

СПЕЦИФІКА АДАПТАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗА УМОВ СУСПІЛЬНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ

У статті йде мова про особливості адаптаційної поведінки особистості за умов суспільних трансформацій, що відбуваються в Україні протягом останніх кілька десятиліть років. У статті не представлені універсальні стратегії, типи чи форми адаптаційної поведінки, адже, на думку авторів, вони не можливі, з огляду на те, що адаптаційна стратегія кожної людини унікальна. Натомість у статті пропонуються деякі засоби, що мають полегшити і оптимізувати пошук індивідуальної адаптаційної моделі.

Ключові слова: адаптація, адаптованість, соціальна адаптація, соціалізація, дезадаптація, адаптаційний стрес, суспільні трансформації, змінність суспільства, соціально-економічна криза, локус контролю, соціальний інтелект.

В статье идет речь об особенностях адаптационного поведения личности в условиях общественных трансформаций, которые происходят в Украине на протяжении последних нескольких десятилетий. В статье не представлены универсальные стратегии, типы или формы адаптационного поведения, поскольку, по мнению авторов, они не возможны, учитывая то, что адаптационная стратегия каждого человека уникальна. Однако в работе предлагаются некоторые способы облегчения и оптимизации поиска индивидуальной адаптационной модели.

Ключевые слова: адаптация, адаптированность, социальная адаптация, социализация, дезадаптация, адаптационный стресс, общественные трансформации, социально-экономический кризис, локус контроль, социальный интеллект.

The article refers to the features of adaptive behavior of individuals under conditions of social transformations taking place in Ukraine over the past several decades. The article does not incorporate universal strategies, types or forms of adaptive behavior, as the authors are not possible, given that the adaptive strategy of each person is unique. Instead, the article offers some features that should facilitate and optimize the search for individual adaptation model.

Key words: adaptation, social adaptation, socialization, disadaptation, stress adaptation, social transformation, community variability, socio-economic crisis, locus of control, social intelligence.

Постановка проблеми. Протягом останніх двадцяти років науковці гуманітарної спрямованості (соціологи, соціальні психологи та філософи) намагаються описувати, аналізувати та прогнозувати суспільні трансформації, які розпочалися на пострадянському просторі після розпаду СРСР і тривають досі. Треба відзначити, що означена тематика є постійно актуальною завдяки двом речам: неоднозначність трансформаційних процесів (конструктивність, деструктивність), динамічний характер суспільних трансформацій (трансформації тривають і постійно дають матеріал для нових досліджень та нового аналізу).

Сучасні українці стали свідками цілої низки взаємопов'язаних суспільно-економічних зрушень, які не просто мали місце, а безпосередньо (іноді

катастрофічно) вплинули на їх свідомість та суспільне гараздвання, зокрема матеріальне становище. Першим таким зрушенням, звісно, є розпад СРСР з ейфорією та сподіваннями «до» та макроекономічним і соціальним шоком «після». Так, на думку Ольги Куценко, «вже в перші роки постсоціалістичного розвитку під впливом глибокої економічної кризи, падіння рівня і якості життя, марних надій на швидке зростання добробуту всім постсоціалістичним країнам довелося пережити розчарування, руйнування віри в ідеали, різкі зрушення в соціальних і політичних настроях» [2, с. 19]. Наслідком такої економічної та світоглядної кризи став пік падіння обсягу виробництва у 1998 на 60 % порівняно з 1989 роком, з огляду на це спостерігалось різке

зростання соціальної та економічної нерівності, поляризація суспільства, безробіття. У владі в цей час панує корумпованість, хаотична приватизація, регресія до авторитарно-патерналістських відносин у політиці та економіці, що неминуче призвело до ще більшого зубожіння населення, наростання протестних настроїв. Ці настрої увінчалися «помаранчевою революцією» 2004 року, яка, на жаль, не справдила сподівань українського суспільства, та про результати якої сучасні українці висловлюються у сумнівно-песимістичних тонах. І нарешті, починаючи з 2008-го року, мала місце ціла череда хвиль глобальної економічної кризи, від яких значно постраждали пересічні українці. Це лише короткий перелік тих локальних та глобальних, суспільно-політичних змін, до яких громадянам українського суспільства доводиться адаптуватися швидко та одночасно.

