

УДК 159.9

Левченко Вікторія Володимирівна – кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії і освіти дорослих Центрального інституту післядипломної педагогічної освіти (м. Київ, Україна)

E-mail: vika_levchenko69@ mail.ru

АКТУАЛІЗАЦІЯ РЕСУРСІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНОЇ АДАПТАЦІЇ В СИТУАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ЗМІН

Анотація. У статті представлено аналіз сучасних підходів до визначення процесу адаптації особистості як інтегрального поняття. Визначено поняття ресурсів особистості, які впливають на успішність професійно-особистісної адаптації, виступають в ролі детермінант вибору продуктивних стратегій реагування. Простежено зв'язок ресурсів і ефективності адаптаційного процесу в період змін. Проведений аналіз дає підстави наголосити необхідність застосування соціально-психологічних методів підтримки особистості в ситуації життєвих змін.

Ключові слова: адаптація, професійно-особистісна адаптація, ідентичність, професійна мобільність, ресурси, ситуація життєвих змін.

Levchenko Viktoriya Vladimirovna – candidate of philosophical sciences, docent, associate professor at the department of philosophy and adult education Central Institute of Postgraduate Education (Kiev, Ukraine).

E-mail: vika_levchenko69@ mail.ru

RESOURCES UPDATING IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL AND PERSONAL ADAPTATION IN A SITUATION OF LIFE CHANGE

Abstract. *The analysis of modern approaches to the definition of the process of adaptation of the personality as an integrated concept present in this article. Define the concept of resources of the individual that influence the success of vocational and personal adjustment and act as determinants of the choice of productive strategies of response. The relationship of resources and efficiency of the adaptation process in a period of change are tracked here. This analysis gives reason to emphasize the necessity of application of socio-psychological methods of personality support in a situation of life changes.*

Key words: *adaptation, social adaptation, identity, professional mobility, resources, situation of life changes.*

Левченко Виктория Владимировна – кандидат философских наук, доцент кафедры философии и образования взрослых Центрального института последипломного педагогического образования (г. Киев, Украина)

E-mail: vika_levchenko69@ mail.ru

АКТУАЛИЗАЦИЯ РЕСУРСОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ АДАПТАЦИИ В СИТУАЦИИ ЖИЗНЕННЫХ ПЕРЕМЕН

Аннотация. *В статье представлен анализ современных подходов к определению процесса адаптации личности как интегрального понятия. Определено понятие ресурсов личности, которые влияют на успешность профессионально-личностной адаптации, выступают в роли детерминант выбора адаптивных стратегий реагирования. Прослежена взаимосвязь ресурсов и эффективности адаптационного процесса в период перемен. Проведенный анализ дает основания подчеркнуть необходимость применения социально-психологических методов поддержки личности в ситуации жизненных перемен.*

Ключевые слова: адаптация, социальная адаптация, идентичность, профессиональная мобильность, ресурсы, ситуация жизненных перемен.

Постановка проблеми. Дослідження процесів адаптації особистості останнім часом набуває все більш розвиненої й систематизованої форми. Причинами звернення до означеної проблеми є соціальні трансформації, нестабільність структури суспільства, кризові явища, які відбуваються протягом останнього часу, які відображається у визначеннях «вислизаючий світ» (Е. Гідденс), епоха «нової невизначеності» (Ю. Хабермас), «кінець знайомого світу» (І. Валлерстайн). Постійні трансформації в суспільстві стимулюють людей до безперервного розвитку, бажанню, з одного боку, відповідати вимогам соціуму, з іншого, зберегти власну індивідуальність. Ця ситуація вимагає глибокого ступеня знання людиною себе, власних потенційних можливостей, які спонукають її до «саморуку» і «самопобудови» особистості. Дослідження ученими (Г.О. Балл, С.Д. Максименко, А.А. Налчаджян, Л.Е. Орбан-Лембрик, Б.Д. Паригіна та ін.) адаптаційних процесів стають підґрунтям запропонованої роботи. Сучасний погляд на проблему адаптації особистості розглядає процес адаптації в різних смислових площинах: життєдіяльності, ситуації невизначеності, самореалізації, психологічної стійкості тощо. Актуальність питань адаптації посилюється необхідністю виробітки соціально-психологічних методів підтримки, яка базується на теоретико-методологічних засадах: теорії об'єктних відносин (Д. Віннікотт, М. Кляйн, О. Кернберг, М. Балінт); еґо-психологія (А. Фрейд, Е. Еріксон); теорії розвитку, інстинктів в психоаналізі (З. Фрейд, К. Абрахам); гуманістичний психоаналіз (Е. Фромм, К. Хорні); екзистенційно-гуманістична психологія та психотерапія (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл); арт-терапія.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ситуація змін – це ситуація зміни фактичних і гіпотетичних структур, ідентичності людини, «зміни якості її присутності в полі нездійснених можливостей» (Виготський, 1982). Підвищену увагу викликає дослідження адаптації особистості в кризовий період життя і

