



## ПСИХОЛОГІЧНІ КОНЦЕПЦІЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У СИСТЕМНОМУ ТЕОРЕТИЧНОМУ ОБГРУНТУВАННІ

Ірина РЕВАСЕВИЧ

Copyright © 2001

**Суспільна проблема:** прискорення конструктивної складової психологічного розвитку особистості завдяки ґрунтовному вивченню і повносистемному розвою феномена адаптації в історико-психологічному та вітальному аспектах наукового пізнання і проектування людського життя.

**Мета** – обґрунтувати і проаналізувати вітчизняні та зарубіжні психологічні концепції адаптації особистості у середовищі, показати їх вплив на гармонізацію стосунків учня й оточення за умов впровадження інноваційної системи навчання.

**Авторська ідея:** стану повної життєтворчої адаптації індивіда можна досягнути лише тоді, коли детально вивчити природу соціально-особистісної адаптованості у межах концептуальних конструктів різноманітних теорій, з'ясувати сутнісні характеристики та обґрунтувати основні пояснювальні категорії даного надскладного явища, виробити такі інноваційні технології навчання, які б прискорили психосоціальний розвиток суб'єкта, сформулювали стійку позитивну Я-концепцію і внутрішню готовність до діалогічної паритетної взаємодії із соціумом.

**Сутнісний зміст:** здійснений теоретичний аналіз соціальної адапто-

ваності в історико-психологічному аспекті; окреслений зміст процесу адаптації в кожному із сучасних наукових підходів до пізнання природи особистості у зарубіжній та вітчизняній психології; обґрунтовані критерії виділення адаптаційних процесів, видів і типів адаптації людини; висвітлені перспективи продуктивного використання здобутків психологічних теорій у міждисциплінарному утвердженні модульно-розвивальної освіти як інноваційної соціокультурної системи.

**Ключові слова:** *адаптація психічна, адаптація соціальна, адаптивність-неадаптивність, адаптованість особистісна, гіперадаптація, девіантна адаптація, захисні механізми, ідіоадаптація, конфлікт, передадаптація, реадаптація.*

Проблема адаптації особистості у середовищі нині є надзвичайно актуальною. Зміни, які постійно відбуваються в освітянській сфері (оновлення змісту, введення 12-бальної системи оцінювання, обґрунтування вищих програмних вимог до знань і вмінь учнів тощо), сприяють поширенню дезадаптованості серед школярів. Сьогодні за традиційної (класно-урочної) системи навчання певною

мірою здійснюється насильницький педагогічний тиск на духовне життя дітей, у котрих залишилося “єдине соціальне право”: “знати й уміти те, що вимагають шкільні програми. Вони ж є вчительськими програмами і, як не парадоксально, слугують основним законом для учнів, який працює за межами власних ментальних володінь-поглядів, мотивів, інтересів” [48, с. 2].

Суто відмінний психосоціальний стан властивий особистості школяра за модульно-розвивальної системи освіти [47; 50]. Остання має на меті створення та апробацію нової дидактичної моделі школи, за якої інноваційним видозмінам підлягають п’ять основних ланок навчального процесу – цілі і завдання, зміст і форми, технології і методи, засоби і результати спільної освітньої діяльності вчителя і учнів [47, с. 29]. Очевидно, що й за умов впровадження фундаментальних освітніх і педагогічних змін у діяльності школи спостерігаються факти неадаптивності і внутрішнього дискомфорту педагогів і школярів, але, на противагу традиційній оргмоделі навчання, вони є поодинокими, винятковими.

Хоча проблема адаптації – одна з найскладніших і найсуперечливіших у вітчизняній та зарубіжній психології, все ж вона й донині не отримала однозначного розв’язання. Тому на-самперед слід окреслити концептуальні підходи до розуміння суті, змісту, різновидів цього надскладного психологічного явища.

Виникнення терміна “адаптація” відноситься до другої половини XVIII століття і пов’язується з ім’ям німецького фізіолога *Ауберта*, який використовував його для характеристики

приспособлення чутливості органів зору до змін навколишнього освітлення [24; 42]. Первинно утвердившись у постулатах еволюційної теорії та концептах загальної біології, поняття адаптації сягнуло загальнонаукового рівня і стало однією з провідних тем медицини, педагогіки, соціології, психології та низки інших наук.

Прикладом може слугувати концепція *Жана Піаже*, у якій розвиток і функціонування психіки розглядаються як обопільний процес взаємодії суб’єкта з об’єктом, що спричинює досягнення мети адаптації, а така процесуально безперервна адаптивна активність організується у формах *асиміляції* суб’єкта об’єктом й *акомодації* суб’єкта до об’єкта [40]. Перший з них забезпечує функціональну модифікацію організму, у т. ч. дій індивіда, відповідно до вимог та властивостей середовища; другий змінює компоненти конкретного довкілля, перетворюючи їх згідно з організацією структури особистості чи наповнюючи ними поведінкові схеми людини [44]. Згадані тенденції міцно пов’язані між собою й опосередковують одна одну, що водночас не виключає у кожному конкретному випадку провідної ролі будь-якої з них. Отож, як немає асиміляції без акомодації, так, на думку автора, і немає другої без першої.

Очевидно, що вихідні поняття *Жана Піаже* суто біологічні за змістовим наповненням. Формальність в оперуванні вченим вихідними еволюційними термінами вказує на примітну особливість його концепції, що підносить на новий рівень саму проблему адаптації. Якщо у *Г. Спенсера* дане поняття пов’язувалося лише з

реакціями, принаймні – з поведінкою, то через сто років у *Піаже*, на думку В.А. Роменця, ідея адаптації вже починає безпосередньо переходити в ідею творчості, яка набуває дедалі більшого значення у сфері наукової психології.

Отже, тема адаптації поступово вийшла за межі біології і стала розглядатися у проблемному контексті психологічної науки. Однак психологами запропоновані суперечливі тлумачення даного терміна, які вимагають спеціального розгляду, критичного аналізу й теоретичного класифікування.

### **1. КОМПЛЕКСНИЙ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У РАКУРСІ ЗАРУБІЖНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

На сьогодні у зарубіжній психології склалися різні підходи до розуміння природи і структури особистості. Окремі науковці провідну роль у трактуванні категорії “особистість” відводять поведінці (Б. Скіннер), інші – інтрапсихологічним процесам (А. Адлер, Е. Еріксон, Е. Фромм, Г. Олпорт, А. Маслоу), ще інші – когнітивним аспектам досвіду людини (К. Роджерс, А. Бандура, Дж. Роттер). Відповідно до цього і поняття адаптації індивіда у середовищі отримувало різне концептуальне обґрунтування.