В умовах постійної змінності соціальних структур неабиякої значущості набувають адаптаційні можливості особистості. Адже неважливо, що саме несе в собі та чи інша суспільна новація – позитив чи небезпека. Вона потребує адаптації щонайменш та інтеріоризації в найліпшому варіанті. Наявність потужних адаптаційних можливостей дозволяє особистості гараздзування і унеможливує маргінальність та соціальне відчуження. Зауважимо, сучасна особистість повинна вміти не просто адаптуватись до нових умов (як це було завжди), а вміти адаптуватись постійно, адже суспільство набуло атрибутивну властивість – змінність. Суспільство, що знаходиться в постійній динаміці, постійному розвитку (навіть якщо регресивному), потребує адекватної динамічної особистості, здатної змінюватись одночасно зі зміною соціальних структур. А від так високі адаптаційні якості набувають значення архіважливих для особистості, яка претендує бути названа соціалізованою та самоефективною в бандурівському розумінні цього терміну⁶.

Звичайно, перебудова адаптаційних механізмів особистості з ситуативних на постійнодіючі дуже складна справа, яка під силу далеко не кожній людині. Утім, суспільний розвиток епохи сьогодення не дає багато варіантів для вирішення означеної проблеми. Можна або адаптуватись і жити відносно повноцінним суспільним життям, або неадаптуватись і жити поза суспільством у стані маргінальності (у сенсі свідомого неприйняття більшості нового) та відкритого чи прихованого протистояння з суспільними новаціями. Можливі звичайно і проміжні позиції у формі часткової адаптації, які до речі є розповсюдженою практикою серед членів суспільства, що усвідомлюють неможливість ефективного опору, але не приймають більшість суспільних новацій.

⁶ Альберт Бандура є автором концепції самоефективності. У його розумінні самоефективність – це відчуття власної компетентності і ефективності. Відрізняється від самоповаги і відчуття власної гідності. Наприклад, у бомбардира може бути висока самоефективність і низька самооцінка.

З попереднього викладу зрозуміло, що дослідження специфіки адаптаційної діяльності особистості в сучасну епоху суспільних трансформацій, набуває неабиякого значення, адже дозволить розробити ймовірно ефективні стратегії полегшення та оптимізації цього важливого процесу серед членів українського суспільства. Означені стратегії можуть стати основою низки відповідних політичних рішень.

Об'єктом нашого дослідження є адаптаційна діяльність сучасної української особистості.

Предмет дослідження – специфіка адаптаційної діяльності особистості за умов суспільної трансформації.

Відповідно **мета** даної статті – дослідити специфіку адаптаційної діяльності особистості в умовах суспільної трансформації.

Завданнями статті є:

- здійснити орієнтовний аналіз рівня адаптованості членів українського суспільства до реалій сучасного соціального життя;
- з'ясувати можливі напрямки та методи вдосконалення адаптаційних механізмів особистості в сучасних умовах;
- вказати аспекти самовдосконалення, які зроблять можливим розвиток адаптаційного потенціалу особистості.

Виклад основного матеріалу. Поняття адаптації є чи не найбільш широковживаним у психології, персонології і доволі часто використовується соціологами, що спеціалізуються на соціології особистості. Така широка сфера застосування звичайно обумовлює поліконтекстність терміна. Грунтовний аналіз трактувань означеного поняття в роботах класиків та сучасників на теренах психології та соціології представлено у роботі С. Хуткої [7]⁷. Здійснене авторкою теоретичне дослідження дозволяє констатувати, що найчастіше соціальну адаптацію визначають як процес взаємодії і взаємовпливу особистості та навколишнього середовища з метою зміни їх функціонального взаємовідношення. Результатом такої діяльності особистості є адаптивність – інтегральна властивість, що визначатиме рівень задоволеності суб'єкта соціальної активності своїм соціально-психологічним становищем [7].

