

## **СПАСАТЕЛЬНОЙ СЛУЖБЫ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ**

*В статье описывается авторская модель профессиональной подготовки будущих психологов оперативно-спасательной службы к деятельности в экстремальных условиях. Определены цель, задачи, структура, принципы, этапы, функции, критерии, показатели и методы реализации обучающих технологий. Выделяются следующие блоки: концептуальный, функциональный, технологический, оценочно-результативный. Охарактеризованы уровни подготовленности выпускников.*

**Ключевые слова:** учебная программа, профессионально-экстремальная подготовка, психология деятельности в особых условиях ..

**Sirko R.I.**

### **CONCEPTUAL MODEL OF PROFESSIONAL PREPARATION FOR FUTURE PSYCHOLOGISTS OF THE OPERATIONAL-LABOR SERVICE FOR EXTREMELY ACTIVITIES**

*The article describes the author's model of professional training of future psychologists of the operational-rescue service for activities in extreme conditions. The goals, tasks, structure, principles, stages, functions, criteria, indicators and methods of realization of educational technologies are defined. We distinguish the following blocks: conceptual, functional, technological, evaluative and productive. Levels of preparedness of graduates are characterized.*

**Keywords:** curriculum, professional-extreme preparation, psychology of activity in special conditions.

**Сірко Роксолана Іванівна** – кандидат психологічних наук, доцент, заступник начальника кафедри практичної психології та педагогіки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності.

УДК 316.6:159.922.62

**Спицька Л.В.**

### **СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЗРІЛОГО ВІКУ В КРИЗОВІ ПЕРІОДИ ЖИТТЯ**

*В статті проведено структурно-функціональний аналіз процесу адаптації особистості зрілого віку в кризові періоди життя. Показано, що інтерес становлять дослідження системної соціальної адаптації, пов'язаної з критеріями внутрішнього і зовнішнього плану в зазначені періоди. Зокрема, до внутрішніх критеріїв віднесено психоемоційну стабільність, особистісну конформність, стан задоволеності, відсутність дистресу, відчуття загрози і стану емоційно-психічної напруженості. До зовнішніх критеріїв зараховано відповідність реальної поведінки особистості установкам суспільства,*

*вимогам середовища, правилам, прийнятим у соціумі, і критеріям нормативної поведінки. Проведений аналіз дозволив виокремити узагальнені змістовні аспекти у розумінні адаптації особистості зрілого віку в критичні періоди життя: адаптація як життєдіяльність в змінених умовах існування; адаптація як саморозкриття особистості; адаптація як пристосування до змінених умов середовища; адаптація як досягнення стійкості в змінених умовах середовища.*

