

# ՀՈԳԵՔԱՆՈՒԹՅՈՒՆ, PSYCHOLOGY, ПСИХОЛОГИЯ



## ԱՆՁԻ ՍՈՑԻԱԼ-ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ՀԱՐՄԱՐՄԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐԸ ԱՐԴԻ ՍԱՐՏԱՅՐԱՎԵՐՆԵՐԻ ՀԱՄԱՏԵՔՍՈՒՄ \*

ՀՏԴ 159.923:316.6

DOI: 10.52063/25792652-2024.2.21-93

### ՍՎԵՏԼԱՆԱ ՀԱՐՈՒԹՅՈՒՆՅԱՆ

Երևանի պետական համալսարանի փիլիսոփայության  
և հոգեբանության ֆակուլտետի անձի  
հոգեբանության ամբիոնի պրոֆեսոր,  
հոգեբանական գիտությունների դոկտոր,  
ք. Երևան, Հայաստանի Հանրապետություն  
[hlana68@gmail.com](mailto:hlana68@gmail.com)  
ORCID:0000-0002-7773-4358

### ԼԻԼԻԹ ԿԱՐԱՊԵՏՅԱՆ

Երևանի պետական համալսարանի փիլիսոփայության  
և հոգեբանության ֆակուլտետի անձի  
հոգեբանության ամբիոնի դասախոս,  
ք. Երևան, Հայաստանի Հանրապետություն  
[lil.mail.ru@mail.ru](mailto:lil.mail.ru@mail.ru)  
ORCID: 0009-0008-2964-1983

Սույն հոդվածի նպատակն է վերլուծել անձի սոցիալ-հոգեբանական հարմարման տեսական հիմքերը: Մեր հոդվածի խնդիրներից մեկն է գիտական ուսումնասիրության ընթացքում միջառարկայական մոտեցման հիման վրա հարմարման տեսակների վերաբերյալ հայեցակարգերի և բնութագրերի դուրսբերումը: Անձի հարմարումը անձի բնականոն, ներդաշնակ զարգացման, կենսագործունեության նշանակալի գործընթացներից մեկն է: Սույն ուսումնասիրությունը իրականացվել է գրականության տեսական վերլուծության մեթոդի կիրառմամբ: Հիմնախնդիրը վերլուծված է տարբեր հոգեբանական մոտեցումների համատեքստում: Առանձնակի ուշադրության են արժանացած նրա հիմնավոր և մասնավոր բնորոշումները: Ըստ ժամանակակից սոցիալական, տնտեսական, քաղաքական մեծ փոփոխությունների և մարտահրավերների՝ սույն ուսումնասիրությունը ունի մեծ նշանակություն՝ հնարավորություն տալով անձին լինելու կյանքի ակտիվ փոփոխությունների կիզակետում, ստեղծելու նորը և զարգանալու: Մեր ուսումնասիրության մեկ այլ խնդիրն է դիտարկել անձին նոր միջավայրում, դուրս բերել անձի սոցիալ-հոգեբանական հարմարման ձևերը:

Հոդվածում եզրակացվում է, որ սոցիալ-հարմարման ընթացքում անձը իր կյանքում տեղի ունեցող փոփոխությունների ակտիվ մասնակիցն է, ինչպես նաև դառնում է խմբի անդամ՝ կրելով խմբի նորմերը, պահանջները: Այն մի գործընթաց է, որը բնորոշ է յուրաքանչյուր մարդու՝ կյանքի տարբեր

\* Հոդվածը ներկայացվել է 08.05.2024թ., գրախոսվել՝ 02.06.2024թ., տպագրության ընդունվել՝ 31.07.2024թ.:

**իրավիճակներում և պայմաններում: Այս ամենը տեղի են ունենում անձի ներքին և արտաքին փոփոխություններով:**

**Յիմնաբառեր՝** հարմարում, սոցիալական հարմարում, հոգեբանական հարմարում, անձ-միջավայր, անձ-զարգացում, փոփոխություններ, հարմարման ձևեր, դրական հարմարում:

**Ներածություն**

Անձի կայացումն ու զարգացումը, ինչպես նաև նրա ամենօրյա կյանքը ենթադրում է սոցիալական միջավայրում ընդգրկվածություն: Նրա կենսագործունեությունը պայմանավորող սոցիալական միջավայրը հանդիսանում է բազմաբնույթ ամբողջություն, որտեղ արտահայտվում են անձի հասարակական, տնտեսական, կյուլթական, արժեքային, քաղաքական մոտեցումներն ու դրսևորումները: Արդի մարտահրավերները, տեղի ունեցող անընդհատ փոփոխություններն ու վերակառուցումները, որոնք հաճախ պայմանավորված չեն անձի ցանկություններից, անմիջական ազդեցություն են ունենում նրա կյանքի որակի, պայմանների փոփոխությունների վրա: Տվյալ արտակարգ և նոր իրավիճակներում մարդն ինքնաբերաբար հայտնվում է իր համար անծանոթ պայմաններում և ենթարկվում ազդեցությունների, որոնք ստիպում են փնտրել նոր լուծումներ:

Բնականոն կենսագործունեությունը ենթադրում է նոր սոցիալական պայմաններին, միջավայրին հարմարում, նոր միջանձնային հարաբերությունների հաստատում և գործելու կարողություն:

**«Չարմարում» տերմինի էությունը. միջառարկայական հայացքները խնդրի շուրջ**

Չարմարում հասկացությունն առաջին անգամ կիրառել է Գ. Աուբերգը: Այն բազմանշանակ, միջառարկայական հասկացություն է, որն արտահայտվում է մարդու կյանքի տարբեր մակարդակներում: Որպես միջառարկայական գիտական հասկացություն՝ այժմ էլ գտնվում է գիտական ուսումնասիրությունների կիզակետում: Առանձնացվում են հարմարման տարբեր տեսակներ՝ սոցիալական, կենսաբանական, մասնագիտական, հոգեբանական և այլն: «Չարմարումը» կենսաբանության մեջ բնութագրվում է որպես օրգանիզմի կողմից շրջապատող միջավայրի պայմանների յուրացում, ինչպես նաև օրգան համակարգի աշխատանքի վերակառուցում: Չատկանշական է հարմարման դինամիկ լինելը, քանի որ այն գոյությունը պահպանելու հնարավորություն է տալիս զարգանալու հարցում անկախ միջավայրի պայմանների փոփոխությունից: Փիլիսոփայության և սոցիոլոգիայի տեսանկյունից հարմարումը բնութագրվում է որպես անձի կողմից սոցիալական միջավայրի նորմերի, օրենքների, արժեքների նոր սոցիալական դերերի յուրացում (Ковригина 201):

Չարմարման մեկ այլ նշանակալի տեսակ է սոցիալական հարմարումը, որն արտահայտվում է նոր հասարակական կապերի տիրապետմամբ: Չարկ է նշել, որ այստեղ չի բացառվում կենսաբանական հարմարումը, այլ այն ներառում է իր մեջ՝ որպես կարգավորվող մաս (Ковригина 201-202):

Անձի հարմարման հարցը դիտարկելիս Գ. Անդրեան այն նկարագրում է որպես սոցիալիզացիայի հիմնական մաս և բնութագրում որպես երկակի գործընթաց՝ մի կողմից մարդը յուրացնում է նորմերի, գիտելիքների համակարգը, որը իրեն օգնում է գործել որպես համայնքի լիիրավ անդամ, իսկ մյուս կողմից էլ ակտիվ արտահայտում է սոցիալական կապերը, իրացնում իրեն՝ որպես անձ, միևնույն ժամանակ ազդում այլ մարդկանց կյանքի, իրավիճակների վրա (Долгова 150, Царегородцева и др. 276):

Անձի համար սոցիալական հարմարումն ունի հակասող, պարադոքսալ բնույթ: Այն բնութագրվում է նաև որպես անձի փնտրողական ակտիվություն, անձի ունեցած սահմաններից դուրս գալու վիճակ: Հարկ ենք համարում Նշել, որ Ա. Միրոսլավսկիի պնդմամբ՝ հարմարվող անձը համագործակցում է միջավայրի հետ, որից ելնելով էլ փոխում է իր անձնային որակները, արժեքները, բնութագրերը (Красильников, Константинов 932):

Դիտարկելով անձի և հասարակության միջև հարմարման գործընթացը՝ նկատում ենք, որ մեծ դեր է հատկացվում սոցիալական պայմաններին, նորմերին արժեքներին, տվյալ միջավայրի ավանդույթներին, Նշելով՝ անձի ակտիվության, գործունեության սուբյեկտ լինելու դերը: Հատկանշական է, որ այստեղ հարմարումը դիտարկվում է որպես փոփոխություն, ակտիվություն, զարգացում:

Նման մոտեցում ունի նաև ամերիկացի հայտնի գիտնական Ս. Շիբուտանին և նրա հոգեբանական դպրոցը: Այստեղ մեզ համար հատկապես կարևորվում է այն, որ հարկավոր է հարմարման գործընթացը ուսումնասիրել և մեկնաբանել որպես նոր սոցիալական նորմերին, դերերին հարմարում և տիրապետում (Шибутани 81): Ս. Շիբուտանին սոցիալական հարմարումը սահմանում է որպես սոցիալականացման ձև: Այդ տեսակետը կիսում է նաև Լ. Շպակը: Նա նույնպես կարծում էր, որ սոցիալական հարմարումը իրականացնում է սոցիալականացման գործընթացի գործառույթ (Долгова 149):

