

УДК 616.69-009.2:616.89

*О. О. Сидоренко*

**ПСИХОЛОГІЧНА ДЕЗАДАПТАЦІЯ СЕРЕД ДОРΟΣЛОГО НАСЕЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОГО ВІКУ**

*О. О. Сидоренко*

**Психологическая дезадаптация среди взрослого населения трудоспособного возраста**

*O. O. Sydorenko*

**The phenomenon of disadaptation among the adult population of the working age**

Сучасна особистість для повноцінної інтеграції в соціальне середовище та функціонування в ньому повинна прийняти та виконувати його правила та вимоги. Через особистісні та ситуаційні чинники, цей процес не завжди здійснюється швидко та в повному обсязі. Велику роль в процесі адаптації та становленні особистості в соціумі відіграють стрес-фактори. Їхня дія негативно впливає на адаптаційні механізми особистості та може призвести до виснаження компенсаторних механізмів і порушення психічної адаптації. За тривалого перебігу стану дезадаптації можуть виникати та розвиватися психічні розлади та як наслідок — порушення соціальної взаємодії.

**Ключові слова:** дезадаптація, види дезадаптації, стрес, стрес-фактори, психічні розлади

Современная личность для полноценной интеграции в социальную среду и функционирования в ней должна принять и выполнять ее правила и требования. В силу личностных и ситуационных факторов, этот процесс не всегда осуществляется быстро и в полном объеме. Большую роль в процессе адаптации и становлении личности в социуме играют стресс-факторы. Их действие негативно влияет на адаптационные механизмы личности и может привести к истощению компенсаторных механизмов и нарушению психической адаптации. При длительном течении состояния дезадаптации могут возникать и развиваться психические расстройства и как следствие — нарушение социального взаимодействия.

**Ключевые слова:** дезадаптация, виды дезадаптации, стресс, стресс-факторы, психические расстройства

The modern personality for full integration into the social environment and functioning in it must accept and fulfill its rules and requirements. Due to personal and situational factors, this process is not always carried out quickly and in full. A major role in the process of adaptation and becoming a person in society is played by stress factors. Their action negatively affects the adaptive mechanisms of the personality and can lead to the exhaustion of compensatory mechanisms and the violation of mental adaptation. With a prolonged course of the state of disadaptation, mental disorders can arise and develop, and as a consequence, a violation of social interaction.

**Key words:** disadaptation, types of disadaptation, stress, stress factors, mental disorders

Сучасні умови сьогодення вимагають від людини значних затрат особистісних ресурсів та постійно тримають її під тиском стресових впливів. Саме дія стресів, як наголошують науковці, може спричинити виникнення стану дезадаптації. З наукових досліджень відомо, що при стані дезадаптації виникає порушення адаптивних механізмів особистості, що зумовлює порушення процесу її інтеграції в соціальне середовище та функціонування в ньому. При цьому виникає розбіжність між прагненнями та результатами, що не може не вплинути на психоемоційний стан індивіда.

Актуальність дослідження дезадаптації серед дорослого населення зумовлює багатонаправленість її проявів у житті людини, що можуть вплинути на якість її здоров'я, праці та соціальної взаємодії.

Мета дослідження: На ґрунті аналізу наукових праць на таких джерел як-от PubMed та Google Scholar вивчити умови виникнення та розвитку дезадаптації, її вплив

на фізичний, психічний стан особистості, на якість праці та соціальну взаємодію.

Методи дослідження: бібліосемантичний, аналітичний, системний.

Більшість провідних науковців зазначають, що стан дезадаптації виникає внаслідок дії стресів на особистість [1—5]. Дія стресу може бути одноразовою сильною або довготривалою слабкою. У концепції стресу, яку запропонував Ганс Сельє 1956 року, стрес був описаний як «специфічна реакція на неспецифічний вплив на біологічні системи», що спричиняє активізацію та перебудову адаптивних ресурсів психіки та організму [6]. Але розширюючи адаптаційні можливості, стрес, особливо довготривалий, може призвести до поступового виснаження компенсаторних механізмів особистості, порушення психічної адаптації [7], у зв'язку з цим актуальним питанням стає проблема психологічної вразливості особистості, яка є сприятливим підґрунтям для розвитку психічних декомпенсацій [8]. Сельє описав три фази цього синдрому: 1) стадія напруження, під час

якого спостерігаються симптоми фізіологічної відповіді; 2) стадія резистентності або стадія адаптації до стресора; 3) стадія виснаження, в якій ресурси адаптації вичерпуються, якщо вплив стресу продовжується [9]. Як стресор можуть виступати зміни фізіологічних умов, біль, психологічний вплив. Реакція на стрес залежить від конституції людини та її темпераменту, особистої історії стресів, які були перенесені раніше, психологічної стійкості та соматичного здоров'я [10].