Таким чином, соціальна адаптація – це «інтегративний показник стану людини, який відображає її можливості виконувати певні біосоціальні функції: адекватне сприйняття оточуючої дійсності і власного організму; адекватна система відносин і стосунків з оточуючими; здатність до праці, навчання, організації дозвілля та відпочинку; здатність до самообслуговування і взаємообслуговування в сім'ї і колективі, змінність (адаптивність) поведінки у відповідності з рольовими очікуваннями інших» [1]. Ми вважаємо наведене поняття найбільш вдалими

⁷ Аналіз особливостей використання означеного поняття не є предметом даної статті. До того ж, це вже здійснено на високому методологічному рівні провідними світовими та вітчизняними психологами, а також соціологами.

порівняно з тими, які у великому різноманітті можна знайти в психологічних словниках та статтях, тому говорячи про адаптацію в подальшому матимемо на увазі саме таке її розуміння.

Не можна обійти увагою в процесі подальшого викладу поняття дезадаптації. Дезадаптація – це яке-небудь порушення адаптації, пристосування організму до постійно мінливих умов зовнішнього або внутрішнього середовища. Отже, цілком зрозуміло, що стан дезадаптації розуміється як тимчасовий, такий, що покликаний активізувати адаптаційні ресурси особистості і відповідно обумовити напрацювання нових моделей адаптивної поведінки. Звичайно, можливі різні варіанти адаптаційної діяльності, що детермінована станом дезадаптації. Можна виділити щонайменше два типи реагування на стан дезадаптації, протилежні за своєю суттю та наслідками. У першому випадку особистість, що знаходиться в стані дезадаптації, активно засвоює новий соціальний досвід, намагається зрозуміти та прийняти нові реалії соціального життя, змінити свою існуючу систему цінностей, погляди, переконання, уявлення про світ у відповідності з вимогами нового соціального середовища, напрацювати нові діючі, актуальні моделі соціальної поведінки. У цьому ракурсі значущості набуває фізичне здоров'я особистості, при чому активна і успішна адаптація до нових умов вимагає не лише відсутності хвороб, а й досить високих показників витривалості, стресостійкості, імунного захисту людини, вміння планувати та дотримуватись здорового режиму дня, при цьому невідстаючи від темпу суспільної активності. У другому варіанті особистість намагається уникнути складної і кропіткої роботи над власним самовдосконаленням, натомість використовуючи регресивні неадекватні механізми захисту. Одним із найбільш руйнівних для особистості форм патологічної адаптації може бути вживання алкогольних, наркотичних, психотропних засобів, під дією яких людина має змогу протягом нетривалого часу викривити власний Я-образ, який стає прийнятним і навіть задовільним, проте повернення до реалій завдає чергового удару самосвідомості людини, що спричинює черговий прийом «адаптаційних препаратів», а від так і залежність. Таким чином, адекватна поведінка особистості, що викликана проблемами адаптації до нових реалій соціального життя, а саме, тривалим станом дезадаптації, може бути названа – патологічною адаптацією.

У соціологічному сенсі адаптація виступає як перша фаза більш вагомого процесу соціалізації, за якою може слідувати друга фаза, що має назву інтеріоризація (глибинне прийняття особистістю соціальних реалій). У сучасних умовах динамічності соціуму набуває ваги своєрідна третя фаза – ресоціалізація у вигляді реакції на зміну середовища, до якого була здійснена соціалізація. Саме ж поняття соціалізації в соціології набуло значення фундаментальної категорії і трактується

хоча і доволі широко та все ж несе недвозначну ідею. «Більшість розумінь цього поняття містять загальне положення про те, що сутність соціалізації полягає в засвоєнні індивідом соціального досвіду, але саме розуміння цього змісту, структури і засобів суттєво відрізняються» [3, с. 319].

З'ясувавши розуміння терміна «адаптація» у психологічній та соціологічній літературі, можна зробити спробу окреслити ситуацію з соціальною адаптованістю в сучасному українському суспільстві. Цікаві для нашого аналізу дані представлені в результатах моніторингу громадської думки, який щорічно проводиться інститутом соціології НАНУ⁸. Деякі із запитань, які пропонувалися респондентам можна вважати індикаторами адаптованості членів суспільства до сучасних умов життя. Цілком логічно припустити, що неадаптована особистість в цілому не задоволена реаліями свого соціального існування. На питання: «Якою мірою Ви в цілому задоволені своїм становищем у суспільстві на теперішній час?» у 2010 році, респонденти відповіли: скоріше не задоволений – 46,8 %; важко сказати, задоволений чи ні – 31,4 %; скоріше задоволений – 21,6 %. Зрозуміло, що коли особистість втрачає сталі опори життя, вимушена змінити звичний спосіб існування та адаптуватись (присотосуватись) до нового суспільного ладу, нових реалій життя (політичних негараздів, економічного занепаду тощо) – незадоволеність є найменшою з можливих негативних реакцій. Проте, така незадоволеність, для одного типу людей (про що див. нижче) може стати мінорним «мотивом» усієї подальшої діяльності, для іншого – навпаки, поворотним моментом для позитивних змін у житті.