Հենց սոցիալական հարմարումը հանդես է գալիս անձի և սոցիալական միջավայրի միջև միջնորդի դերում: Նա նպաստում է նրանց փոխադարձ համաձայնությանը, փոխադարձ զարգացմանը, փոխադարձ բավարարվածությանը:

Ա. Նալչաջյանը, խոսելով սոցիալ-հոգեբանական հարմարման մասին, նշում է, որ այն բերում է սոցիալ-հոգեբանական հարմարվողականության, որն արտահայտվում է անձի և խմբի ներդաշնակ փոխհարաբերություններով. սուբյեկտը առանց երկար տևող ներքին և արտաքին կոնֆլիկտների՝ կարողանում է իրականացնել իր հիմնական գործառույթները ու, մեծամասամբ, կարողանում է համապատասխանել այն սպասումներին, որոնք ունենում է խումբը, և որտեղ գործում է նա: Սրան զուգահեռ անձն ունենում է ներքին հնարավորությունների, ռեսուրսների զարգացում (Налчаджян 69):

Սոցիալ-հոգեբանական հարմարման հարցերին անդրադարձել է նաև Պ. Կուզնեցովը: Նա նկարագրել է հարմարման երեք հիմնական դրույթներ՝ 1. ուսումնասիրել մարդու հարմարման գործընթացը՝ որպես նոր միջավայրի հարմարում, յուրացում, 2. հարմարումը դիտարկել որպես կայուն վիճակ, 3. հարմարումն ուսումնասիրել որպես անձի զարգացում (Гордон 13-15):

Բավականին հետաքրքրական է նաև այն մոտեցումը, համաձայն որի՝ հարմարումը դիտարկվում է անհատի կողմից որպես իր հիմնական գործառույթ, երբ ի հայտ են գալիս դժվարին իրավիճակներ: Սակայն տվյալ ուսումնասիրությունները դեռևս լիարժեք հնարավորություն չեն տալիս՝ գտնելու դժվարին իրավիճակին ավելի հեշտ ու անձի համար շահեկան արձագանքելու մոտեցումներ և մեխանիզմներ (Милославова 13):

Չնայած նրան, որ չկա հստակ առանձնացում, այնուամենայնիվ մենք համարում ենք, որ այստեղ նույնպես կարող ենք խոսել հարմարման, զարգացման բնական փոփոխության մասին:

Է. Դյուրգեյմը ևս սոցիալական հարմարումը բնութագրում է որպես նորմերի յուրացման գործնառից, սակայն նա նաև նշում է հասարակության հարմարման և անհատի հարմարման ամբողջականության մասին՝ դիտարկելով հարմարումն ու սոցիալիզացիան որպես հոմանիշներ (Дюркгейм 65):

Ընդհանրացնելով կարելի է ասել, որ կատարված հետազոտությունները, որոնց ուսումնասիրության կիզակետում են անձ-միջավայր հարաբերությունները, նշում են երկու հիմնական մոտեցումների մասին. անձը մի կողմից փոխում է իրավիճակը, դրա

ընկալումը, մյուս կողմից էլ ինքն է փոփոխվում՝ փոփոխվող իրավիճակից ելնելով: Հարկ ենք համարում նշել, որ չկան ուսումնասիրություններ, որ լիովին և միանշանակ կտան հարմարման բանալին:

**«Հարմարում» եզրույթի գիտական մեկնաբանումը  
հոգեբանության բնագավառում**

Անդրադառնալով նեղ հոգեբանական գիտությանը՝ անհրաժեշտ ենք համարում առանձնացնել Է. Էրիքսոնի մոտեցումը: Է. Էրիքսոնը, նախևառաջ, հարմարումը հասկանում է որպես անձի զարգացում: Ավելի հստակ կարելի է նշել, որ նա դիտարկում է անձի զարգացում դեպի իր Էգո ինտեգրացիա, որն էլ ենթադրում է սեփական անձի մասին բոլոր ունեցած գիտելիքների, տեղեկությունների մի ամբողջականություն: Այն իր մեջ ներառում է երեք մակարդակ, որոնց բարեհաջող անցումը հնարավորություն է տալիս անձին համարել, որ նա ամբողջությամբ ձևավորված է: Հիմնական երեք մակարդակները հետևյալն են՝ այն պետք է ստեղծվի, ստեղծված կերպարը պետք է ընդունված լինի այլոց կողմից, պետք է լինի հետադարձ կապ, որը կտա հնարավորություն՝ ընկալել սեփական նոր անձը: Շրջակա միջավայրն այստեղ մեծ նշանակություն ունի. նրանից է կախված, թե ինչպես է արտահայտվելու անձի անհատականությունը, ինչպես է նա բարեհաջող հաղթահարելու կյանքի ճգնաժամերը (Налчаджян Психологическая адаптация 237):