Психоаналітична концепція адаптації розроблена у працях З. Фрейда, Г. Гартманна, А. Фрейд. Зокрема, у межах психодинамічної теорії Зігмунда Фрейда адаптація визначається як “результат, що виявляється в гомеостатичній рівновазі особистості

з вимогами оточення (середовища)” [35]. Це тлумачення даного терміна спирається на уявлення автора про три підсистеми психічної сфери особи: Id (Воно), Ego(Я), Super-Ego (Над-Я). Нагадаємо, що Id містить інстинкти, Ego – раціональні пізнавальні процеси особистості, а Super-Ego – систему моралі. Як зауважує фундатор психоаналізу, основним завданням Ego є самозбереження, яке забезпечується через “усвідомлення зовнішніх стимулів, накопичення (у пам’яті) досвіду, уникнення надмірних збудників (через втечу), пристосування до помірних стимулів (адаптація), і, накінець, уміння здійснювати потрібні зміни у зовнішньому світі собі на користь (через діяльність)” [33, с. 81]. Ego, крім того, являє собою своєрідний орган особистості, котрий “використовує психічну енергію на створення внутрішньої гармонії індивіда в такий спосіб, щоб легко й ефективно здійснювалася взаємодія Ego із середовищем” [52], забезпечуючи тим самим плідну роботу адаптивної функції суб’єкта.

Іншим аспектом згаданої проблеми у творчості З. Фрейда є думка про те, що люди постійно знаходяться у стані безперервного конфлікту, витоки якого перебувають в іншій, більш широкій сфері психічного життя – в неусвідомлених сексуальних та агресивних стимулах [54]. Даний конфлікт розглядається як наслідок невідповідності потреб особистості обмежувальним вимогам соціального середовища. Він “викликається вимуженою відмовою, коли позбавлене задоволення лібідо змушене шукати інші об’єкти і шляхи” [46, с. 223]. Результат конфлікту – актуалізація стану особистісної тривоги, й відтак

функціональна дія Его, покликання якої “полягає в тому, щоб не тільки попередити людину про загрозу, що насувається, а й гідно зустріти чи уникнути її. Тривога як така дає змогу особистості реагувати у загрозованих ситуаціях адаптивним способом” [54, с. 127]. Переживаючи тривогу і порушення внутрішнього гомеостазу, Его мобілізує особисті ресурси, тобто захисні механізми, кінцева мета яких – досягнення задоволення. Підтвердженням цього слугує й те, що “прототипом усіх спеціальних способів захисту є витіснення, а мотив і ціль будь-якого витіснення становить не що інше, як уникнення незадоволення” [8, с. 51]. Водночас зауважимо: в реальному житті люди рідко використовують який-небудь єдиний механізм психологічного захисту. Переважно вони неусвідомлено вдаються до різних захисних реакцій для послаблення тривоги чи розв’язання власного конфлікту.

Критикував розуміння Фрейдом процесу адаптації особистості у середовищі В. Франкл, який стверджував, що, на протигагу теорії гомеостазу, напруження не є чимось, чого потрібно уникати. Здорова доза напруження, такого, наприклад, яке породжується смислом, є невід’ємним атрибутом людяності і необхідна для душевного благополуччя [45].

Продовжив дослідження процесу адаптації у психоаналітичній традиції німецький психолог Г. Гартманн. Основна розбіжність його поглядів з ідеями З. Фрейда полягає в тому, що адаптація містить не лише процеси, пов’язані з конфліктними ситуаціями, а й процеси, котрі становлять вільну від конфлікту сферу Я. Великого значення автор надає також соці-

альній пристосованості індивідів, зазначаючи, що “завдання адаптації до інших людей постає перед особою від дня її народження. Вона також адаптується до того соціуму, який частково є результатом активності попередніх поколінь та її самої. Людина не тільки бере участь у житті суспільства, а й активно створює умови, до яких повинна адаптуватися” [26, с. 15–16].

Сучасні психоаналітики широко використовують уведені ще З. Фрейдом та вдосконалені Г. Гартманном поняття “аллопластичної” та “аутопластичної” адаптацій. Перший різновид психологічного пристосування означає “внесення людиною у зовнішній світ певних змін, що сприяють досягненню мети – приведенню зовнішніх обставин у відповідність зі своїми потребами”; другий – відображає “зміни у внутрішній будові особистості, котрі й забезпечують її пристосування до середовища” [40, с. 120].

Загалом, на думку вітчизняних і зарубіжних науковців, психоаналітична концепція адаптації є на сьогодні найбільш розробленою. Теоретиками створена широка система понять із даної проблематики, описані процеси, за допомогою яких людина адаптується до середовища, відкрита й охарактеризована низка захисних механізмів, котрі істотно збагачують світову психологічну думку.

Близькими до психодинамічної теорії є ідеї Карен Хорні, яка спочатку слідувала основоположним принципам концепції З. Фрейда, але поступово відійшла від них і створила *соціокультурну теорію особистості*. На відміну від фундатора психоаналізу, ця дослідниця не вважала,

що тривога є необхідним компонентом у психіці людини. Навпаки, вона стверджувала, що базальна тривога виникає внаслідок відсутності почуття безпеки в міжособистісних стосунках і являє собою “відчуття самотності і безпорадності перед обличчям потенційно небезпечного світу” [54, с. 257]. Щоб адаптуватися до умов середовища, упоратися з почуттям недостатньої безпеки, ворожості, індивід використовує різні захисні стратегії, які в соціокультурній психології отримали назву невротичних потреб чи невротичних тенденцій. Серед останніх основними є: у любові і схваленні, чітких обмеженнях і владі, суспільному визнанні і громадянській повазі, самодостатності і незалежності тощо.

У більш пізніх роботах К. Хорні розмежовує ці потреби на три групи: а) рух назустріч людям – наприклад, потреба у любові; б) рух від людей – зокрема, потреба в незалежності; 3) рух проти людей – щонайперше, потреба у силі [52]. Окреслені потреби – це ті напрямки, які вибирає індивід, щоб налагодити свої стосунки з оточенням. У першому випадку особа визнає свою безпорадність і, не дивлячись на відчуженість і страх, намагається завоювати любов і прихильність інших членів соціуму, щоб покластися на них. Лише у такий спосіб вона може відчуті себе у соціальній безпеці. Рухаючись проти людей, особистість визнає і приймає як належне ворожість оточуючих та свідомо чи несвідомо зважається на боротьбу. Коли ж індивід не хоче ні приналежності, ні боротьби, тобто сторониться людей, то будує свій власний світ за тактикою відступу, самоуникнення [30, с. 30]. У кож-

ному із цих трьох видів стосунків надміру посилений один з елементів базальної тривоги: безпорадність у першому, агресія – другому, ізоляція – третьому.