На ще одне маркерне питання в ракурсі соціальної адаптивності представників сучасного українського суспільства «Чого з наведеного Вам не вистачає?» відповіді «Вміння жити в нових суспільних умовах» розподілилися наступним чином: не вистачає – 33,2 %, важко сказати вистачає чи ні – 32,8 % вистачає – 28,4 % (останніх 5,6 % респондентів або не відповіли, або це питання їх не цікавить) [6, с. 538]. На нашу думку, відсоткове співвідношення відповіді саме на це питання дає найбільш чітко окреслену картину щодо соціальної адаптованості сучасного українського населення. Адже, як ми з'ясували вище, соціальна адаптованість – це інтегральна властивість, що включає в себе певні набуті теоретичні і практичні уміння та навички, які забезпечують/не забезпечують оптимальний рівень задоволеності потреб особистості, а від так й задоволеності усім своїм життям. Як бачимо з опитування – менше третини українців визнають, що їх вміння жити у нових суспільних умовах цілком достатні, проте 66 % опитаних відчувають нестачу таких умінь, а від так, ми можемо їх

⁸ Для подальшого аналізу рівня адаптованості членів українського суспільства беруться дані моніторингу інституту соціології НАНУ за 2010 рік [6].

визначити як людей із недостатньою (низькою) соціальною адаптованістю.

Наступним важливим, на нашу думку, показником слабкого рівня адаптованості членів суспільства до сучасних соціальних умов життя є розповсюдженість особистісної позиції, згідно з якою соціальні агенти здебільшого покладають відповідальність за своє життя на зовнішні обставини. Так на питання «Як Ви вважаєте, від чого здебільшого залежить те, як складається Ваше життя?» були отримані наступні відповіді: здебільшого від зовнішніх обставин – 16,1 %; деякою мірою від мене, але більше від зовнішніх обставин – 30,6 %; однаковою мірою і від мене і від зовнішніх обставин – 31,1 %; більшою мірою від мене, ніж від зовнішніх обставин – 11,7 %; здебільшого від мене – 10,5 %. Означене прийняття/не прийняття людиною відповідальності за власне життя визначається (опосередковується) здебільшого такою психологічною якістю, як «локус контролю», який у свою чергу може бути інтернальним або екстернальним. Люди із екстернальним локусом контролю (екстернали) схильні приписувати відповідальність за події, що відбулися/відбуваються в їхньому житті, та результати власної діяльності зовнішнім чинникам – владі, долі, Богу і т. д., а у скрутних ситуаціях звертаються до стратегії пристосування, інтернали навпаки, відповідальність за власні, як поразки, так і успіхи приписують своїм вмінням, зусиллям, власному досвіду, для них притаманна перетворююча стратегія подолання [5, с. 329]. Варто зазначити, що локус контролю не є показником ціннісної ієрархії особистості, а скоріше визначається Я-концепцією, особливостями самосвідомості особистості. Як стверджує Н. Соболева: «Уміння особи долати життєві труднощі також залежить від її локусу контролю. Інтернальний локус контролю забезпечує досить стійкий захист від розвитку станів тривоги, депресії, позитивно корелює з проявом стійкості до несприятливих зовнішніх дій і здатністю успішного подолання важких життєвих ситуацій» [5, с. 327].