**Ключові слова:** *особистість, зрілий вік, адаптація, кризові періоди життя.*

**Постановка проблеми.** Сучасний підхід до проблеми адаптації людини підкреслює неоднозначність, багатофакторність та багатомірність цього процесу. Аналіз підходів до цієї проблеми представників різних психологічних шкіл доводить, що соціальна адаптація має на увазі засоби пристосування, регулювання, гармонізації взаємодії особи із середовищем. У процесі соціальної адаптації людина виступає як учасник, який адаптується до середовища відповідно до своїх потреб, інтересів, прагнень і самовизначається. Наразі науку відрізняє не тільки висока диференціація галузей пізнання людини, що розширює і поглиблює уявлення про окремі аспекти її життя і діяльності. Б.Г.Ананьєв [3] вказував ще на одну, не менш яскраву тенденцію – на об'єднання наукових дисциплін у пошуках синтетичних уявлень про людину. На сьогодні продуктивними є дослідження суб'єктності людини, можливості її саморуку і самопобудови в контексті теорії адаптації людини. В цьому напрямку значним внеском у дослідження проблеми адаптації особистості до соціального середовища є роботи Г. О. Балла, П. В. Кузнецова, С. О. Ларіонової, С. Д. Максименко, Н. Ю. Максимової, А. А. Налчаджяна, Л. Е. Орбан-Лембрик, Б. Д. Паригіна, С. Т. Посохової, Т. І. Ронгинської та ін. Теоретичні положення, які викладені в роботах цих учених, покладено в основу запропонованого дослідження [5; 8; 9 та ін.].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У зарубіжній психології значного поширення набуло біхевіористське визначення адаптації. Автори цього напрямку вважають, що соціальна адаптація – це, з одного боку, стан гармонії між індивідом і середовищем, за якого потреби індивіда і вимоги середовища цілком задоволені, а з іншого – це процес, за допомоги якого цей гармонійний стан досягається. Як видно з визначення, соціальна адаптація – це процес фізичних, соціально-економічних чи організаційних змін у поведінці, соціальних відносинах чи культурі в цілому з метою поліпшення здатності виживання груп чи окремих індивідів. В цьому визначенні присутній біологічний відтінок, який вказує на зв'язок з теорією еволюції і увагою здебільшого до адаптації груп, а не індивіда. В такому підході можна виділити позитивні моменти. Так, біхевіористи визнають адаптивний характер модифікації поведінки через учіння, а навчання розглядають як найважливіший механізм набуття адаптивних механізмів особистості. Звертає на себе увагу і той

факт, що поняття соціальної адаптації використовується для позначення процесу, за допомоги якого досягається стан соціальної рівноваги стосовно відсутності переживання конфлікту із зовнішнім середовищем (внутрішні конфлікти особистості при цьому не беруться до уваги) [6; 17 та ін.]. Однак при такому уявленні про соціальну адаптацію ігноруються, на нашу думку, особистісні зміни, що відбуваються при цьому процесі.

Психоаналітики, разом із З. Фрейдом, розглядають соціальну адаптацію як процес встановлення динамічної рівноваги між особистістю і вимогами зовнішнього середовища, яке розглядається як вороже особистості і її прагненням. Таке розуміння адаптації спирається на уявлення З. Фрейда про структуру психічної сфери особистості, у якій, як відомо, він виділяв три складові – “Ід”, “Его”, “Суперего”. Процес соціальної адаптації являє собою формулу: конфлікт–тривога–захисні реакції [2; 13 та ін.]. В той же час німецький психоаналітик Г. Гартман підкреслює, що не будь-яка адаптація до середовища є конфліктною. Наприклад, процеси мислення, пам'яті, мови, сприйняття, творчості можуть бути вільні від конфліктів. Більш того вчений розглядає поняття “вільна від конфлікту сфера Я” (це та сукупність функцій, що у кожен дану хвилину впливає на сферу психічних конфліктів) і вважає, що соціально-психологічна адаптація включає як процеси, пов'язані з конфліктами, так і ті процеси, що входять у вільну від конфліктів сферу Я [16].

Цікавим виявився і аналіз уявлень про соціалізацію особистості в рамках психоаналітичного підходу. Так, важливий аспект соціальної адаптації – прийняття індивідом соціальної ролі. Ефективність адаптації істотно залежить від того, наскільки адекватно індивід сприймає себе й свої соціальні зв'язки. Цим обумовлене віднесення соціальної адаптації до одного з основних соціально-психологічних механізмів соціалізації особистості. За З. Фрейдом соціалізація особистості – це витиснення потягу і переключення енергії на санкціоновані суспільством об'єкти. А. Адлер вважав, що соціалізація особистості – це ще і результат її прагнення компенсувати і надкомпенсувати свою неповноцінність [2].

Соціальну адаптацію, як правило, розглядають як специфічну форму соціалізації. Підготовчий етап соціально адаптивної поведінки припускає відповідний рівень соціалізації особистості, на основі чого й стають можливими відносно стійка поведінка і діяльність особистості в різних соціокультурних ситуаціях [9; 11].

**Мета статті** – провести структурно-функціональний аналіз процесу адаптації особистості зрілого віку в кризові періоди життя.

**Вклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Соціально адаптивний процес – це процес, яким можна керувати. Таке управління може здійснюватися не тільки в руслі впливу соціальних інститутів на особистість, але й у руслі самоуправління, коли особистість виступає суб'єктом управління власного Я, що передбачає вимогливе, самокритичне ставлення людини до самої себе, до своїх думок і дій.

З погляду гуманістичної психології мета адаптації – у досягненні позитивного духовного здоров'я і відповідності цінностей особистості цінностям соціуму. Ступінь інтеграції особистості і середовища виступає як критерій адаптованості, однак при цьому процес адаптації не є процесом рівноваги організму і середовища, тому що рівновага, укорінена в середовищі, зменшує чи зовсім знищує прагнення до розвитку, до особистісного росту, тобто до самоактуалізації, що, на думку прихильників цього напрямку, і робить людину особистісною. Таким чином, у гуманістичній психології критикується розуміння соціальної адаптації в рамках гомеостатичної поведінки і висувуються положення про оптимальну взаємодію особистості і середовища завдяки конструктивній поведінці. У випадку ж відсутності оптимальної взаємодії особистості і середовища внаслідок домінування неконструктивних реакцій чи неспроможності конструктивних підходів настає дезадаптація [10; 12 та ін.].

У роботах Е. Еріксона знаходимо вказівки на наявність також і позитивного виходу із ситуації протиріччя й емоційної нестабільності в напрямку гармонійної рівноваги особистості і зовнішнього середовища, що вже відрізняється від основної психоаналітичної лінії [7; 15].

В рамках гуманістичного підходу процес адаптації в нормі характеризується цілісністю, недиз'юнктивністю його сторін – когнітивної, афективної і моторно-поведінкової. Цілісність цього процесу визначається ступенем його організації, інформаційною насиченістю. Диз'юнктивність, “розривність” різних сторін процесу адаптації фактично обумовлює дезадаптацію. Процес адаптації людини здійснюється як переживання психологічних конфліктів, обумовлених неузгодженістю елементів його психіки, подолання диз'юнктивності різних сторін процесу адаптації людини до середовища, підвищення ступеня організованості цього процесу. Поняття організованості, цілісності характеризують також процеси навчання, психокорекції, реадaptaції як такі, що сприяють психічній адаптації людини і долають дезадаптацію.

Ефективною адаптацією особистості у рамках інтеракціоністського підходу (Г. Блумер, І. Гофман, Дж. Мід, Л. Філіпс) є адаптація, при досягненні якої особистість задовольняє мінімальним вимогам і очікуванням суспільства. З віком все більш складними стають ті очікування, які висувуються до особистості. Очікують, що особистість має перейти від стану повної залежності не тільки до незалежності, але й до прийняття відповідальності за благополуччя інших. Адаптованою вважається людина, яка засвоїла, прийняла і виконує соціальні норми, а також бере на себе відповідальність, ставить і досягає цілей.

Згідно з Л. Філіпсом, адаптованість виражається двома типами відповідей на вплив середовища. Так, адаптованість полягає у прийнятті й ефективній відповіді на ті соціальні очікування, з якими зустрічається кожна людина відповідно до свого віку і статі. Наприклад, встановлення дружніх відносин, створення сім'ї тощо. Таку адаптованість Л. Філіпс вважає

вираженням конформності до тих вимог (норм), які соціальне середовище висуває до поведінки особистості. З іншого боку, гнучкість і ефективність при зустрічі з новими і потенційно небезпечними умовами, а також здатність додавати подіям бажаний напрямок. В цьому розумінні адаптація означає, що людина успішно використовує умови, що створилися, для здійснення своїх цілей, цінностей і прагнень. Адаптивна поведінка характеризується успішним прийняттям рішень, виявом ініціативи і ясним визначенням свого майбутнього [18].

Таким чином, в рамках інтеракціоністського підходу розуміння адаптації містить ідею активності особистості, уявлення про творчий, цілеспрямований і перетворюючий характер її соціальної активності.