У контексті розглянутих теоретичних конструктів можна диференціювати риси адаптованої та неадаптованої особистостей (*рис. 1*). З погляду добре пристосованого до життя суб'єкта, немає причин, “згідно з якими ці типи стосунків будуть взаємовиключатись. Людина повинна поступатися іншим, боротися з ними і триматися відокремлено. Всі три типи відношень-ставлень можуть доповнювати один одного і створювати гармонійне ціле. Якщо ж домінує одне з них, то це вказує на надмірний розвиток певного психологічного змісту” [53, с. 43]. Неадаптована особа використовуватиме зазначені типи взаємин негнучко, усвідомлюючи лише одну з тенденцій, заперечуючи та витісняючи інші; вона, через надто високу основну тривогу, змушена буде вдаватися до ірраціональних і неприродних способів вирішення конфлікту, передусім до створення ідеалізованого образу Я.

Позитивно оцінюючи пошуки причіників соціокультурної концепції, важливо підкреслити, що ступінь адаптованості особистості визначається характером її емоційного самопочуття. Адаптованість при цьому пов'язується з досягненням задоволення та уникнення тривоги, а неадаптованість – із наявністю останньої у внутрішньому світі особи. Саме од відсутності чи наявності тривоги залежить психологічне здоров'я людини, ступінь її соціумної пристосованості. У зв'язку з цим цікавими видаються погляди Альф-

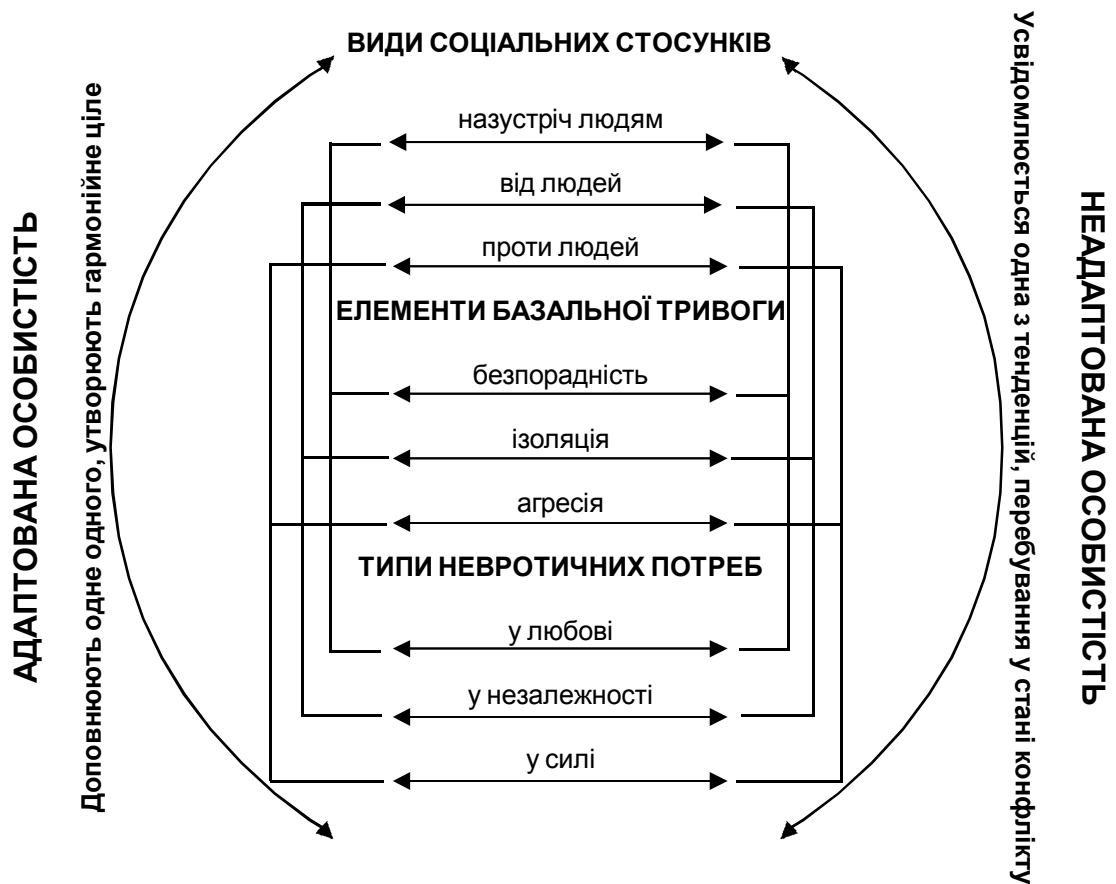


Рис. 1.  
 Модельна характеристика адаптованої та неадаптованої особистостей (за К. Хорні)

реда Адлера – видатного дослідника, послідовника З. Фрейда, який створив власну оригінальну теоретичну систему – *індивідуальну психологію*. Він стверджував, що жоден із проявів активності не можна розглядати ізольовано, а лише у зіставленні з особистістю в цілому.

За А. Адлером, показником психологічного здоров'я є ступінь вираження соціального інтересу і прагнення до переваги. Наше життя цінне тільки тим, як ми сприяємо підвищенню вартості життя інших людей. Нор-

мальні, душевно здорові люди посправжньому піклуються про землян, їхнє прагнення до переваги соціально позитивне і містить устремління до благополуччя всіх громадян. Водночас вони розуміють, що не все в сучасному світі правильно влаштоване, тому беруть на себе завдання покращити участь людства. Навпаки, у погано пристосованих людей соціальний інтерес розвинений недостатньо. Звідси природно, що вони егоцентричні, борються за власну перевагу і верховенство над іншими, у них

відсутні високі соціальні цілі. Відтак кожна особа цієї групи заклопотана виключно власним життям, котре має лише особистісний вартісний сенс [54].

Прагнення до переваги, на думку А. Адлера, коріняться в еволюційному процесі постійного пристосування до оточення. Усі біологічні, а тим більше біосоціальні, види повинні розвиватися у напрямку більш ефективної адаптації чи за протилежних умов – зникнути. Тому кожен індивід природно прагне до досконаліших взаємин з довкіллям, якомога повніше освоює компоненти середовища [33].

Після З. Фрейда дослідники-психологи робили численні спроби переглянути психоаналіз, щоб показати виняткове значення *Его-процесів* і простежити перебіг їхнього розвитку в життєдіяльності особистості. Проте найгрунтовнішу психологічну теорію вдалося створити Еріку Еріксону, який повно обґрунтував адаптивні здібності Его у проблемному просторі акмеологічного розвитку індивіда. Він розглядав Его як “автономну структуру особистості, основним напрямком розвитку якої є соціальна адаптація” [54, с. 217]. Загалом процес такої адаптації, за Е. Еріксоном, описується формулою:

*суперечність – тривога –  
захисні реакції індивіда  
в середовищі – гармонійна  
рівновага чи конфлікт.*

У цій концептуальній схемі конфлікт – лише один з імовірних наслідків взаємодії особистості і середовища у процесі онтогенетичного розвитку. Причому кожна психосоціальна стадія супроводжується кризою – “поворотним моментом у житті індивіда, який виникає як наслідок досягнення певного рівня психоло-

гічної зрілості і соціальних вимог, котрі ставляться перед ним на цій стадії” [54, с. 219].