Також заслуговує на увагу відповідь, яка засвідчує, що членам українського суспільства не вистачає стабільності в державі і в суспільстві, це відзначили у своїх анкетах аж 72,2 % респондентів. Таким чином, українці у більшості прагнуть до стабільності та визначеності, і це цілком природне для людини бажання. Але наразі для всіх є нагальна потреба врахувати специфіку сучасного суспільства, – воно за своєю новоутвореною суттю не передбачає стабільності, а навпаки за твердженням провідних вітчизняних та закордонних суспільствознавців (Е. Головаха, О. Злобіна, О. Шульга, А. Турен, Е. Тофлер) набуло атрибутивну властивість – змінність. Отже, основи невідповідності адаптаційних ресурсів особистості вимогам сучасності, перш за все, полягають тому, що особистість налаштована орієнтуватись на сталість, натомість оточує її цілковита динаміка. Динаміка завжди була притаманна суспільству,

але цей стан був періодичним, ситуативним, наразі ж суспільство заходиться в постійно динамічному стані.

Також важливою перепоною на шляху до швидкої та успішної адаптаційної діяльності є те, що сучасна людина знаходиться під впливом величезної кількості інформації найрізноманітнішого характеру. Завдяки ЗМІ, свідками наслідків деструктивних тенденцій людської діяльності (екологічні катастрофи, військові протистояння, теракти тощо), стає досить широке коло людей, а при певних масштабах трагедії і все людство. Вказане «психологічне бомбардування» не проходить без наслідків. Сучасна людина, живучи в умовах край нестабільного та мінливого світу, повинна мати своєрідний адаптаційний ресурс у вигляді інформаційних фільтрів, відсутність яких тривалий час може привести до масового адаптаційного зриву.

Необхідність постійної соціальної адаптації не тільки ставить людину в умови значного психічного напруження, зусиль волі, інтелекту, поведінкового перелаштування, але і висуває високі вимоги і до її фізичного стану, при чому мається на увазі не лише відсутність фізичних хвороб, але високий тонус, стресостійкість, імунний захист людини. Відзначимо, що позитивно відповіли на питання «Чи вистачає Вам здоров'я?» – 35,6 % громадян, натомість майже половина (46,5 %) визнали, що здоров'я їм бракує, ще 17,1 % – не визначились із відповіддю. Такий показник суб'єктивного «нездоров'я» є досить високим і демонструє відчуття власної слабкості та не дужості перед зовнішніми змінними обставинами. Одним із дієвих засобів підвищення стійкості до адаптаційних стресів є регулярна фізична активність (спорт, активний відпочинок, туризм, велопогулянки, танці, робота на присадибній діяльності), яка має не лише позитивний вплив на здоров'я, імунітет, самопочуття людини, але і викликає приємні емоції. Науковцями помічено, що при тривалих та регулярних фізичних заняттях відбувається виділення такого гормону, як ендорфін («гормон задоволення»), який, у свою чергу, є психофізіологічним допінгом у боротьбі із життєвими негараздами особистості.

Головною стратегією успішної адаптації, гараздкування та успіху особистості в сучасних умовах виступає динамічність її мислення та напрямків розвитку. Соціальний ареал життя особистості потребує постійного моніторингу з боку останньої на предмет новітніх тенденцій чи соціальних вимог. Тут варто зазначити, що питанням підвищення адаптаційних ресурсів особистості займається не лише соціологія, але і психологія. Найбільш широко особистісні процеси пов'язані із соціальною адаптацією, окреслює поняття «соціального інтелекту» («соціальної компетентності»). Популізатором цього поняття став американський журналіст Гоулмен, який дослідним шляхом довів значно вищу значущість

соціального інтелекту (емоційного інтелекту EQ) в успішності життєтворення особистості порівняно із IQ. Нині дослідженням явища соціального інтелекту займається досить багато як вітчизняних (Е. Л. Носенко), так і зарубіжних дослідників (І. М. Андреева, Д. В. Люсін, Д. В. Ушаков, Мейер, Селовей та ін.), на наш погляд, саме в контексті дослідження питання соціальної адаптації варто навести визначення А. І. Савенкова, який вважає, що соціальний інтелект – це кристалізовані соціальні знання про знайомі соціальні події і соціально-когнітивна гнучкість при вирішенні невідомих проблем [4]. Автор визначає наступні критерії соціального інтелекту: когнітивні – соціальні знання, соціальна пам'ять, соціальна інтуїція, соціальне прогнозування; емоційні – соціальна виразність, співпереживання, здатність до саморегуляції; поведінкові – соціальне сприйняття, соціальна взаємодія, соціальна адаптація [4]. Як бачимо, автор, хоча і не мав цього на меті, назвав майже всі характеристики та здібності соціально адаптованої особистості. Таким чином, можна стверджувати, соціальна адаптивність високо корелює із рівнем соціального інтелекту особистості.

