптации, представляющими собой два взаимосвязанных аспекта приспособления личности к социальной среде. Отметим, что субъективное состояние дезадаптации переживается в виде повышенной тревожности, негативных эмоций, депрессивного состояния, повышенной утомляемости и т.д. Социально-психологическое изучение адаптации приводит к определению основных составляющих психологических ресурсов личности, какими являются когнитивный, аффективный и поведенческий компоненты. Состояние чрезвычайных ситуаций способствует нарушению

первоначального баланса, установленного равновесия между этими составляющими, приводящее к различным субъективным и объективным переживаниям личностью данной ситуации.

Соотнесение вышеизложенных аспектов изучения адаптации подразумевает определение основных функций и механизмов, сопутствующих процессу приспособления личности к условиям внешней среды.

Крысько В.Г. отмечает следующие функции социально-психологической адаптации:

- достижение оптимального равновесия в динамической системе «личность – социальная среда»;
- максимальное проявление и развитие творческих возможностей и способностей личности, повышение ее социальной активности;
- регулирование общения и взаимоотношения;
- формирование эмоционально-комфортных позиций личности;
- самореализация личности;
- самопознание и самокоррекция;
- повышение эффективности деятельности как адаптирующейся личности, так и социальной среды, коллектива;
- повышение стабильности и сплоченности социальной среды;
- сохранение психического здоровья [14].

Краткий обзор понятийного обхвата адаптации личности указывает на взаимосвязь адаптации личности с определенными изменениями в социальной среде. Заметим, что потребность в адаптации возрастает наряду с динамикой увеличения несоответствия личностных и социальных установок и потребностей. Такое несоответствие переступает границы динамического, объективного развития социальной среды в ситуациях, резко меняющих внешние условия и обозначающих экстремальные, чрезвычайные ус-

ловия проживания и деятельности.

В научной литературе выделяются разделы экстремальной психологии, такие как психоадаптология, психотанатология, стрессология, виктимология, суицидология, определяющие различные подходы к определению экстремальной ситуации [5, с. 291–437; 21; 23, с. 114–127; 27; 29]. Проводится типология чрезвычайных (экстремальных) ситуаций: по содержанию действующих факторов, по характеру возникновения, по продолжительности действия, по возможности разрешения, по последствиям, по сфере жизнедеятельности людей. В числе чрезвычайных ситуаций различают природные катастрофы и их последствия (землетрясения, наводнения, сходы ледников, селевые потоки, тайфуны, цунами), техногенные катастрофы: аварии на атомных станциях, взрывы газа, авиа-, железнодорожные и автокатастрофы, социальные катастрофы: военные действия, межэтнические конфликты, теракты, захват заложников, бандитские нападения, формы физического и психического насилия.

Таким образом, исследование адаптации психологических ресурсов личности подразумевает определение и изучение степени готовности личности к взаимодействию с природой, включая ситуации во время природных катаклизмов, социумом, к практической деятельности через формирование культуры безопасного поведения. Стихийные бедствия, катастрофы, аварии, применение различных видов оружия создают чрезвычайные ситуации для жизни, здоровья и благополучия личности, могут иметь катастрофические последствия для всего социума. Кроме того, чрезвычайная ситуация, в зависимости от масштабов и тяжести проявления, вызывает у личности стрессовое состояние. Следовательно, значительную роль в успешном преодолении экстремальных ситуаций занимает готовность

личности не к благоприятным условиям жизни и деятельности, а готовностью адаптироваться к неблагоприятным воздействиям внешней среды [8, с. 156–158; 28]. Особый интерес представляет адаптация к сравнительно быстро меняющимся условиям внешней среды, что характерно для условий экстремальных ситуаций.

Различными авторами были поставлены акценты на определенных формах адаптации личности. Так, Л. В. Куликов выделяет три основные формы поведения в экстремальных ситуациях: нравственно-психологическая капитуляция, оборонительное и наступательное поведение [17]. В. П. Казначеев выделяет адаптацию статическую, как свойство биосистемы, ее устойчивость к условиям среды, и динамическую в аспекте процесса приспособления системы к изменяющимся условиям внешней среды [9]. Анализ социально-психологической литературы показывает, что основное значение для сохранения психологической устойчивости в подобного рода ситуациях имеет общий уровень личностной мобилизации, при недостаточности которой наступает стрессовая фаза истощения. Т. С. Назарова отмечает, что в экстремальных ситуациях возникает необходимость выбора адекватного варианта поведения, что подразумевает мобилизацию не только поведенческих, но и когнитивных и аффективных составляющих психологических ресурсов личности. Так, при преодолении барьеров в экстремальных ситуациях возникают положительные эмоциональные переживания и сопровождаются соответствующей информационной обеспеченностью, их совокупность приводит к адекватному развитию процесса адаптации. При этом возникает уверенность в правильности действий в случае возникновения экстремальных ситуаций [24, с. 32–39]. Представляют интерес работы Ц. П. Короленко в изуче-

нии положительного опыта преодоления трудностей, А.Г. Маклакова в рассмотрении личностного адаптационного потенциала, А. Шапкина и Л.Г. Дикой по анализу структуры и стратегий адаптации, включающей этапы поиска, выбора и реализации способов деятельности, позволяющих обеспечить выход из неблагоприятных (экстремальных) условий жизнедеятельности с минимальными потерями [13; 20, с.16–24; 32, с.19–34].