На думку сучасних дослідників, система відносин людини вельми чуйно реагує на суб'єктивно сприймане збільшення швидкості змін, які відбуваються в сучасному світі, що і висуває на перший план проблему адаптації людини (К. О. Абульханова-Славська, В. В. Антипов, Р. Л. Аткинсон, Г. О. Балл, М. І. Бобнева, К. Бріссе, О. І. Зогова, І. К. Кряжева, Б. Ф. Поршнев, А. О. Реан, О. Тоффлер). В цілому, адаптація розуміється як пристосування структури і функцій індивіда або групи до умов середовища (в загальному випадку як внутрішнього, так і зовнішнього) [1; 4 та ін.].

Ключовою адаптогенною ознакою середовища, яка обумовлена змінами в суспільстві, природі, науково-технологічному середовищі і культурі, є новизна. Через різні причини у людини відсутні готові і необхідні соціально-психологічні, психічні, психофізіологічні програми активності в ній. Тому середовище набуває життєво важливого значення з погляду збереження соціального статусу і самоцінності. В сьогоденній реальності світ, що оточує людину, перестає бути для нього просто змінним. Зміни в ньому відбуваються з такою стрімкістю, що у багато разів перевищують адаптаціогенез людини – результат тривалого філогенезу і індивідуального розвитку. Відносно невеликий період життя нашого суспільства – останні півтора-два десятиріччя – приголомшує швидкоплинністю соціальних перетворень. Їхня динамічність у поєднанні з невизначеністю кінцевого результату провокує виникнення додаткових труднощів в прогнозуванні індивідуальної життєвої перспективи навіть на короткий термін. В результаті загострюється проблема не тільки швидкості адаптаціогенезу, але і доцільності формування тієї або іншої стратегії адаптації. До відмінних адаптогенних ознак сучасного середовища можна віднести стрімку ірадіацію змін, якими пройняті всі сфери життя і діяльності людини. Соціальні, технологічні, культурні і природні зміни торкаються всіх верств населення і особливо осіб зрілого віку. Особливої уваги заслуговують інформаційні аспекти сучасного середовища, інформаційний об'єм постійно наростає, відображаючи ускладнення взаємодії людини із зовнішньою реальністю. Проте сьогодні, як ніколи, наростаючий потік інформації володіє великою семантичною новизною і головне – великою семантичною невизначеністю. Невизначеність створює проблему вибору цілей і засобів

досягнення кінцевого результату адаптації, перевага яких визначається самою людиною. Не випадково, що невизначеність признається одним з самих серйозних джерел дискомфорту, що супроводжується переживанням тривоги, турботи, фрустрації. Багатозначність або незнання смислового трактування інформації, яка надходить, приводить до збільшення фізіологічної сили її дії. Тому нерідко можна спостерігати явище «семантичного шоку», істотна ознака якого – неусвідомлюване або слабо усвідомлюване підкорення власної поведінки нав'язуванням інформаційним середовищем еталонам. Існує й інша точка зору: невизначеність трансформується у стимулятор творчої активності, особою, яка спрямована на створення нових адаптивних програм.

Вітчизняні психологи розглядають соціальну адаптацію як взаємодію особистості і соціального середовища, що приводить до адекватних співвідношень цілей і цінностей особистості і групи. Коли соціальне середовище сприяє реалізації потреб і прагнень особистості, сприяє розкриттю її індивідуальності, і відбувається адаптація особистості [11; 14 та ін.].

На думку Л. М. Собчик, поняття “гармонійна особа” означає повністю збалансовану особу, у якої всі властивості (провідні тенденції) виражені порівну або майже порівну, і тому жодне з них не звучить як межа, що створює серйозні проблеми адаптації. Гармонійна особа легше адаптується. На думку авторки, чим ближче конкретна людина до гармонійної особи, тим різноманітніше арсенал індивідуально-особистісних властивостей, а помірно виражена тенденція до самореалізації поєднується з хорошим самоконтролем, що дозволяє дотримуватися нормативних вимог середовища [14].