Висновки. Отже, підсумовуючи вищевикладене, можна сказати, що для кожного дня соціального успіху потрібно підбирати спеціальну «амуніцію» і діяти в ній відповідно. Змінна епоха робить неможливими універсальні стратегії адаптації. Потрібна постійна уважна, актуальна робота над вдосконаленням власної особистості на всіх рівнях. Зауважимо, щоб така робота не була для особистості важкою. Адже це складова життя і вона повинна реалізовуватись природно і невимушено. Допоміжними умовами для успішної

адаптації особистості може бути наявність у близькому оточенні прикладів адекватної та прийнятної адаптації в схожих умовах, крім того, додатковим та важливим підґрунтям цього процесу є власний досвід попередньої успішної соціалізації, навіть якщо вона відбувалася у відмінних від нині існуючих умов, проте на її основі вже сформувалися певні особистісні адаптаційні механізми. До засобів, що підвищують адаптаційний потенціал особистості можна віднести: увагу до власного фізичного здоров'я, систематична робота у напрямку покращення його стану, повна відмова від патологічних засобів адаптації (як-то алкоголь, тютюн, наркотичні речовини). Важливим є відслідковування власного типу локусу контролю та робота над укріпленням його інтернальних характеристик і разом із тим випрацювання оптимістичного погляду на власне життя та майбутнє своєї країни. Матиме результати на шляху до більш успішної адаптації і робота над власним соціальним інтелектом у всіх його проявах – когнітивному, емоційному та поведінковому.

Звичайно не просто переорієнтувати себе на життя без сталих соціальних засад, але це актуальна вимога часу, не виконання якої може мати трагічні не тільки для людини, але й для (аналізуючи показники адаптованості за моніторингом) більшості суспільства наслідки. Отже, така переорієнтація лише справа часу для кожної особистості і швидкий раціональний вибір особистості, що має потужний потенціал життя у вигляді якісної освіти, гарного здоров'я, духовної розвиненості та інших показників високого рівня особистісного розвитку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Большой психологический словарь / под. ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – 3-е изд., доп. и перераб. – СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. – 672 с. – (Большая университетская библиотека)
2. Куценко О. Україна у трансформаційних процесах: Quo vadis?/Ольга Куценко// Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2007. – № 1. – С. 18–32.
3. Пилипенко В. Є., Попова І. М., Танчер В. В. та ін. Спеціальні та галузеві соціології: Навч. Посіб. – 2-е вид. – К. : ПЦ «Фоліант», 2007. – 451 с.
4. Савенков А. И. Социальный интеллект как проблема одаренности и творчества/ А. И. Савенков// Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2005. – Т.2. – № 4. – С. 94–101.
5. Соболева Н. Інтернальність/екстернальність як чинник формування життєвої стратегії особистості / Н. Соболева // Українське суспільство 1992-2010. Соціологічний моніторинг / За ред. д. ек. н. В. Ворони, д. соц. н. М. Шульги. – К. : Інститут соціології НАН України, 2010. – С. 319 – 329.
6. Українське суспільство 1992-2010. Соціологічний моніторинг / За ред. д. ек. н. В. Ворони, д. соц. н. М. Шульги. – К. : Інститут соціології НАН України, 2010. – 636 с.
7. Хуткая С. Социальная адаптированность личности: концептуализация понятия /Светлана Хуткая // Социология: теория, методы, маркетинг. – 2007. – № 2 – С. 162–175. – Режим доступу до журн.:<http://ecsocman.hse.ru/soc-ua/msg/33513159.html>.

Рецензенти: Васильєв Я. В., д.псих.н., професор;
Калашнікова Л. В., к.соц.н., доцент.

© Нагорний А. І.,
Нагорна А. О., 2011

Дата надходження статті до редколегії 16.09.2011 р.