Исследования, касающиеся классификации психических состояний жертв чрезвычайных ситуаций, акцентируют внимание на следующих формах трансформации психологических ресурсов личности: измененные состояния сознания у жертв чрезвычайных ситуаций, адаптивные психологические реакции на чрезвычайную ситуацию, дезадаптивные психологические реакции, острые аффективные психологические реакции, стенические и астенические психические состояния, психическая напряженность и фрустрационные состояния, возбужденное состояние, стресс и травматический невроз, повышение тревожности, страхи перед повторением чрезвычайной ситуации (землетрясение, теракт и др.). Проводится типология экстремальных психических состояний в зависимости от возраста, пола и других характеристик жертвы [6; 19; 29; 34].

Как видим, мысль о множественности обозначений звучит почти во всех исследованиях, где затрагивается проблема экстремальности. Приведем лишь точку зрения К. Муздыбаева [22], который говорит о том, что ситуации, предъявляющие к людям требования, превышающие их обычный адаптивный потенциал, описываются в разных терминах: жизненные трудности, критические ситуации, негативные жизненные события, стрессовые жизненные события, травматические события, нежелательные события, жизненные кризисы, бедствия, катастрофы. И.

Г. Малкина-Пых приводит определение чрезвычайной ситуации, которая рассматривается как синонимичная экстремальной: “Чрезвычайная (экстремальная) ситуация — это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей” [21, с.15]. Заметим, что под такое определение не попадают многие экстремальные ситуации, прежде всего, социального характера. Н. В. Тарабрина определяет экстремальные или критические события как травмирующие ситуации, обладающие мощным негативным воздействием, ситуации угрозы, требующие от индивида экстраординарных усилий по совладанию с последствиями воздействия [30]. Л. В. Трубицына, в свою очередь, рассматривает следующие травмирующие ситуации: военные действия, природные катаклизмы, экологические и техногенные катастрофы, пожары, террористические акты, несчастные случаи, формы насилия, нападения и внезапные заболевания [31]. Безусловный интерес представляет собой идея автора о том, что наряду с масштабными ситуациями существуют ситуации, которые часто оказываются вне поля зрения специалистов в силу ряда причин. Основной причиной, по-видимому, становится “немассовость” ситуации, когда субъектом взаимодействия с теми или иными травмирующими условиями выступает один человек, а само событие носит индивидуальный характер.

Широкое распространение получило понятие “трудная жизненная ситуация”, которое, как правило, рассматривается в наиболее широком контексте и может включать в себя все перечисленные вы-

ше термины. Вместе с тем именно этот термин сложнее всего четко определить вследствие того, что он вбирает в себя практически все варианты событий, связанных с разной степенью дискомфорта их участника. Под трудными жизненными ситуациями могут подразумеваться как катастрофические события, угрожающие жизни большого количества людей, так и повседневные события, содержащие субъективные переживаемые неудобства для конкретного человека и не содержащие объективные угрозы и опасности его физическому и психическому благополучию. Из-за трудности выбора критериев, определяющих понятие трудной жизненной ситуации, Е. В. Битюцкая останавливается на методологическом подходе, рассматривающем субъективные факторы подобных ситуаций: переживание ситуации человеком, интерпретация событий [2]. Степень переживания экстремальных ситуаций зависит не только от индивидуальных психологических особенностей индивида. Обзор результатов научных исследований позволяет констатировать, что активная адаптация в виде разумной деятельности часто предпочтительнее пассивной адаптации; экстремальная ситуация, с которой человек сталкивается впервые, вызывает большее эмоциональное напряжение, чем та, которую он уже преодолевал; приобретаемый практический опыт действий в экстремальных ситуациях увеличивает психологическую устойчивость к стрессовым ситуациям. Люди, не испытывавшие экстремальных воздействий, недооценивают вероятность их появления, возможность пострадать от них. На основании вышеизложенного, адаптация человека к экстремальным ситуациям быстрее происходит в случае умения практически действовать, полученного при тренировках входе практических занятий. Они дают человеку определенный опыт переживания, уменьшают стрессо-

вую нагрузку.