Մեկ այլ մոտեցում է ներկայացնում Կ. Ռոջերսը՝ կարևորելով անձի սուբյեկտիվ ընկալումը. յուրաքանչյուր մարդ ընկալում է շրջապատող իրականությունը՝ համապատասխան իր սուբյեկտիվ ընկալման, ըստ որի, ներքին աշխարհը հասանելի է միայն իրեն: Հենց այս մակարդակում է անձը արտահայտում կոնգրուենտությունը իր վերաբերմունքով աշխարհի, մարդկանց հանդեպ: Հենց դրանից է կախված արդյունավետ հարմարումը շրջապատող միջավայրում: Սրան հակառակ՝ կոնգրուենտության խախտումը կարող է բերել լարվածության, տագնապանության աճին և հարմարման դժվարություններին: Այստեղ նկատում ենք, որ Է. Էրիքսոնը և Կ. Ռոջերսը բարեհաջող հարմարման հասնելու համար հիմնական շեշտադրումը դնում են անձի անձնային առանձնահատկությունների վրա: Հետաքրքրական է, որ Ա. Մասլոուն դիտում է այս հարցը հակառակ կողմով՝ համարելով, որ մարդը ձգտում է խախտել այդ հավասարակշռությունը, քանի որ անձը ձգտում է անձնային աճի, իսկ երբ հավասարակշռությունն է արտահայտված, այստեղ ինքնաիրականացման ձգտումը կարող է խափանվել: Մասլոուն նշում էր, որ մարդը, բախվելով իր արժեքներին և պատկերացումներին չհամապահասխանող սոցիալական իրականությանը, հայտնվում է կոնֆլիկտային վիճակի մեջ: Այդ վիճակն էլ դրդում է անձին նոր ակտիվության, փոփոխությունների, իրավիճակի հաղթահարման, որն արտահայտվում է անձի և սոցիալ միջավայրի հարմարմամբ (Хьелл, Зиглер 479-506):

Հարմարման հիմնախնդրի հոգեբանական մոտեցումները վերլուծելիս հարկ ենք համարում անդրադառնալ նաև դրդապատճառա-կամային մոտեցման կարևորությանը: Այսպես՝ Շապկինի և Լ. Դիկայայի հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ դրդապատճառա-կամային ռազմավարությունները հարմարման համակարգաձևավորող գործոնն են՝ որոշելով կոգնիտիվ, հուզական, էներգետիկ ակտիվության ինտենսիվությունը և ուղղվածությունը, որն էլ անձին գործունեության է մղում: Մ. Ռոմի կողմից նշվում է, որ հարմարման արդյունավետությունը կախված է տեղեկատվության անհատական մեկնաբանումից: Ցանկացած միջավայրի փոփոխություն բերում է մարդու մոտ այդ իրավիճակի վերաիմաստավորման, նոր քայլերի առաջացման (Красильников, Константинов 935):

Ժամանակակից հոգեբանական դաշտում բավականին խնդրային և առանձնահատուկ է արժեքային կամ արժեքների հարմարման հարցը: Այն բնութագրվում է անհատի մոտ առաջատար արժեքների առանձնացմամբ: Սա էլ իր

հերթին կապված է մշակույթի բարոյահոգեբանական դինամիկային: Միևնույն ժամանակ արժեքային հարմարումը կարող է ունենալ միանգամից մի քանի մշակույթների հետ կապ և տարբեր սոցիալ փոփոխություններ, որոնք ունեն համընդհանուր բնույթ՝ մեծ կախվածություն ունենալով մարդու կենսագործունեության ոլորտից (Трошина 33):