Сам процес адаптації особистості можна умовно поділити на два взаємопов'язані етапи: її входження до соціальної групи та її робочу діяльність.

До першого етапу автори відносять сам процес входження особистості до соціальної групи, прийняття та виконання нею встановлених внутрішньогрупових правил і вимог [11—13, 19]. За умови успішного пристосування, особистість закріплює та вдосконалює отримані з досвідом навички групової взаємодії, що позитивно впливає на її стосунки з колективом, професійне становлення у колективі, загальну задоволеність собою. Другий етап становить характеристику персональної трудової діяльності особистості — це успішне виконання поставлених робочих завдань, попри зовнішні і внутрішні подразники; загальна задоволеність індивіда процесом та результатами своєї роботи, заробітною платою та робочими стосунками з колегами [14, 15, 20]. Також автори запропонували поділити критерії соціально-психологічної адаптації на об'єктивні та суб'єктивні. До об'єктивних відносять продуктивність діяльності, реальне становище в колективі, показниками яких є професійно-кваліфікаційне зростання, стаж роботи, загальна успішність [16—18]. До суб'єктивних критеріїв відносять задоволення життям та собою, відчуття емоційно-соматичного та фізичного комфорту.

Виходячи з вищесказаного, бачимо, що процес адаптації є багатокомпонентним феноменом, на формування та перебіг якого можуть впливати різноманітні несприятливі умови під узагальненим поняттям «стрес». В разі порушення діяльності адаптаційних механізмів особистості — виникає стан дезадаптації.

Залежно від ступеня важкості проявів дезадаптації, автори поділяють її на 3 стадії: I-ша — порушення адаптації лише в момент дії стрес-фактора; II-га — порушення процесу відновлення адаптаційних функцій організму після впливу стрес-фактора; III-тя — порушення адаптаційних функцій організму в стані спокою без впливу стрес-фактора [21, 22].

Під час проведення літературного огляду 150 наукових праць на таких ресурсах як-от PubMed і Google Scholar за період з 2000 по 2017 рр. ми встановили, що більшість провідних науковців розподіляє дезадаптацію на патогенну (розвиток неврозів, психопатій, соматичних порушень, нервово-психічних захворювань, ці захворювання можуть мати стійкий та хронічний характер), психологічну (виникають акцентуації характеру, конфлікти мотиваційної сфери, депривації, фобії, тривожність, фрустрованість), соціально-психологічну (з'являється неуспішність, недисциплінованість, конфліктність, грубість та агресія під час спілкування з оточуючими) та соціальну (індивід з цим видом дезадаптації починає заважати соціуму, спостерігається девіантна поведінка, можливі протиправні дії) [23, 24].

Розглядаючи патогенну та психологічну дезадаптацію, можемо говорити, що в обох випадках у особистості формуватимуться стани — предиктори психопатологічних та психічних розладів, найпоширенішими з яких можуть

бути тривожні, психотичні, невротичні та депресивні. З наукових джерел відомо, що при тривалих депресивних розладах у особи можуть з'являтися суїцидальні думки, налаштування і тенденція до скоєння суїциду [25—27]. За останніми даними ВООЗ — серед світового населення на депресивні розлади страждають 350 мільйонів людей, також щорічно офіційно реєструється 800 тисяч завершених суїцидів [28].

Говорячи про соціально-психологічну дезадаптацію, потрібно відзначити, що її ознаки в осіб працездатного віку можуть проявлятися у формі зниження дисципліни, продуктивності праці, частоті професійних помилок, вираженості психосоматичних порушень, психопатологічних симптомів, деформаційно-деструктивних тенденцій і проявах синдрому професійного вигорання, як специфічної форми деструкції, що виникає, як правило, внаслідок «стресу спілкування» [23]. У процесі «вигорання», виникає захист у вигляді деперсоналізації та аморального налаштування, що проявляється у девіантному дискурсі спеціаліста. Ці ознаки є предикторами депрофесіоналізації, втрати професійної ідентичності та професійного маргіналізму. Особливо небезпечними ці прояви є серед соціально значимих професій — сфера управління, медицина та освіта, оскільки «професійний продукт» цих сфер діяльності визначає ментальність нації, соціально-економічний стан, рівень культури суспільства, що забезпечує його конструктивну мінливість та прогрес. Найбільший інтерес становить категорія працівників управлінської сфери, оскільки їхня професійна діяльність ускладнена впливом емоційних та стресових чинників, високим рівнем складності завдань, підвищеним рівнем соціальної та професійної відповідальності. В результаті такої діяльності є високий ризик погіршення та втрати фізичного та психічного здоров'я, що обов'язково відобразиться на якості життя, роботи та соціальній взаємодії.