Конфлікт виникає тоді, коли захисних реакцій недостатньо, щоб людина опанувала проблемним середовищем. Якщо на попередній стадії розвитку Его збагатилося новими позитивними якостями і конфлікт вирішується задовільно, то настає співпраця і гармонія індивіда та соціуму. В цьому аспекті Его-психологія Еріксона дуже близька до іншого напрямку досліджень соціальної адаптації, який пов’язаний із гуманістичною психологією А. Маслоу та Е. Фромма.

Абрахам Маслоу визначає психологічну непристосованість як “хворобу позбавлення” [33, с. 386] і вважає, що вона спричинюється фрустрацією фундаментальних, дефіцитарних потреб особистості. У підґрунті ієрархічної схеми потреб [57, с. 38] лежить припущення, що потреби одного виду повинні бути задоволені повністю, перш ніж інша, розміщена вище спонука, проявиться і стане діючою. Вчений виходить із того, що ієрархічна організація потреб поширюється на всіх людей, і чим вище особа здатна піднятися у цій ієрархії, тим більшу індивідуальність, людські якості, психічне здоров’я і соціальну адаптованість вона продемонструє.

Особливий інтерес викликають обґрунтовані А. Маслоу *мета-потреби*, серед яких найвагомішими є цілісність, досконалість, активність, унікальність, істинність, доброта, краса [43]. Вони, на відміну від дефіцитарних потреб, у ситуаціях задоволення часто приводять до збільшення напруження, а не навпаки, до його зменшення. Депривація і

фрустрація метапотреб здебільшого провокують психічне захворювання людини. Хвороби, які з'являються у результаті незадоволення метапотреб, відомий психолог назвав *метапатологіями*. Такі стани, як апатія, відчуження, агресія, цинізм і депресія – реальні візрі вищих психічних розладів. Ці яскраві реакції здебільшого усвідомлюються людиною, спрямовані на усунення неприємних переживань із її свідомості, реально не розв'язуючи самих проблем. Вони є аналогом захисних дій, які розглядалися у психоаналітичній науковій школі і властиві переважно всім здоровим людям, оскільки відіграють роль діяльного механізму самопомоги.

Не погоджувався із щойно зазначеним трактуванням адаптації особистості представник феноменологічної психології К. Роджерс, котрий вважав, що вищеокреслені конструктивні реакції (метапатології за Маслоу) – це прояв паталогічних механізмів, які властиві лише людям із невротичними розладами.

Заслугове на увагу й гуманістична концепція особистості постфрейдиста Е. Фромма. На його думку, люди перебувають у стані постійного конфлікту, тому що прагнуть свободи і водночас хочуть відчувати себе об'єднаними та неподільними з іншими людьми. Ця “безодня між свободою і безпекою стала основною причиною ... труднощів у людському існуванні” [54, с. 248].

Чимало сучасників Е. Фромма вважали структуру американського суспільства досконалою, а тому члени соціуму, котрі були погано пристосовані до неї, сприймалися психологами як неповноцінні громадяни.

Разом з тим добре адаптованого індивіда вони відносили до вищого про шарку за шкалою загальнолюдських цінностей. Е. Фромм заперечував це твердження, відмічаючи, що висока пристосованість почасти досягається лише шляхом відмови від власної індивідуальності, а відтак утрати своєї самості [33]. Іншими словами, адаптація особи до соціуму – це завжди компроміс між її внутрішніми потребами і зовнішніми вимогами довкілля. До того ж психічне здоров'я не можна передавати “через пристосування індивіда до суспільства, у якому він живе; якраз навпаки: його слід висвітлювати з позицій пристосування суспільства до потреб людини, виходячи з того, сприяє воно чи заважає розвитку психічного здоров'я” [30, с. 333].

Конфлікт виникає й тоді, коли фруструються потреби особистості, до яких психолог відносить такі: 1) у встановленні зв'язків; 2) у подоланні; 3) в коренях; 4) в ідентичності; 5) у системі поглядів і відданості. Аналогом захисних реакцій в Е. Фромма є механізми втечі – авторитаризм, деструктивність, абсолютне підкорення. Воднораз незадоволення актуальних потреб спричинює дію механізмів психологічного захисту, котрі покликані знизити чутливість людини до травмуючих чинників і забезпечити її належну соціальну адаптацію [25, с. 174].

У феноменологічній психології зміст адаптації особистості у середовищі можна виразити такою формулою:

*конфлікт – загроза – тривога – механізми захисту.*

К. Роджерс стверджував, що поведінка людини узгоджується з її Я-концепцією. Коли переживання



перебувають у конфлікті з “Я” та умовами його цінності, виникає загроза Я-концепції. Якщо ж індивід не усвідомлює цієї невідповідності між Я-концепцією і переживаннями, то він стає відкритим для тривоги й особистісних розладів. Відтак тривога – це “емоційна реакція на загрозу, яка сигналізує, що організована Я-структура відчуває небезпеку дезорганізації, якщо невідповідність між нею і травмуючим переживанням досягне усвідомлення” [54, с. 546]. Для збереження цілісності “Я” організм застосовує механізми захисту, до яких учений відносить викривлене сприйняття і заперечення. Водночас дистресове переживання не усвідомлюється не тому, що протистоїть моральним нормам, як думав З. Фрейд. Його символізація у свідомості заперечується, оскільки воно не сумісне з Я-структурою. Отож захисна поведінка зберігає усталену структуру “Я” і внутрішньо не дозволяє людині втратити самоповагу.

Феноменологічний підхід у психології також досліджує особистісні риси і властивості, які формуються в адаптованого індивіда (“повноцінно функціональної людини”, за К. Роджерсом). Серед них виділяють [54]:

1) відкритість переживанню (здатність прислухатися до себе, відчути повний спектр вісцеральних, сенсорних, емоційних і когнітивних хвилювань у собі без загрози Я);

2) екзистенційний спосіб життя (тенденція жити повноцінно й насичено кожного моменту існування, так щоб кожне переживання сприймалося як свіже та унікальне, відмінне від того, що було раніше);

3) органімізмична довіра (здатність людини брати до уваги свої внутрішні

відчуття і розглядати їх як основу для вибору поведінки);

4) емпірична свобода (людина може вільно жити так, як хоче, без обмежень чи заборон);

5) креативність (творчі люди прагнуть жити конструктивно й адаптивно у своїй культурі, намагаючись водночас повно задовільнити власні найглибші потреби).