Միանգամայն, դրդապատճառակամային ուսումնասիրությունների հետ մեկտեղ պետք է անդրադառնալ արժեհամակարգային, դիրքորոշումների հարցերին: Այս հետազոտության ուսումնասիրման կիզակետում է նաև ստիպված տեղահանվածների սոցիալ հոգեբանական հարմարման հարցերը: Կատարված հետազոտությունները փաստում են, որ անձի ցածր սոցիալ-հոգեբանական հարմարումը սերտորեն կապված է արժեքների, մոտիվների, դիրքորոշումների անհամընկնության հետ: Հատկանշական է, որ տվյալ գործընթացում կարևորվում է ստիպված տեղահանվածի հարմարումը կյանքի նոր պայմաններին և սոցիալ միջավայրին, մասնավորապես բնիկների հարմարումը տեղահանվածներին: Վ. Կոնստանտինովի կողմից դրական հարմարման եռությունը դիտարկվում է անձի դրական վերաբերմունքից ելնելով, որը ենթադրում է ագրեսիայի մակարդակի իջեցում, վերաիմաստավորում, փոխադրեցություն միջավայրի հետ և կողմնորոշում դրականին, սուբյեկտիվ բավարարվածության զգացում: Դրան հասնելու համար անհրաժեշտ է սոցիալական նոր միջավայրին անձի ներգրավվածությունը, որն էլ իր հերթին կնվազեցնի տարբերությունները: Այստեղ կարևոր է մարդկանց ուղղված վերաբերմունքը՝ տոլերանտություն, բարյացակամություն, ագրեսիվություն և այլն (Константинов 16-21):

Այս արտակարգ իրավիճակում, անձի հոգեբանական ռեսուրսների վերաբաշխման ու կառավարման ժամանակ արտակարգ իրավիճակի կարևոր բաղադրիչ է դառնում հոգեբանական հարմարումը, որովհետև հոգեբանական ռեսուրսների հարմարման ընթացքում անձը ձգտում է հասնել կյանքի և գործունեության ներքին ու արտաքին պայմանների ներդաշնակության, ինչի հետ մեկտեղ աճում է արտաքին միջավայրի պայմաններին անձի հարմարման աստիճանը (Վելյան 75):

Հոգեբանական վերլուծության տեսանկյունից կարևոր է անդրադառնալ նաև հարմարման արտաքին և ներքին ձևերին: Այսպես՝ Ա. Նալչաջյանը հարմարման մասին խոսելիս՝ նշում է, որ այն անհատի կայուն և աղեկվատ արձագանքն է, երբ առաջ են գալիս խնդրային իրավիճակներ: Ա. Նալչաջյանը առանձնացնում է հարմարման երկու ձև՝ արտաքին, երբ անձը սովորում է հարմարվում է արտաքին, օբյեկտիվ խնդիրներին, և ներքին՝ կապված ներքին կոնֆլիկտների և անձի ճգնաժամերի հետ (Налчаджян, Психологическая адаптация 55):

Մեկ այլ հեղինակ՝ Վ Սելիվանովը, առաջ է քաշել սոցիալ-հոգեբանական հարմարման չորս ձև: Նա նշում է, որ մարդու վարքագիծը կյանքի նոր պայմաններում կարող է ունենալ պասիվ և ակտիվ դիրքորոշում: Պասիվի դեպքում կա ներքին համաձայնեցվածություն սեփական գործողությունների և այլոց հետ: Ակտիվի դեպքում՝ մարդը նախ ձգտում է հասկանալ մարդկանց և ձեռք բերել վստահություն, հետո էլ սեփական նպատակներով ազդել նրանց վրա: Չգուշավոր դիրքորոշումը ենթադրում է մարդկանց և ստեղծված իրավիճակի զգուշավոր ուսումնասիրում: Չորրորդը պարզ հարմարումն է, որը բնութագրվում է ավելի ուժեղի կողմից աջակցության ձգտմամբ, նրա հովանու տակ լինելով: Ինչպես նկատում ենք, մարդու արձագանքը ստեղծված նոր պայմաններում կարող է բնութագրվել հարմարման բոլոր տեսակներով, սակայն ոչ բոլորն են միանշանակ նպաստում անձի աճին, զարգացմանը (Селиванов 283-285):

Հետաքրքրական է նաև Մ. Դյաչենկոյի և Դ. Կադիբովիչի մոտեցումը, համաձայն որի, հարմարման գործընթացը կարելի է անվանել ճանաչողական փուլ, երբ մարդը

սովորում է վարքի նոր ձևեր, նոր խնդիրների ներքին ընդունում և դրանք լուծելու գործունեության նոր պայմանների ստեղծում (Дьяченко и др.69):