Здебільшого у дослідженнях (близько 60 %) науковці вивчають прояви дезадаптації серед школярів та студентів [29—32, 35—38]. Чимало досліджень (близько 30 %) було проведено серед працівників правоохоронних органів та військовослужбовців [1, 33, 34, 39, 40]. Найменша кількість досліджень була проведена серед працівників соціально важливих сфер — працівників управлінської сфери, лікарів, педагогів. Цей факт зумовлює актуальність проведення дослідження серед працівників управлінської сфери. Цій соціальній категорії були присвячені поодинокі дослідження, незважаючи на її вищеописану важливість в структурі соціуму.

Внаслідок дії стрес-факторів на особистість порушуються її адаптивні структури та виникає стан дезадаптації. Основними проявами дезадаптації будуть — порушення фізичного та психічного здоров'я індивіду, що відобразиться на зниженні його працездатності та робочій ефективності, погіршенні взаємозв'язків з робочим та близьким оточенням, зниженні загальної самооцінки та самосприйняття.

У потенційній групі-ризик перебувають працівники соціально важливих сфер, професійну діяльність яких ускладнюють впливи емоційних та стресових чинників, високі рівні складності завдань, підвищені рівні соціальної та професійної відповідальності. Найяскравішими представниками є працівники управлінської сфери.

Перспективою подальших досліджень є проведення психодіагностики серед працівників управлінської сфери за допомогою стандартизованих опитувальників, що допоможуть виявити прояви дезадаптації.