пошук шляхів адаптивних стратегій виходу з важких ситуацій (Ф.Е. Василюк, А.Б. Мулдашева, Н.С. Хрустальова і ін.). В рамках вивчення адаптації до екстремальних умов розглядається здатність людини до тимчасової мобілізації психічних ресурсів. Вагомим є розгляд адаптивності особистості в концепції життєвого шляху (К.А. Абульханова-Славська; Л.І. Анциферова; Л.Ф. Бурлачук). Актуальними є сучасні дослідження, що стосуються процесу адаптації особистості в ситуації вимушеної міграції (В.К. Каліменко, О.А. Кравцова, Г.У. Солдатова). У працях зарубіжних і вітчизняних вчених ситуації, в яких суб'єкт стикається з неможливістю реалізації внутрішніх мотивів, прагнень, цінностей відносяться до критичних ситуацій [2], що викликають певні переживання. Проблема зміни життєвої ситуації вивчалася також з позиції ситуаційного підходу [3], результати дослідження якого дозволяють зробити висновки про істотну роль в прийнятті рішень оцінки майбутньої часової перспективи з точки зору її потенціальних можливостей.

Перебування людини в ситуації життєвих змін супроводжується пошуком нових смислів, нових цілей та стратегій їх досягнення, а складні життєві обставини вимагають життєвого вибору і спонукають до прийняття нестандартних рішень. Тому, на сьогодні перед науковцями постала проблема теоретико-прикладного розгляду проблеми адаптації особистості як свідомого процесу становлення в період життєвих змін. Актуальним, на нашу думку, є дослідження зв'язку ресурсів та адаптаційних стратегій поведінки особистості в ситуації змін.

Мета статті – здійснити аналіз ресурсів у процесі професійно-особистісної адаптації в період життєвих змін.

Результати дослідження. Алгоритми подолання складних особистих ситуацій в психології описуються в категоріях психологічних захистів, копінг-стратегій, стратегій поведінки. Найвища стадія формування реакцій – стадія самоактуалізації особистості. Проходячи її, суб'єкт отримує досвід проживання складних ситуацій, оволодіває нею, починає сприймати складності як позитивний аспект свого життя, що дозволяє отримувати користь для

майбутнього, особистісно зростати. Складні ситуації більш не розглядаються як перепони, проте, в них бачать фасилітуючі фактори самореалізації [2].

В цілому можна стверджувати, що вибір людини щодо зміни життєвої ситуації ґрунтується більш на життєвій позиції, її установках і системі цінностей, ніж на поведінкових навичках і поведінковій готовності до змін. Таким чином, життєва ситуація займає певне місце в суб'єктивній картині світу особистості. Важливою є диференціація поведінки особистості залежно від складності ситуації. Так, у найпростіших ситуаціях поведінка людини детермінована афективними диспозиціями, в більш складних - соціальними установками, які включають когнітивний, афективний і поведінковий компоненти. Зокрема, у найбільш значущих ситуаціях поведінка особистості, з одного боку, детермінується системою її ціннісних орієнтацій, з іншого, структура «життєвих смислів» вибудовується завдяки поведінковим стратегіям, які пройшли крізь життєвий досвід і діяльність, виявили свою ефективність, закріпились як ціннісні утворення образу «Я» і здатні до регуляції активності особистості.

Проблема адаптаційних процесів поширюється в різних наукових напрямках. Зокрема, актуальним є біхевіористський підхід до визначення адаптації як процесу змін (психологічних, соціальних, культурних) з метою виживання індивідів або груп. Зміна поведінки набуває адаптивного характеру через учіння, а навчання вважають найважливішим фактором успішності адаптації особистості. Проте особистісні зміни, які відбуваються в процесі адаптації залишаються поза уваги.