### Եզրահանգումներ

Այսպիսով՝ կատարելով անձի սոցիալ-հոգեբանական հարմարման հիմնախնդրի բազմակի մոտեցումների վերլուծություն, կարող ենք ասել, որ հարմարումն անձի հոգեկանի, արտաքին միջավայրի ազդեցությունների, փոփոխությունների արձագանքն է: Մարդու կյանքում հարմարումը դիտարկվում է որպես բնական գործընթաց, որն առաջ է գալիս կյանքի պայմանների փոփոխություններով պայմանավորված: Հարմարումը մարդու կյանքի անբաժան մասն է: Օրվա մեջ մենք բազմիցս ստիպված են ցուցաբերել հարմարում կյանքի փոքր և մեծ իրավիճակներին, իրադարձություններին: Հարմարումն ամբողջական և համակարգված գործընթաց է: Այն անձի ներքին և արտաքին, սուբյեկտիվ և օբյեկտիվ փոփոխությունների արդյունք է, որն էլ տեղի է ունենում շրջակա միջավայրի ազդեցության հետևանքով՝ իր հերթին փոխելով նաև միջավայրը: Հարմարումը ենթադրում է մարդու ողջ օրգան համակարգի, կենսագործունեության, կյանքի նոր պայմանների, ինքնակարգավորման, հուզական դրսևորումների կարգավորման մի դինամիկ համակարգ-գործընթաց, որտեղ նշանակալի է հարմարվելը փոփոխություններին և դրա դիտարկումը որպես անձի զարգացում: Այստեղ մի կողմից սոցիալական դերերի, նորմերի յուրացումը հարմարման բանալին է, մյուս կողմից էլ անձի զարգացումն է դիտարկվում որպես դրական հարմարում:

Ամփոփելով, կարող ենք ասել, որ չնայած վերը թվարկած բազմաթիվ արժեքավոր հետազոտությունների, դեռ հոգեբանական գիտության մեջ չկա հարմարում հասկացության լիարժեք և ամբողջական սահմանում և բնութագիր:

Այսպիսով, ինչպես տեսնում ենք հարմարումը երկկողմանի բարդ բազմաշերտ գործընթաց է, որը դեռ ուսումնասիրման կարիք ունի:

### ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Վեյլան, Արթուր, «Անձի հոգեբանական հարմարման մեխանիզմները արտակարգ իրավիճակներում», *Բանբեր Երևանի համալսարանի. Փիլիսոփայություն, Հոգեբանություն*, 2019 № 3 (30), էջ 74-79:
2. Гордон, Леонид. «Социальная адаптация в современных условиях». *Социологические исследования*, № 4, 1994, стр. 13-15.
3. Долгова, Валентина. «Адаптация как научно-исследовательский феномен: сущность и содержание». *Молодой ученый*, № 9 (9), 2009, стр. 149-152.
4. Дьяченко, Михаил. Кандыбович, Лев. *Психологические проблемы готовности к деятельности*. Минск: БГУ, 1976. с. 175.
5. Дюркгейм, Эмиль. *Социология*. Ее предмет, метод. М. Канон, 1995. стр. 352.
6. Ковригина, Ирина. «Социально-психологическая адаптация: сущность, виды и стадии формирования». *Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук*, № 9, 2009, стр. 201–205.
7. Константинов, Всеволод. «Социально-психологическая адаптация вынужденных мигрантов в условиях диффузного или компактного проживания». *Психологический журнал*, Т. 26. № 2, 2005, стр. 16 - 21.
8. Красильников, Игорь, Константинов, Всеволод. «Социально-психологическая адаптация личности и стратегии разрешения внутренних конфликтов». *Известия Самарского научного центра РАН*, № 4-4, 2009, стр. 932- 937.
9. Милославова, Ирина. «Адаптация как социально-психологическое явление». *Социальная психология и философия*. Изд-во «Мысль», 1973. стр. 111-120.

10. Налчаджян, Альберт. *Социально-психическая адаптация личности: (Формы, механизмы и стратегии)*. Изд-во АН Армянской ССР, Ереван, 1988, 69 с.
11. --- *Психологическая адаптация: Механизмы и стратегии*. СПб., Эксмо, 2012, 237 с.
12. Селиванов, Владимир. «Взаимоотношения в малой группе и волевая активность». *Материалы III Всесоюзного съезда Общества психологов СССР*, в 5 т., Т. 3. Вып. 1, М., 1968, стр. 283-285.
13. Трошина, Надежда. «Виды адаптации современного человека: социально-философский анализ проблемы». *Известия Сарат. ун-та. Нов. Сер. Философия. Психология. Педагогика*, Т. 14, 2014, стр. 32-34.
14. Хьелл, Ларри и Зиглер, Дэниел. *Теории личности*. «Питер», Санкт - Петербург, 2008, 607 с.
15. Царегородцев, Геннадий, Георгиевский, Александр и др. *Философские проблемы теории адаптации*. Изд-во «Мысль», Москва, 1975, 276 с.
16. Шибутани, Тамотсу. *Социальная психология*. Феникс, Ростов- на- Дону, 1999, 544 с.