На думку прихильників когнітивної психології, у процесі взаємодії із середовищем особа отримує інформацію, яка суперечить наявним установкам, при цьому переживається стан дискомфорту, який стимулює на пошук можливостей його зняття чи зменшення. З цією метою можуть починатися спроби спростувати інформацію, що надійшла, змінити власні установки, пошуки додаткової інформації з метою встановлення погодженості між колишніми уявленнями і суперечною їм інформацією. По суті, психокорекція, психотерапія, навчання з погляду адаптації та реадaptaції в різних соціальних контекстах (медична допомога, виховна робота, професійна підготовка і підвищення кваліфікації) підпорядковані єдиній меті – підвищенню ступеня організації процесу адаптації та реадaptaції людини до конкретних дій на психіку тими або іншими операційними засобами. Цей процес здійснюється при розв'язанні конфліктів, які переживаються суб'єктивно. Якість розв'язання цих конфліктів відповідає ступеню організації, інформаційній насиченості системи відносин людини.

**Висновки.** Проведений структурно-функціональний аналіз процесу адаптації особистості зрілого віку в кризові періоди життя дозволяє відзначити узагальнені смислові аспекти у його розумінні: адаптація як життєдіяльність в змінених умовах існування; адаптація як саморозкриття особистості; адаптація

як пристосування до змінених умов середовища; адаптація як досягнення стійкості в змінених умовах середовища.

### Література

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Адлер А. Понять природу человека / А. Адлер ; [пер. с англ. и нем. Е. А. Цапина]. – СПб. : Академич. проект, 1997. – 256 с.
3. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. / Б. Г. Ананьев. – М. : Педагогика, 1980. – Т. 1. – 232 с.
4. Антипов В. В. Психологические механизмы дезадаптации и адаптации к меняющимся социальным условиям / В. В. Антипов, Б. А. Сосновский // Психология человека в условиях социальной нестабильности / Под ред. Б. А. Сосновского. – М. : МПГУ, 1994. – С. 30–47.
5. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г. А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92–100.
6. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб. : Евразия, 2000. – 320 с.
7. Бэндлер Р. Шаблоны гипнотических техник Милтона Эриксона с точки зрения НЛП / Р. Бэндлер, Д. Гриндер. – Симферополь : Реноме, 1998. – 208 с.
8. Кузнецов П. В. Адаптация как функция развития личности / П. В. Кузнецов. – Саратов : СГУ, 1991. – 75 с.
9. Ларионова С. А. Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика / С. А. Ларионова. – Белгород : БелГУ, 2002. – 197 с.
10. Маслоу А. Самоактуализация / А. Маслоу // Психология личности : тексты / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузырея. – М. : МГУ, 1982. – С. 108–117.
11. Москаленко В. В. Социализация личности / В. В. Москаленко. – К. : Вища школа, 1986. – 200 с.
12. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Ролло Мэй ; [пер. с англ. Т. К. Кругловой]. – М. : Класс, 1999. – 144 с. – (Библиотека психологии и психотерапии).
13. Райх В. Анализ личности / В. Райх ; пер. с нем. С. Ю. Романюк. – М. : КСП+ ; СПб. : Ювента, 1999. – 333 с.
14. Ткач Т. В. Освітній простір особистості: психологічний аспект / Т. В. Ткач : Монографія / Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К. : Запоріжжя, 2008. – 272 с.
15. Ericson E. H. Identity and life cycle / E. H. Ericson. – N.-Y. : Norton, 1980. – 191 p.
16. Hartmann H. Ego psychology and the Problem of adaptation / H. Hartmann. – N.-Y. : International Universities Press, 1958. – 122 p.

17. Lazarus R. S. Personality / R. S. Lazarus, A. Monat. – 3 rd ed. – Engl. Cl. (NJ) : Prentice-Hall, 1979. – 340 p.
18. Philips L. Human adaptation and his failures / L. Philips. – N.-Y. & L. : Academic Press, 1968. – 407 p.