Іншим є визначення адаптації в психоаналітичному підході, в якому взаємодія між особистістю і вимогами середовища має конфліктний характер. Сприйняття середовища як ворожого визиває тривогу і захисні реакції у особистості [5]. Але розвиток сфери Я (мислення, мова, творчість тощо) позбавляє напруженого стану особистість, полегшуючи її соціальну адаптацію і соціалізацію. Отже, усвідомлення конфлікту та неадекватності поведінки

особистості має ресурсний характер, є адаптаційним потенціалом особистості у пошуку нових адаптаційних стратегій.

Зміни відчуваються людиною як стан невизначеності, де втрачається своє місце в світі, а існування в контексті стрімких соціально-економічних змін стає фрагментованим. Уявлення людини про себе «розсипаються на ряд моментальних знімків, кожен з яких повинен викликати в уяві, нести і висловлювати власне значення, частіше не залежне від сусіднього кадру» [1]. Виходом з такої ситуації стає особистість з автентичним незалежним «Я». Забезпечення цілісності, тотожності відбувається завдяки еґо-ідентичності, яка виконує адаптивну і захисну функцію. Подолання кризи є складним довготривалим і індивідуальним процесом, оскільки на нього впливають минулий професійно-особистісний досвід, індивідуальні якості і стан людини, обставини життя в цілому.

Адаптація, як пристосування індивіда до умов середовища, на думку сучасних науковців (К.О. Абульханова-Славська, Р.Л. Аткинсон, Г.О. Балл, І.С. Кон, О. Реан), залежить від суб'єктивного сприймання змін в навколишньому світі: їх кількості, швидкості, новизни, невизначеності, інформаційного перевантаження. Отже, людина в ситуації змін стикається з проблемою «надлишкової свободи» (Л.С. Пілецька), надмірного вибору цілей, цінностей, ідентичностей тощо. Надзвичайно швидкі зміни можуть призводити до зниження професійної мобільності особистості [4], як наслідок – порушення механізму адаптації, що призводить до кризи ідентичності особистості. Це суб'єктивно відчувається як «втрата себе», неспроможність адаптуватися до нових обставин, криза між вимогами нової ситуації і попередніми установками. Совладіння з ситуацією можливо завдяки професійній мобільності особистості у певному професійному середовищі.

Отже, професійне становлення фахівця супроводжується кризовими явищами, як показника його динамічного розвитку, результатом якого є новий досвід, нові смисли ситуації, бажання до саморозвитку в новому напрямі, мобільність фахівця. Сам же процес професійно-особистісної адаптації в

критичних умовах потребує від особистості виявлення зусиль, психологічних ресурсів та соціальної підтримки.

Дослідження професійної адаптації особистості пов'язані з поняттям самовизначеності: здатністю ставити і обирати цілі, цінності, переконання. Залежно від обраних цілей, цінностей у процесі адаптації виокремлюють декілька стратегій: 1) суб'єктно-ціннісна – базується на ціннісному ставленні до окремих здібностей, властивостей, які довели свою адаптивність у різних життєвих ситуаціях; 2) ситуативно-адаптивна – будується залежно від ситуації і тому суб'єкт має декілька образів «Я» у соціальному середовищі; 3) стратегія типового розвитку – застосовується відповідно доцільного зразка. Цей вибір актуалізується в періоди кризи ідентичності, визначає смисл існування особистості і залежить від індивідуальних якостей особистості та її минулого досвіду.

Розглядаючи процес соціально-психологічної адаптації, варто врахувати, що можлива різна ступінь її успішності (І.А. Милославська): 1) збалансованість – взаємотерпимість до поведінки та цінностей особистості і соціального середовища; 2) псевдоадаптації – зовнішня пристосованість до середовища разом з внутрішнім негативним відношенням до нього; 3) пристосовність – прийняття особистістю норм, вимог та цінностей середовища. Таким чином, ступінь успішності процесу соціально-психологічної адаптації визначається соціальною ситуацією, що складається в суспільстві, і індивідуально-психологічними особливостями особистості.

Отже, на соціально-адаптивний процес особистості можна впливати, по-перше, з боку соціальних інститутів, по-друге, у руслі самоуправління, коли особистість виступає «суб'єктом управління власного Я», що передбачає критичне само ставлення, відповідальність за своє життя.