#### WORKS CITED

1. Velyan, Art'ur. «*And'i hokebanakan harmarman mexanizmneri' artakarg iravitwaknerum*»: «Banber Erevani hamalsarani. P'ilisop'ayut'yun, Hokebanut'yun», № 3 (30) e'j 74-79. [*Mechanisms of Psychological Adaptation of a Person in Emergency Situations* Articles of Yerevan University. Philosophy, Psychology", No. 3 (30) pp 74-79] 2019. (In Armenian)
2. Gordon, Leonid. *Social'naja adaptacija v sovremennyh uslovijah. Sociologicheskie issledovanija.* № 4. s 13-15. [*Social Adaptation in Modern Conditions. Sociological research*. No. 4. pp. 13-15.] 1994. (In Russian)
3. Dolgova, Valentina. *Adaptacija kak nauchno-issledovatel'skij fenomen: sushhnost' i sodержanie*. Molodoj uchenyj. № 9 (9). s 149-152. [*Adaptation as a Scientific Research Phenomenon: Essence and Content*. Young scientist. No. 9 (9). pp. 149-152] 2009. (In Russian)
4. D'jachenko, Mihail. Kandybovich, Lev. *Psihologicheskie problemy gotovnosti k dejatel'nosti*. Minsk: BGU., S. 175. [*Psychological Problems of Readiness for Activity*. Minsk: BSU, P. 175] 1976. (In Russian)
5. Djurkgejm, Jemil'. *Sociologija. Ee predmet, metod*, M. Kanon, pp. 352 [*Sociology. Its subject, method*, M. Kanon, P. 352] 1995. (In Russian)
6. Kovrigina, Irina. *Social'no-psihologicheskaja adaptacija: sushhnost', vidy i stadii formirovanija*. Aktual'nye problemy gumanitarnyh i estestvennyh nauk. № 9 s. 201–205. [*Socio-Psychological Adaptation: Essence, Types and Stages of Formation*. Current problems in the humanities and natural sciences. No. 9. pp. 201–205] 2009. (In Russian)
7. Konstantinov, Vsevolod. *Social'no-psihologicheskaja adaptacija vynuždennyh migrantov v uslovijah diffuznogo ili kompaktnogo prozhivanija*. Psihologicheskij zhurnal. T. 26. № 2. S. 16 - 21. [*Socio-Psychological Adaptation of Forced Migrants in Conditions of Diffuse or Compact Living*. Psychological Journal. T. 26. No. 2. P. 16 - 21.] 2005. (In Russian)
8. Krasil'nikov, Igor', Konstantinov, Vsevolod. *Social'no-psihologicheskaja adaptacija lichnosti i strategii razreshenija vnutrennih konfliktov*. Izvestija Samarskogo nauchnogo centra RAN. № 4–4. S. 932- 937. [*Socio-Psychological Adaptation of Personality and Strategies for Resolving Internal Conflicts*. News of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. No. 4–4. pp. 932-937] 2009. (In Russian)
9. Miloslavova, Irina. *Adaptacija kak social'no-psihologicheskoe javlenie .Social'naja psihologija i filosofija*: Izd-vo «Mysl'», S. 111-120. [*Adaptation as a Socio-Psychological*

*Phenomenon. Social psychology and philosophy*: Mysl Publishing House, pp. 111-120. ] 1973. (In Russian)

10. Nalchadzhan, Al'bert *Social'no-psihicheskaja adaptacija lichnosti: (Formy, mehanizmy i strategii)*. Erevan: Izd-vo AN Armjanskoj SSR, pp 69. [*Socio-Psychic Adaptation of Personality: (Forms, mechanisms and strategies)*. Yerevan: Publishing House of the Academy of Sciences of the Armenian SSR, 69 p.] 1988. (In Russian)

11.--- Psihologicheskaja adaptacija: *Mehanizmy i strategii*. SPb.: Jeksmo,S.237. [*Psychological adaptation: Mechanisms and Strategies*. St. Petersburg: Eksmo, 237 p.] 2012. (In Russian)

12.Selivanov, Vladimir. *Vzaimootnoshenija v maloj gruppe i volevaja aktivnost'*. Materialy III Vsesojuznogo s#ezda Obshhestva psihologov SSSR: V 5 t. M., T. 3. Vyp. 1. S.. 283-285. [*Relationships in a small group and volitional activity*. Materials of the III All-Union Congress of the Society of Psychologists of the USSR: In 5 volumes. M.,Vol. 3. Issue. 1. pp. 283-285 ] 1968. (In Russian)