### Транслітерація

1. Abul'hanova-Slavskaja K. A. Strategija zhizni / K. A. Abul'hanova-Slavskaja. – M. : Mysl', 1991. – 299 s.
2. Adler A. Ponjat' prirodu cheloveka / A. Adler ; [per. s angl. i nem. E. A. Capina]. – SPb. : Akademich. proekt, 1997. – 256 s.
3. Anan'ev B. G. Izbrannye psihologicheskie trudy : v 2 t. / B. G. Anan'ev. – M. : Pedagogika, 1980. – T. 1. – 232 s.
4. Antipov V. V. Psihologicheskie mehanizmy dezadaptacii i adaptacii k menjajuwimsja social'nym uslovijam / V. V. Antipov, B. A. Sosnovskij // Psihologija cheloveka v uslovijah social'noj nestabil'nosti / Pod red. B. A. Sosnovskogo. – M. : MPGU, 1994. – S. 30–47.
5. Ball G. A. Ponjatie adaptacii i ego znachenie dlja psihologii lichnosti / G. A. Ball // Voprosy psihologii. – 1989. – № 1. – S. 92–100.
6. Bandura A. Teorija social'nogo nauchenija / A. Bandura. – SPb. : Evrazija, 2000. – 320 s.
7. Bjendler R. Shablony gipnoticheskikh tehnik Milтона Jeriksona s tochki zrenija NLP / R. Bjendler, D. Grinder. – Simferopol' : Renome, 1998. – 208 s.
8. Kuznecov P. V. Adaptacija kak funkcija razvitija lichnosti / P. V. Kuznecov. – Saratov : SGU, 1991. – 75 s.
9. Larionova S. A. Social'no-psihologicheskaja adaptacija lichnosti: teoreticheskaja model' i diagnostika / S. A. Larionova. – Belgorod : BelGU, 2002. – 197 s.
10. Maslou A. Samoaktualizacija / A. Maslou // Psihologija lichnosti : teksty / Pod red. Ju. B. Gippenrejter, A. A. Puzyreja. – M. : MGU, 1982. – S. 108–117.
11. Moskalenko V. V. Socializacija lichnosti / V. V. Moskalenko. – K. : Viwa shkola, 1986. – 200 s.
12. Mjej R. Iskustvo psihologicheskogo konsul'tirovanija / Rollo Mjej ; [per. s angl. T. K. Kruglovoj]. – M. : Klass, 1999. – 144 s. – (Biblioteka psihologii i psihoterapii).
13. Rajh V. Analiz lichnosti / V. Rajh ; per. s nem. S. Ju. Romanjuk. – M. : KSP+ ; SPb. : Juventa, 1999. – 333 s.
14. Tkach T.V. Osvitnij prostir osobistosti: psihologichnij aspekt / T.V.Tkach : Monografija / Institut psihologii im. G. S. Kostjuka APN Ukraïni. – K. : Zaporizhzhja, 2008. – 272 s.
15. Ericson E. H. Identity and life cycle / E. H. Ericson. – N.-Y. : Norton, 1980. – 191 p.
16. Hartmann H. Ego psychology and the Problem of adaptation / H. Hartmann. – N.-Y. : International Universities Press, 1958. – 122 p.