**Список літератури**

1. Корехова М. В., Соловьев А. Г., Новикова И. А. Профилактика психологической дезадаптации сотрудников ОВД // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2012. № 1 (48).
2. Модель стресс-уязвимости и развитие суицидального процесса // Напрасная смерть: причины и профилактика самоубийств / под ред. проф. Дануты Вассерман ; пер. Е. Ройне. Москва : Смысл, 2005. 310 с.
3. Mann J. J., Waternaux C., Malone K. Toward a clinical model of suicidal behaviour in psychiatric patients // Am. J. Psychiatry. 1999. Vol. 156. P. 181—189.
4. Молодцова Т. Д. Основные виды и типы подростковой дезадаптации // «Концепт»: Научно-методический электронный журнал. 2013. № 5 (21). С. 51—55. URL: <http://e-koncept.ru/2013/13099.htm>.
5. Дмитриева М. А. Психологические факторы профессиональной адаптации // Психологические основы профессиональной деятельности : хрестоматия / сост. Бодров В. А. Москва : ПЕР СЭ ; Логос, 2007. С. 723—730.
6. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. Москва, 1960.
7. Исаева Е. Р. Механизмы психологической адаптации личности: современные подходы к исследованию копинга и психологической защиты // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2008. №2.
8. Вассерман Л. И., Беребин М. А. Факторы риска психической дезадаптации у педагогов массовых школ : пособие для врачей и психологов. СПб., 1997.
9. Селье Г. (Selye H.) Стресс без дистресса / пер. с англ. А. Н. Лука и И. С. Хорола. Москва : Прогресс, 1979.
10. Самохвалов В. П. Психиатрия : учебное пособие для студентов медицинских вузов. Ростов н/Д. : Феникс. 2002.
11. Свиридов Н. А. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе : дис. на соискание уч. степени канд. псих. наук. Л., 1974. С. 68.
12. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16—24.
13. Посохова С. Т. Психология адаптирующейся личности: субъективный подход : дис. на соискание уч. степени д-ра псих. наук. СПб., 2001.
14. Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван : АН АрмССР, 1988. С. 43—65.
15. Барлас Т. В. Особенности социально-психологической адаптации при психосоматических и невротических нарушениях // Психологический журнал. 1994. № 6. С. 117—120.
16. Зотова О. И., Кряжева И. К. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения. Москва, 1979. 481 с.
17. Сороко С. И., Нейрофизиологические механизмы индивидуальной адаптации человека в Антарктике. Л.: Наука, 1984. 152 с.
18. Страхов А. П. Адаптация моряков в длительных океанских плаваниях. Л.: Медицина, 1976. 126 с.
19. Гилемханова Э. Н., Грязнов А. Н., Шулаев А. В. Новый социально-психологический подход к рассмотрению адаптации // Неврологический вестник. Журнал им. В. М. Бехтерева. 2010. вып. 2. С. 33—37.
20. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Эксмо, 2010. 368 с.
21. Дружилов С. А. Профессионалы и профессионализм в новой реальности: психологические механизмы и проблемы формирования // Сибирь. Философия. Образование: Альманах СО РАО, ИПК. Новокузнецк. 2001. № 5. С. 46—56.
22. Змановская Е. В. 369 Девиантология (Психология отклоняющегося поведения) : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва : Издательский центр «Академия», 2003. 288 с.
23. Майсак Н. В., Яковец Д. А. Социальная фрустрация как условие дезадаптации и предиктор девиантности специалиста // Фундаментальные исследования : Электронный научный журнал. 2013. № 10-8. С. 1830—1837. URL : <http://www.rae.ru/fs/pdf/2013/10-8/32673.pdf>
24. Мороденко Е. В. Социально-психологическая адаптация и дезадаптация в процессе социализации личности // Вестник Томского гос. пед. ун-та. 2009. № 8. С. 108—111.
25. Войцех В. Ф., Гальцев Е. В. Нарушение адаптации и суицидальное поведение у молодежи // Социальная и клиническая психиатрия. 2009. Т. 19. № 2. С. 17—25.
26. Краснова В. В., Холмогорова А. Б. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация // Психологическая наука и образование : Электронный журнал. 2011. № 1. 15 с. URL: [http://psyedu.ru/files/articles/psyedu\\_ru\\_2011\\_1\\_2060.pdf](http://psyedu.ru/files/articles/psyedu_ru_2011_1_2060.pdf)
27. Каргин А. М., Холмогорова А. Б., Войцех В. Ф. Личностные факторы суицидального поведения у пациентов кризисного стационара, совершивших суицидальные попытки // Социальная и клиническая психиатрия. 2009. Т. 19. № 4.
28. ВООЗ, Інформаційний бюлетень №396, «Психічні розлади», 2016.
29. Молодцова Т. Д. Роль педагогической поддержки в преодолении дезадаптации подростков // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2012. № 5.
30. Конева О. Б. Социально-психологические аспекты дезадаптации личности // Вестник Челябинского государственного университета. 2012. № 19 (273).
31. Касаткина Н. Э., Семенкова Т. Н. Проблема адаптации студентов вуза к процессам обучения и сохранения здоровья // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. 2012. № 18.
32. Психологические факторы эмоциональной дезадаптации у студентов / [Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г., Евдокимова Я. Г. и др.] // Вопросы психологии. 2009. Т. 3. С. 16—26.
33. Кожеников Б. А., Шостак П. Г., Клейменов В. Н. Особенности личности как фактор риска формирования состояний дезадаптации у сотрудников органов внутренних дел // Мед. вестник МВД. 2013. Т. 64. № 3. С. 65—69.
34. Шаповал В. А. Психологическое здоровье сотрудников органов внутренних дел как предмет исследования ведомственных психологов: новые подходы к оценке и прогнозированию // Вестник Санкт-Петербург. ун-та МВД России. 2009. Т. 43.
35. Anxious solitude across contexts: girls' interactions with familiar and unfamiliar peers / [Gazelle H., Putallaz M., Li Y., et al.] // Child Dev. 2005. 76, 227—246. 10.1111/j.1467-8624.2005.00841.x
36. Gest S. D., Rodkin P. C. Teaching practices and elementary classroom peer ecologies // J. Appl. Dev. Psychol. 2011. 32, 288—296. 10.1016/j.appdev.2011.02.004
37. Hughes J. N., Luo W., Kwok O. M., Loyd L. K. Teacher-student support, effortful engagement, and achievement: a 3-year longitudinal study // J. Educ. Psychol. 2008 100, 1—14. 10.1037/0022-0663.100.1.1
38. Costello EJ, Foley DL, Angold A. 10-year research update review: the epidemiology of child and adolescent psychiatric disorders: II. Developmental epidemiology // J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2006; 45: 8—25. doi: 10.1097/01.chi.0000184929.41423.c0.
39. Agazio J., Goodman P., Padden D. L. Chapter 6: impact of deployment on military families. Annu Rev Nursing Res. 2014; 32(1):109—133.
40. Parental Deployment, Adolescent Academic and Social-Behavioral Maladjustment, and Parental Psychological Well-being in Military Families / [Nancy Nicosia, Elizabeth Wong, Victoria Shier et al.] // Public Health Reports. 2016. Vol. 132, Issue 1, pp. 93—105, 10.1177/0033354916679995.

*Надійшла до редакції 17.03.2017 р.*

**СИДОРЕНКО Олег Олександрович**, науковий співробітник Державної наукової установи «Науково-практичний центр клінічної та профілактичної медицини» Державного управління справами, м. Київ, Україна; e-mail: olegsydorenko259@gmail.com  
**SYDORENKO Oleg**, Researcher of State Scientific Institution “Scientific and Practical Centre of Preventive and Clinical Medicine” of the State Administration, Kyiv, Ukraine; e-mail: olegsydorenko259@gmail.com