13.Troshina, Nadezhda. *Vidy adaptacii sovremennogo cheloveka:social'no-filosofskij analiz problemy*. Izvestija Sarat. un-ta. Nov. Ser. Filosofija. Psihologija. Pedagogika. T. 14 s. 32-34.[ *Types of Adaptation of Modern Man: Socio-Philosophical Analysis of the Problem*. Izvestia Sarat. un-ta. New Ser. Philosophy. Psychology. Pedagogy. T. 14 p. 32-34] 2014. (In Russian)

14. H'ell, Larri. Zigler, Djeniel.*Teorii lichnosti*. Sankt - Peterburg: «Piter», s. 607. [*Theories of Personality*. St. Petersburg: "Peter", 607 p. ] 2008. (In Russian)

15. Caregorodcev, Gennadij.Georgievskij, Aleksandr i dr. *Filosofskie problemy teorii adaptacii*. Moskva Izd-vo Mysl', s. 276. [*Philosophical Problems of the Theory of Adaptation*. Moscow Mysl Publishing House, 276 pp.] 1975. (In Russian)

16.Shibutani, Tamotsu.*Social'naja psihologija*. Feniks, Rostov na Donu S.544 [*Social Psychology*. Phoenix. Rostov-on-Don, 544 p. ] 1999. (In Russian)

## THE PHENOMENON OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF A PERSONALITY IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY CHALLENGES

**SVETLANA HARUTYUNYAN**

*Yerevan State University, Faculty of Philosophy and Psychology,  
Department of Personality Psychology,  
Doctor of Psychological Sciences, Professor,  
Yerevan, the Republic of Armenia*

**LILIT KARAPETYAN**

*Yerevan State University, Faculty of Philosophy and Psychology,  
Department of Personality Psychology, Lecturer,  
Yerevan, the Republic of Armenia*

The purpose of this article is to analyze the theoretical underpinnings of social-psychological adaptation. One of our tasks is to identify the concepts and characteristics of various types of adaptation through scientific inquiry employing a pre-subject approach. Adaptation is recognized as a pivotal process in the normal, harmonious development and life activity of individuals. This study was carried out using the method of theoretical analysis of literature. The central issue is examined within the framework of diverse psychological perspectives, with particular emphasis on both fundamental and specific definitions. According to significant social, economic, and political changes and challenges of our time, this study holds immense importance. It places an individual at



the forefront of active life changes, fostering innovation and personal growth. Another task of our study is to observe the person in a new environment, to bring out the forms of social-psychological adaptation of the person.

The article concludes that during the adaptation, individuals not only engage as active participants in changes but also become integral members of groups, embracing and embodying group norms and expectations. It is a process that is characteristic of every person in different situations and conditions of life. All this happens with the internal and external changes of the person.

**Key words:** *adaptation, social adaptation, psychological adaptation, personality-environment, personality-development, changes, types of adaptation, positive adaptation.*

## ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ В КОНТЕКСТЕ ВЫЗОВОВ СОВРЕМЕННОСТИ

**СВЕТЛАНА АРУТЮНЯН**

*профессор кафедры психологии личности факультета философии и психологии Ереванского государственного университета, доктор психологических наук, г. Ереван, Республика Армения*

**ЛИЛИТ КАРАПЕТЯН**

*преподаватель кафедры психологии личности факультета философии и психологии Ереванского государственного университета, г. Ереван, Республика Армения*

Целью данной статьи является анализ теоретических основ изучения проблемы социально-психологической адаптации личности. Одной из задач работы является, в ходе научного исследования, на основе междисциплинарного подхода выявить характеристики концепции видов адаптации. Адаптация личности является одним из важнейших факторов благополучного, естественного развития и жизнедеятельности личности. Данное исследование проведено с использованием метода теоретического анализа литературы по данной проблеме. Она проанализирована в контексте различных психологических подходов; выявлены ее фундаментальные и частичные определения. В связи с современными социальными, экономическими, политическими глобальными изменениями и вызовами, данное исследование может иметь большое значение, становясь инструментом для кардинальных перемен в жизни личности, позволяя ей, созидать и развиваться. Другой задачей данной работы является исследование личности в новой среде, выявление социально-психологических видов адаптации личности.

В статье делается вывод о том, что в процессе социальной адаптации человек является активным участником изменений, происходящих в его жизни, а также становится членом социальной группы, соблюдая при этом ее нормы и требования. Адаптация является процессом, характерным для каждой личности в разных сферах жизнедеятельности и в различных условиях. Все вышесказанное происходит на фоне внешних и внутренних изменений личности.

**Ключевые слова:** *адаптация, социальная адаптация, психологическая адаптация, личность-среда, личность-развитие, изменения, виды адаптации, позитивная адаптация.*