Отже, психічно здорова, адаптована у житті людина прагне до реалістичного сприйняття себе і своїх відносин з іншими людьми, безперервного самопізнання та емпіричної свободи, вироблення стійких вітокультурних цінностей. Вона не обов’язково “дистильовано” буде пристосована до своєї культури. Однак у будь-який час і за будь-яких умов житиме в гармонії з близькою їй культурою, котра так потрібна для збалансованого задоволення її різноманітних потреб. Як зазначає К. Роджерс, така особистість “з великою імовірністю адаптувалася б і вижила внаслідок зміни довілля. Вона змогла б добре і творчо пристосуватися як до наявних, так і до нових умов” [36, с. 245]. На противагу схарактеризованій дезадаптована особистість переживає психотравмуючу невідповідність між Я-структурою і набутим ментальним досвідом, між “усвідомленим Я” і Я-ідеальним. Вона схильна до заперечення чи викривлення будь-якого переживання, яке суперечить її актуальному Я-образу, тому що усвідомлення спричинює тривогу, відчуття загрози і внутрішній розлад [54, с. 560].

Блискучу психологічну характеристику адаптованої особистості знаходимо також у диспозиційній психології, яскравим представником

якої є Гордон Олпорт [26а; 54]. На відміну від багатьох персоністів, чії теорії базуються на вивченні незрілих і нездорових осіб, цей учений відмовився вірити у те, що зрілі і незрілі люди мають багато спільного. Тому тривалий час працював над створенням адекватного опису здорової особи, або того, що він назвав “зрілою особистістю”. На його думку, добре пристосована, психологічно зріла особистість характеризується такими рисами [54, с. 288]:

- широкі межі “Я” (може поглянути на себе зі сторони, бере активну участь у трудових, сімейних і соціальних відносинах, має хобі, цікавиться політичними і релігійними питаннями й усім тим, що вважає значущим);

- теплі, сердечні, соціальні стосунки з оточуючими людьми (виявляє товариську інтимність та співчуття);

- емоційна безтурботність і самоприйняття (вміє керувати власними емоційними станами, наприклад, почуттям гніву чи провини, має позитивне уявлення про саму себе, здатна терпимо ставитися до власних недоліків);

- реалістичне сприймання, позитивний досвід і благородні схильності (сприймає інших людей, об’єкти і ситуації такими, якими вони є насправді, у неї достатньо досвіду і вмінь, щоб мати справу з реальністю; прагне до досягнення особистісно значущих і реалістичних цілей);

- висока здатність до самопізнання і почуття гумору (має чітке уявлення про власні сильні і слабкі сторони, філософський гумор як спроможність сміятися над найулюбленішими для себе речами і все ж продовжувати цінувати їх);

- цільна життєва філософія (зріла особистість має глибоко вкорінений

набір вартостей, котрі слугують засадою її цільного життя, наявність гуманістичних вартісних орієнтацій, які надають значущості і сенсу всьому, що робить людина).

Очевидно, що переважна більшість зарубіжних науковців-психологів, обґрунтовуючи природу соціальної адаптації, розглядали тільки те, що відбувається всередині людини, тобто які саме психічні структури і процеси спричинюють її реальну поведінку. Проте за кордоном існує, принаймні, один фундаментальний напрям, який у ролі головного чинника людської поведінки розглядає зовнішнє оточення. Мовиться про научально-біхевіоральну теорію особистості та концепцію оперантного навчання, фундатором яких є відомий теоретик та експериментатор Б. Скіннер.

Основне поняття, на якому базується його вчення – “оперантна поведінка”, зміст якого містить “реакції, котрі вільно виявляються організмом”, визначаються і контролюються результатом, що слідує за ними [54]. Тоді психологічний процес адаптації особи можна відобразити за допомогою такої формули:

*оперантна реакція – стимули – підкріплення.*

Поведінка людини, на переконання Б. Скіннера, контролюється аверсивними – неприємними чи больовими – стимулами, серед яких найпомітніші покарання і негативне підкріплення. Суть позитивного покарання: “за реакцією слідує неприємний стимул, а негативне покарання полягає в тому, що за реакцією усувається приємний стимул” [54, с. 367]. Водночас учений виступав проти покарання і негативного підкріплення й вважав, що на формування добре адаптованої і здорової поведінки

особистості значно краще впливає застосування позитивного підкріплення, на яке вона здебільшого реагує пасивно. Отже, дослідження адаптованості у теорії оперантного навчання пов'язується з позитивним результатом оперантної реакції, а неадапованість – з негативним стимулом та підкріпленням.

У зарубіжній психології поширення отримало й необіхевіористичне визначення адаптації, яке характеризується подвійністю: а) як стан, у якому потреби індивіда, з одного боку, і вимоги середовища – з іншого, повністю задоволені, тобто наявна гармонія між індивідом і природним чи соціальним середовищем; б) як процес, з допомогою котрого цей гармонійний стан досягається [26, с. 8]. До того ж біхевіористи (Г. Айзенк, Р. Хенкі) розводять поняття адаптації взагалі і соціальної адаптації зокрема. Останню вони розуміють як процес “фізичних, соціально-економічних чи організаційних змін у специфічно-груповій поведінці, соціальних стосунках чи у культурі” [26, с. 9].

Вочевидь у біхевіористському визначенні адаптації переважно мовиться про адаптацію груп, а не окремих індивідів; явним є біологізаторський підхід до пізнання природи психічної активності суб'єкта, наочним підтвердженням чого служить використання терміна *adjustment* (“пристосування”).

Близькими до вищезгаданих ідей є погляди німецького гештальт-психолога Курта Левіна, котрий в основному досліджував проблему адаптації особистості у групі [19; 52]. Якщо простір вільного руху індивіда в групі надто малий, тобто коли його незалежність від групи недостатня, то

він буде нещасним; надто інтенсивна фрустрація примусить його покинути загал чи навіть спробувати зруйнувати групову структуру, якщо вона дуже жорстоко обмежує вільний рух своїх членів [19, с. 219]. Відтак пристосування у колективі залежить від його специфіки, позиції особи у групі, характеру і психологічної організації її внутрішнього світу загалом.

Децо в іншому ракурсі висвітлює проблематику адаптації людини інтракціоністський напрямком, представником якого вважається Л. Філіпс [26]. Відповідно до його основних концептів адаптованість знаходить формовияв у двох типах відповідей на впливи середовища: а) прийнятті та ефективній реакції-дії на ті соціальні очікування, з якими зустрічається кожен відповідно до свого віку і статі; така адаптованість – вияв конформності щодо тих норм, якими соціум зорганізовує поведінку особистості; б) гнучкості та ефективності при зустрічі з новими і потенційно небезпечними умовами, а також здатності надавати подіям бажаного для себе розвитку; щойно зазначене фіксує специфічне значення адаптації, яке не зводиться до простого прийняття соціальних норм, а передбачає їх майстерне освоєння [26, с. 11].