Приведем мнение Е. О. Лабезной об определении проблемы чрезвычайной ситуации, выраженной в качестве “процесса системного взаимодействия человека как субъекта активности и окружающей среды, которая инициируется и обеспечивается взаимовлиянием двух групп факторов — субъекта (перцептивные, когнитивные, эмоциональные, мотивационно-волевые и др. факторы) и среды. При этом роль ситуационных факторов среды изучена в гораздо меньшей степени, чем субъективных переменных” [18, с. 373–385].

Вышеизложенный перечень основных функций адаптации позволяет определить основные цели адаптации личности, формы изменения или мобилизации психологических ресурсов, необходимых для восстановления нарушенных в результате чрезвычайной ситуации социально-психологического равновесия и форм самореализации личности в обществе. Социальная адаптация в условиях чрезвычайных ситуаций нацелена на первичное адекватное восприятие данной ситуации и самого себя, подразумевающее создание адекватной системы отношений и общения с окружающими, способность личности к жизнеутверждающей деятельности, к труду, обучению и к самоорганизации. Возможное вытеснение социально-ролевых функций одной из составляющих психологических ресурсов предполагает функциональное замещение другими составляющими, что необходимо для скорейшего выхода из данной чрезвычайной ситуации. Такая компенсаторная картина изменчивости и приспособления ресурсов личности при успешной адаптации к сложившейся ситуации находится в соответствии с ролевыми ожиданиями.

В самом общем виде можно сказать, что процесс адаптации личности означает восстановление адекватного сложив-

шейся ситуации выражения когнитивного, аффективного и поведенческого компонентов психологических ресурсов личности.

Важной особенностью социально-психологического изучения процесса адаптации психологических ресурсов личности является выявление социального опыта, образуемого и выносимого разными людьми из объективно данной чрезвычайной ситуации, который может быть существенно различным. Поэтому лежащее в основе процесса адаптации приспособление к внешней среде и усвоение положительного в данной ситуации социального опыта становится источником самореализации личности, субъективно усваивающей этот опыт.

Адаптация к чрезвычайным ситуациям, находясь в постоянной динамике, сопутствующей этапам выхода из данной ситуации, модифицируется и способствует процессу социализации, выражаясь в определенных механизмах действия и развития. Оценка адаптации как к процессу, имеющему неопределенные временные границы, так и к процессу с неопределенным концом, хотя и с определенной целью, ставит перед исследователем задачи изучения психологических ресурсов личности в пролонгированном ракурсе, вбирающем в себя пути и способы восстановления социальных отношений и институтов. Из этого следует, что параллельно существующие процессы адаптации и социализации не только имеют продолжительный характер, но и обозначают формы социального развития и консолидации общества.

Социально-психологическая адаптация является средством защиты личности, с помощью которого ослабляются и устраняются внутреннее психическое напряжение, тревожность, беспокойство, дестабилизационные состояния. Защитные механизмы, проявляющиеся в соответствующей мобилизации психоло-

гических ресурсов личности, выступают признаками психологической адаптации человека. Как свидетельствуют многочисленные социально-психологические исследования, определяющее значение в их образовании и проявлении принадлежит чрезвычайным ситуациям, предоставляющим благодатную почву для формирования и развития механизмов психологической защиты в виде определенных системообразующих психологических ресурсов, повышающих адаптивный потенциал личности и способствующих успешности социально-психологической адаптации и социализации в целом [1; 3; 5; 11, с.104-107; 12; 16; 26; 33; 35].

Соотнесение понятия “адаптации” к понятийному аппарату социализации выражается в прогрессивном характере социально-психологической адаптации, которой свойственно достижение всех функций и целей полной адаптации, в ходе реализации которой достигается единство интересов, целей личности и групп общества в преодолении отрицательных форм проявлений чрезвычайной ситуации. В случае же регрессивной адаптации проявляются депрессивные настроения личности и асоциальные формы выражения его психологических ресурсов. Такая адаптация принимает вид формальной адаптации, не отвечающей интересам общества и личности, развитию данной социальной группы и самой личности.