17. Lazarus R. S. Personality / R. S. Lazarus, A. Monat. – 3 rd ed. – Engl. Cl. (NJ) : Prentice-Hall, 1979. – 340 p.

18. Philips L. Human adaptation and his failures / L. Philips. – N.-Y. & L. : Academic Press, 1968. – 407 r.

**Спицкая Л.В.**

**Структурно-функциональный анализ процесса адаптации личности зрелого возраста в кризисные периоды жизни**

*В статье проведен структурно-функциональный анализ процесса адаптации личности зрелого возраста в кризисные периоды жизни. Показано, что интерес представляют исследования системной социальной адаптации, связанной с критериями внутреннего и внешнего плана в указанные периоды. В частности, к внутренним критериям отнесены психоэмоциональная стабильность, личностная конформность, состояние удовлетворенности, отсутствие дистресса, ощущения угрозы и состояния эмоционально-психической напряженности. К внешним критериям отнесены соответствие реального поведения личности установкам общества, требованиям среды, правилам, принятым в социуме, и критериям нормативного поведения. Проведенный анализ позволил выделить обобщенные содержательные аспекты в понимании адаптации личности зрелого возраста в кризисные периоды жизни: адаптация как жизнедеятельность в изменившихся условиях существования; адаптация как самораскрытие личности; адаптация как приспособление к изменившимся условиям среды; адаптация как достижение устойчивости в изменившихся условиях среды.*

**Ключевые слова:** личность, зрелый возраст, адаптация, кризисные периоды жизни.

**Spitskaya L.V.**

**Structurally functional analysis of the process of adaptation of the personality of mature age in crisis periods of life**

*The article is devoted to the structural and functional analysis of the process of adaptation of a mature person in crisis periods of life. It is shown that studies of systemic social adaptation, related to the criteria of the internal and external plan during these periods, are of interest. In particular, the internal criteria include psychoemotional stability, personal conformance, a state of satisfaction, the absence of distress, a sense of threat and a state of emotional-mental tension. External criteria include the correspondence of the person's actual behavior to the settings of society, the requirements of the environment, the rules adopted in society, and the criteria for normative behavior. The analysis made it possible to single out generalized content aspects in the understanding of the adaptation of the person of mature age during the crisis periods of life: adaptation as life activity in the changed conditions of existence; adaptation as a self-discovery of a person; adaptation as an adaptation to changed*

*environmental conditions; adaptation as achievement of stability in the changed conditions of environment.*

**Key words:** *personality, mature age, adaptation, crisis periods of life.*

**Спицька Ліана Вікторівна** - кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Северодонецьк.

УДК159.9.072.42

**Турбан Віталія Віталіївна**

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

*У статті здійснено спробу визначення специфіки проявів, впливу та наслідків самообмеження у процесі становлення особистості, розкрито власне соціально-психологічний аспект проблеми.*

**Ключові слова:** *самообмеження особистості, самоорганізація особистості, становлення, цінності, ціннісне ставлення.*

**Постановка проблеми.** Демократичні зміни, що відбуваються у суспільстві, потребують від психологічної науки зміщення акценту у вивченні регуляції поведінки із зовнішніх контролюючих інстанцій до вивчення внутрішніх суб'єктивних закономірностей особистісного й професійного контролю, власне схильності особистості до самообмеження.

Зміна тоталітарного режиму, що панував у нашому суспільстві багато десятиліть, призводить до заміни соціально-психологічної моделі суспільства, що, відповідно, утворює нову парадигму регуляції й контролю соціально-значущої поведінки особистості. Неможливість ефективного уніфікованого тотального контролю з боку зовнішніх структур у суспільстві нового типу, вимагає вивчення можливостей формування, розвитку й стабілізації систем внутрішнього контролю соціально-значущої поведінки особистості у всьому розмаїтті її індивідуальних проявів.

В останні десятиліття відбувається трансформація предмета психологічних досліджень активності особистості, яка розглядається не стільки як адаптивна, спрямована на соціалізацію, соціальну адаптацію й відпрацьовування механізмів оптимального функціонування в рамках ідейно-ціннісної залученості, інтеріоризовану особистістю, скільки, становлення суб'єктності як феноменологічного втілення особистісного в людині [1]. Феномени особистісного вибору, волі й відповідальності, персоналізації, надситуативної активності, стійкості особистості, індивідуалізації стають основою найцікавіших й фундаментальних досліджень психології останніх десятиліть (К. Абульханова-Славська, О. Асмолов, О. Блинова, Н. Завацька,