Підкреслимо наявність ще однієї важливої особливості згаданої конструктивної тенденції у розумінні адаптації, суть якої полягає у розмежуванні психологічного змісту процесів адаптації (*adaptation*) і пристосування (*adjustment*). Так, приміром, Т. Шибутані пише, що кожна особистість характеризується комбінацією прийомів, котра дає змогу долати труднощі, а самі ці

прийоми можна розглядати як форми адаптації (adaptation). Тому на відміну від поняття “пристосування” (adjustment), що стосується того, як організм вживається з вимогами специфічних ситуацій, адаптація відображає більш стабільні рішення, щонайперше добре організовані способи успішно справлятися з типовими проблемами, і містить прийоми, які кристалізуються шляхом послідовного ланцюга пристосувань [56].

Не приймали біхевіористські висновки про причини поведінки людини і представники соціально-когнітивної теорії особистості – А. Бандура і Дж. Роттер. Їхня основна думка: поведінка – це “результат складної взаємодії між когнітивними процесами і впливами оточення” [54, с. 426]. Зокрема, за А. Бандурою, під час соціалізації люди переживають таку наступність подій:

*проступок – внутрішній  
дискомфорт – покарання –  
полегшення.*

Дії, які не відповідають внутрішнім нормам поведінки, природно викликають почуття тривоги, самоосуд, а відтак і внутрішній дискомфорт. Своєрідним захисним механізмом тут є покарання, зокрема самопокарання (самокритика, самоосуд), реакції якого довго зберігаються, пом’якшуючи душевний біль і послаблюючи зовнішнє покарання. Отож учений робить висновок: неадаптивна поведінка – “це результат надто суворих внутрішніх норм самооцінки” [54, с. 390].

Концепція адаптації Дж. Роттера зосереджується навколо змісту понять “вартість потреби” і “свобода діяльності”. Звідси основна причина поганої адаптації особистості полягає

в поєднанні високої цінності потреби і низької свободи діяльності. Тенденція встановлювати надто завищені цілі спричинює надцінність потреби і призводить до неминучої фрустрації і невдачі. У людей з поганою адаптованістю також низька свобода діяльності, оскільки вони помилково вважають, що у них немає навичок чи інформації, необхідних для досягнення їхньої мети. Автор також визнає, що неадаптовані особи найчастіше шукають досягнення цілей у фантазіях чи прагнуть захиститися від ризику потерпіти невдачу, або ж намагаються уникнути його [54, с. 418].

Узагальнення теоретичних положень щодо адаптованості-неадаптованості представників когнітивної психології дає змогу відобразити сутнісний психологічний зміст процесу адаптації особистості такою формулою:

*когнітивний дисонанс –  
дискомфорт –  
реакція пристосування.*

Якщо у процесі вітальної взаємодії із середовищем особистість стикається з інформацією, що суперечить накопиченому у неї установам, то виникає неузгодження між змістовим компонентом установки й образом ідеальної ситуації. Це розходження-розрив переживається як стан дискомфорту, загроза чи небезпека. Останній, зі свого боку, стимулює особистість до активного пошуку можливостей зменшення і перспектив зняття когнітивного дисонансу.

Отже, серед зарубіжних науковців наявні чималі розбіжності як у поглядах на природу адаптації людини, так і у витлумаченні психологічного змісту адаптаційного про-

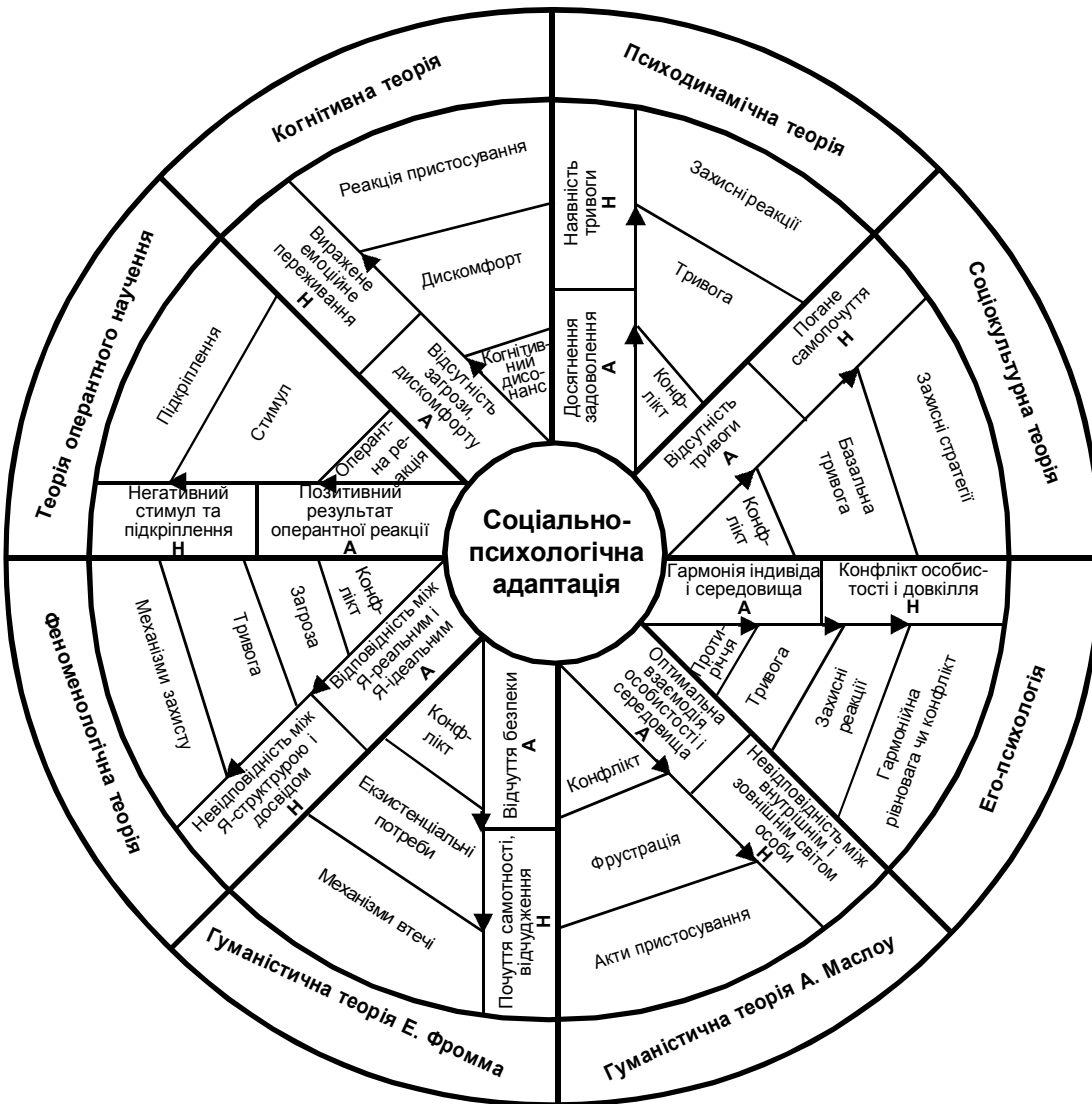


Рис. 2.