Таким образом, процесс адаптации, являясь специфическим выражением общего процесса приспособления человека к жизненной среде, определяется благодаря теоретико-методологическим основам этого понятийного аппарата и обладает научно обоснованными закономерностями развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бергер П. Социальное конструирование реальности, М., 1995, с. 219.
2. Битюцкая Е. В. Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях. Автореф. дис. ... канд. психол. наук, М., 2007.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. М., 1984.
4. Волков Г.Д., Оконская Н.Б. Адаптация и ее уровни. Философия пограничных проблем науки. Пермь, 1975, Вып. 7, с. 134-142.
5. Выготский Л.С., Исторический смысл психологического кризиса. Собрание соч. в 6-и т, т. 2, 1982, с. 291-437.
6. Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций: Учебное пособие для студентов вузов. М., 2007.
7. Зотова О.И., Кряжева И.К. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности. Психологические механизмы регуляции социального поведения. М., 1979, с. 219- 232.
8. Исмаилов Ш. О. Адаптация личности к экстремальным ситуациям. Ш. О. Исмаилов, М. Г. Магомедов. Педагогика: традиции и инновации: материалы IV междунар. науч. конф., Челябинск, 2013, с. 156-158.
9. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации. Новосибирск, 1980, 191 с.
10. Калайков И. Цивилизация и адаптация. М., 1984.
11. Кон И.С. Социология личности. М., 1967, с. 104-107.
12. Корель Л.В. Социология адаптации: этюды апологии. Новосибирск, 1997.
13. Короленко Ц.П. Психофизиология человека в экстремальных условиях. Л., 1978, 210 с.
14. Крысько В.Г. Словарь-справочник по социальной психологии. М., 2003, 416 с.
15. Кузнецов П.С. Концепция социальной адаптации, Саратов, 2000.
16. Кузнецов, П. С. Адаптация как функция развития личности. Саратов, 1991 .
17. Куликов Л.В. Психология настроения. СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997.
18. Лабезная Е.О. Травматическая стрессовая ситуация и посттравматический адаптационный процесс. Психология состояний. СПб., 2004, с. 373-385.
19. Лебедев В.И. Экстремальная психология. Психическая деятельность в замкнутых системах, М., 2001.
20. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях // Психологический журнал, 2001, № 1, с.16-24.
21. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. Справочник практического психолога. М., 2005, с.15
22. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998, т.1, Вып. 2 / электронный ресурс: <http://www.soc.pu.ru/publ>.
23. Мухина В.С. Личность и этносы в условиях столкновения цивилизаций // Мир психологии. М., 2001, № 4, с.114-127.
24. Назарова Т.С, Шаповаленко В. С. Экстремальная ситуация как обучающая модель // Педагогика, 1999, № 6, с. 32-39.
25. Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной ситуации: новые феномены // Вопросы психологии, 2003, № 5, с.95-102.
26. Озернюк Н.Д. Механизмы адаптации, М., 1992.
27. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д, 2005, 315 с.
28. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия /сост. Тарас А. Е., Сельченко К. В./ М., 2000, 480 с.
29. Соловьева С.Л. Психология экстремальных ситуаций. СПб., 2003, 128 с.
30. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб., 2001.
31. Трубицына Л. В., Процесс травмы, М., 2005.
32. Шапкин А., Дикая Л.Г. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации. Психологический журнал, 1996, т. 17, № 1, с. 19-34.
33. Шибутани Т. Социальная психология. М., 2002, с. 38.
34. Юрьева Л.Н. Кризисные состояния. Днепропетровск. 1999, 345 с.
35. Skinner B.F., Science and Human Behavior. N. Y.: Macmillan, 1953, p. 91.

ԱՐՏԱԿԱՐԳ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐՈՒՄ ԱՆՁԻ ԱԴԱՊՏԱՑՄԱՆ ՍՈՑԻԱԼ-ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

ԱՐԵՎԻԿ ԵՐԻՏՅԱՆ

*ՀՀ տարածքային կառավարման և արտակարգ իրավիճակների
նախարարության ՓԾ ԾԿԱԿ ՀԽԳ ալագ հրահանգիչ, Վ/Ծ լեյտենանտ*

Հոդվածում ներկայացված են անձի ադապտացման սոցիալ-հոգեբանական ուսումնասիրության արդի հիմնահարցերը: Անձի ադապտացման հիմնախնդիրը դիտարկվում է արտակարգ իրավիճակներում անձի հարմարման, ինքնատեալիզացման ու կայացման տեսանկյունից: Անձի ադապտացումը ներկայացվում է որպես միջառարկայական գլոբալ խնդիրներից մեկը, որը ընդգրկվում է մի քանի հարակից գիտակարգերի շրջանակներում: Ադապտացման ուսումնասիրումը լուսաբանվում է հիմնական գործառույթների և մեխանիզմների սահմանման միջոցով, որոնք ուղեկցում են անձի՝ արտաքին միջավայրին հարմարման գործընթացին:

PROBLEMS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL RESEARCH OF
PERSON ADAPTATION IN EMERGENCY

AREVIK YERITSYAN

Senior Instructor of PR, Crisis Management Centre of MTAES of RA, R/S Lieutenant.

This article presents the actual problems of socio-psychological research of person adaptation in emergency. The person adaptation is considered in terms of fit, self-realization and the personality. Person adaptation is presented as one of the global interdisciplinary problems deal with some related sciences. Researching of adaptation takes up questions of general functions and ways accompanying the process of person's conformation to social environment.