Знання адаптаційних механізмів спонукає до визначення проблеми ресурсів особистості, які в досвіді суб'єкта пов'язуються з позитивним ефектом діяльності і поведінки, впливаючи на успішність. Ресурси виступають в ролі «детермінант», «факторів», «умов» (за Б.Ф. Ломовим) вибору продуктивних

стратегій реагування, ефективності адаптаційного процесу. Таким чином, можна виокремити ресурси в період професійно-особистісної адаптації: ресурси – властивості суб'єкта; ресурси – стани і якості представників соціального оточення, партнерів; ресурси – умови соціального середовища. В ході дослідження виявлено наступні закономірності щодо зв'язку ресурсів і ефективності професійно-особистісної адаптації в ситуації змін:

- сприйнятливість до умов соціального середовища: індивіди з найменшими показниками сприйнятливості характеризуються ознаками професійних деструкцій, деформацій, захворюваннями;

- репертуар, спектр, зміна окремих ресурсів: успішність адаптації визначається більшою кількістю використаних ресурсів (розширення спектру адаптаційної поведінки) та невеликою значущістю окремих видів ресурсів, що знижує їх конкурентність і розширює можливість їх використання;

- професійна компетентність, здатність до навчання, широта життєвих інтересів, інтелектуальна працездатність сприяє різноманіттю адаптаційних стратегій поведінки;

- ресурси соціальних відносин залежать від віку: від 20 до 30 років – головна роль належить матері, дітям; від 30 до 45 років – провідна роль в адаптації належить колегам, партнерам; від 50 до 65 років – центральна роль в адаптації належить родинним і дружнім відносинам.

Отже встановлений зв'язок ресурсів і ефективності професійно-особистісної адаптації в період змін підкреслює необхідність вироблення соціально-психологічних методів підтримки особистості в ситуації життєвих змін.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Здійснений аналіз дає підстави вважати, що успішна професійно-особистісна адаптація в період змін призводить до вибору адаптивних стратегій поведінки, самореалізації, відродження цінностей, успішного застосування методів психологічної допомоги в кризових ситуаціях по відновленню життєвих смислів.

З огляду на дослідження феномену ідентичності особистості в ситуації змін, можна стверджувати, що особистісна ідентичність стає інтегральним ціннісно-смысловим утворенням, яке визначає стратегію взаємодії з соціальним середовищем і є важливим ресурсом в складних ситуаціях невизначеності. Подальше вивчення ідентичності пов'язано з проблемою відновлення цілісності особистості, забезпеченням почуття позитивної ідентичності в стані нестійкості, тривоги та розгубленості.

Література

1. Бауман З. Индивидуализированное общество: пер. с англ. / под ред. В. Л. Иноземцева / З. Бауман. – М.: Логос, 2002. – 390 с.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 200 с.
3. Гришина Н. В. Психология социальных ситуаций / Н. В. Гришина // Психология социальных ситуаций: хрестоматия / сост и общ. ред. Н. В. Гришиной. – СПб. : АСТ, 2001. – С. 19-23.
4. Пілецька Л. С. Психологічна сутність професійної мобільності особистості / Л. С. Пілецька // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – К. : Вид-во «ЛАДО», 2013. – Т.1. – Вип. 40. – С. 368–371.
5. Райх В. Анализ личности / В. Райх ; пер. с нем. С. Ю. Романюк. – М. : КСП+ ; СПб. : Ювента, 1999. – 333 с.

Матеріал надійшов до редакції _31_.10_.2016__р

Bibliography

1. Bauman Z. Individualized Society: per. s angl. / pod red. V. L. Inozemceva / Z. Bauman. – M.: Logos, 2002. – 390 s. (in Russian)
2. Vasiljuk F. E. Experiences Psychology: An Analysis of overcoming critical situations / F. E. Vasiljuk. – M. : MGU, 1984. – 200 s. (in Russian)
3. Grishina N. V. Psychology of social situations / N. V. Grishina // Psihologija social'nyh situacij : hrestomatija / sost i obshh. red. N. V. Grishinoj. – SPb. : AST, 2001. – S. 19-23. (in Russian)

4. Pilec'ka L. S. Psychological nature of professional mobility personality / L. S. Pilec'ka // Actual problems of psychology: zb. nauk. prac' Instytutu psychologii' imeni G. S. Kostjuka NAPN Ukraï'ny. – K. : Vyd-vo «LADO», 2013. – T.1. – Vyp. 40. – S. 368–371. (in Ukrainian)

5. Rajh V. Analysis of personality / V. Rajh ; per. s nem. S. Ju. Romanjuk. – M. : KSP+ ; SPb. : Juventa, 1999. – 333 s. (in Russian)