Сутнісні концептуальні параметри і психологічні механізми змісту процесу адаптації в зарубіжній теоретичній психології

цесу особистості зокрема (рис. 2). Переважно вони обґрунтовують лише два рівні адаптації: адаптованість – неадаптованість і визначають їх сутність на теоретико-методологічних засадах власного підходу до інтерпретації психологічної організації внутрішнього світу індивіда.

## 2. ПОНЯТТЯ АДАПТАЦІЇ У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ ВІТЧИЗНЯНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ

Досить різнобічно обґрунтовують змістове наповнення категорії “адаптація особистості” провідні вітчизняні

психологи, вважаючи її: 1) першою фазою становлення індивіда, який вступає у відносно стабільну соціальну спільність (А.В. Петровський); 2) фазою активного засвоєння прийнятих соціумом норм та оволодіння відповідними формами спілкування і діяльності (Н.І. Шевандрін); 3) компонентом дієвого ставлення суб'єкта до світу, складовою осмислення і розв'язання переважно репродуктивних задач і проблем шляхом соціально прийнятих чи ситуативно можливих способів поведінки (А.В. Фурман); 4) результатом діяльності цілісної саморегулюючої системи, яка є ієрархічною організацією адаптаційних процесів (Ю.Н. Александровський); 5) функцією розвитку особистості (П.С. Кузнецов) тощо. Окремі із згаданих науковців взагалі негативно, як зазначає Г.О. Балл, ставляться до застосування терміну “адаптація”, доводячи хибність цієї пристосувальної функції психічного та особистості зокрема. Очевидно, що певні підстави для такого негативізму є, якщо адаптація розуміється вузько: як підкорення індивіда практично незалежному від нього середовищу, де останнє трактується як безпосереднє оточення особи чи вважається досить обмеженим у просторі і часі [4].

У соціальній психології адаптація розглядається як “закономірність спільної діяльності, що спричинена загальною метою і ціннісними орієнтаціями соціальних груп” [43, с. 28]. Для наукового опису використовуються такі поняття, як “соціальний статус”, “професійне самовизначення”, “становище у колективі”, “сформованість соціально значущих здібностей”, “характерологічні особливості і якості” [15]. Крім того,

аналізуються об'єктивні та суб'єктивні критерії соціально-психологічної адаптації особистості. До перших відносяться продуктивність діяльності і реальне становище людини у колективі, показниками яких є навчальна (для учнів) чи професійна (для дорослих) успішність, стан роботи й авторитет, котрі свідчать про визнання членами групи пріоритету особистості у тій чи іншій діяльності. До суб'єктивних критеріїв адаптації належать: вдоволення індивіда (усвідомлене чи неусвідомлене), ставлення до різноманітних аспектів та умов діяльності і спілкування, до самої себе [15, с. 249]. До того ж переважна більшість психологів дотримуються думки, що соціальна адаптація – 1) постійний процес активного пристосування індивіда до умов середовища; 2) результат цього процесу [31; 32; 35]. Це визначення можна вважати класичним для традиційного підходу у сфері психології.

Подальше обґрунтування логіки аналізу піднятої проблематики потребує зосередження на таких категоріях, які повно розкривають зміст даного поняття. Це передусім стосується термінів “тип адаптаційного процесу”, “різновид адаптаційного процесу”, “рівень функціонування адаптації”, “вид адаптації” (рис. 3). Зупинимося детальніше на їх змістовній характеристиці.

Теоретичний аналіз моделей адаптації дає змогу зробити висновок, що в загальному адаптаційному процесі чітко вирізняються етапи, які залежать від різних ефектів адаптації, – а) обернених і нестійких результатів і б) стійких якісних змін. Таке розмежування дозволяє оптимально, в контекстному просторі емоційного

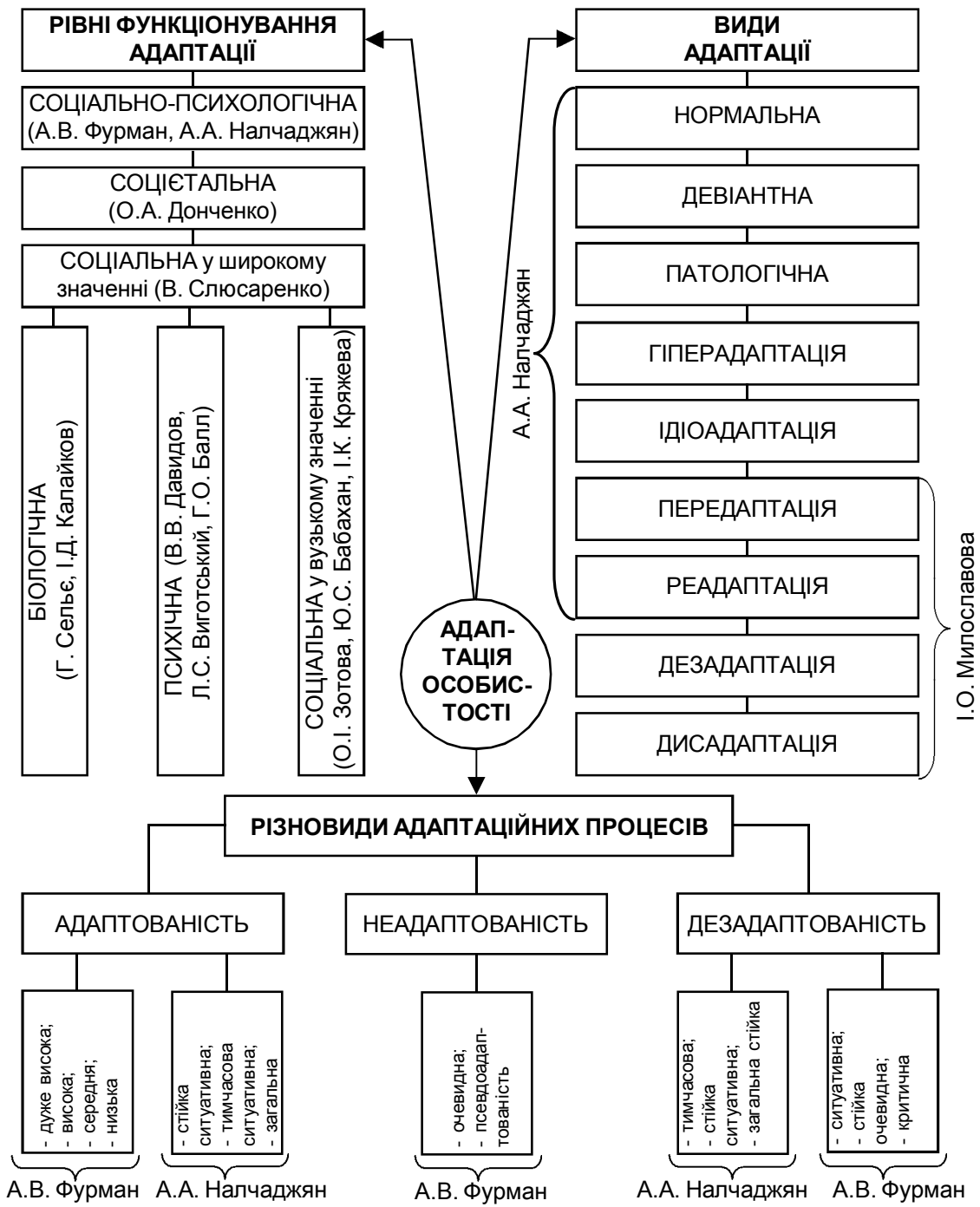


Рис. 3.  
Класифікації адаптаційних процесів у сучасній вітчизняній психології

чинника, описувати адаптаційний процес у межах двофазної моделі, коли обґрунтовуються етапи первинної (адаптивні реакції) і стабільної адаптації. Перший характеризується розгортанням програм орієнтаційної поведінки, а саме: формуванням неповної чи широкої, але не структурованої схеми діяльності, переважанням емоційного реагування в різних формах, нестійкістю афективних та функціональних станів, значними психоенергетичними витратами; другий – уможлиблюється розгортанням програм, які можна назвати “психічною спеціалізацією”, себто приведенням у достатньо повну відповідність наявних особистісних конструктів, схем діяльного вчинання з вимогами навколишнього середовища [14].

Цікавими з концептуального погляду є підходи щодо характеристики основних типів адаптаційних процесів. Традиційно психологи виділяють два типи процесу адаптації: а) який характеризується переважанням активного впливу на соціальне середовище; б) котрий визначається пасивним, конформним прийняттям цілей і ціннісних орієнтацій групи [31; 32].

Не погоджується із цим розмежуванням А.А. Реан, який пропонує розрізняти типи адаптаційного процесу не за критеріями “активність – пасивність”, а за основним вектором активності людини: а) спрямованість енергетики “назовні” відображає один тип цього процесу, котрий характеризується ініціативним впливом особистості на середовище, його швидким освоєнням і пристосуванням до себе; б) спрямування активності “всередину” спричинює прискорену зміну індивідом самого себе, корекцію власних соціальних установок і звичних інструментальних, поведінкових сте-

реотипів. Як зауважує А.А. Реан, невідомо, що з енергетичного погляду дається легше: зміна середовища чи зміна себе. У будь-якому разі зрозуміло, що ні про який пасивний процес адаптації мови не може бути. Конформне, пасивне прийняття вимог, норм, установок і цінностей соціального середовища без включення активного процесу самозміни, самокорекції і саморозвитку – це завжди не адаптація, а дезадаптація” [35, с. 274].

Учений вважає, що насправді існує ще й третій тип адаптаційного процесу, який називає імовірно-комбінованим. Саме цей тип є найпоширенішим і найефективнішим з огляду на природу адаптації. Він базується на використанні обох варіантів вищезгаданих (“чистих”) типів. Вибір окремої пристосувальницької версії здійснюється внаслідок оцінки особистістю ймовірної успішності адаптації за умов утілення різних стратегій поведінки.

Істотним аспектом піднятої проблематики є той факт, що теоретичні пошуки вітчизняних авторів здійснюються з позицій *діяльнісного підходу*, тобто розглядають адаптацію у межах парадигми спілкування і міжособистісної взаємодії крізь формовияв активності пізнавальної (О.М. Матюшкін, А.В. Фурман), пошукової (В.С. Ротенберг, В.В. Аршавський), надситуативної (В.А. Петровський), адаптивної та перетворювальної (Н.І. Сарджвеладзе).

О.М. Матюшкін використовує поняття “адаптивні види активності”, зміст якого відображає єдність відповідних процесів, які забезпечують формування багаточисельних стереотипів поведінки, навичок, звичок, установок, котрі становлять підґрунтя стандартних форм поведінки і діяльності” [23]. В.С. Ротенберг та В.В. Ар-



шавський під пошуковою активністю розуміють “загальний неспецифічний чинник, який визначає стійкість організму до стресу і шкідливих впливів” [38]. У поведінковому контексті відмови від пошуку розглядається також категорія “набутої безпорадності”, запропонована М. Селігманом як один із показників дезадаптації.

Продуктивними видаються погляди В.А. Петровського, який тлумачить адаптацію у логіці розгортання надситуативної активності [29]. Автор уводить термін “адаптивна спрямованість”, що описує не тільки процеси пристосування індивіда до природного середовища, а й “процеси адаптації до соціального середовища як виконання вимог з боку суспільства, а також очікувань і норм, дотримання яких гарантує повноцінність суб’єкта як його представника” [29, с. 13].

Аналогічна думка зустрічається й у фундатора вітчизняної психології діяльності О.М. Леонтьєва, котрий спирається на такий постулат: коли говоримо про соціальне середовище, в якому проживає людина, то вкладаємо у це поняття інший зміст, ніж той, який воно має у біології, – умови, до котрих пристосовується організм. Найближче соціальне середовище людини – це та суспільна група, до якої вона належить і яка становить коло її безпосереднього спілкування” [21, с. 359].

Щоб зрозуміти глибше аналізоване психологічне явище як архіскладну реальність внутрішнього світу людини, то слід чітко розмежувати різновиди адаптаційних процесів:

а) адаптивність як справжня чи відносна гармонійність між суб’єктивними цілями і кінцевими результатами, яка супроводжується позитивними ставленнями (оцінкою, розумін-

ням, прийняттям тощо) особистості до навколишнього світу і самої себе;

б) неадаптивність як більшою чи меншою мірою усвідомлена невідповідність між цілями і результатами діяльності, яка породжує амбівалентні почуття й оцінки, але яка не справляє психотравмуючого впливу на особистість;

в) дезадаптивність як певна дисгармонія між цілями і результатами, яка є джерелом психічної напруги, внутрішнього дискомфорту і нестабільності перебігу психічних процесів (страх, депресія, фрустрація тощо) [49, с. 32].

Принадно зауважимо, що на методологічному рівні аналізу адаптації особистості треба розрізняти адаптацію як процес (система “адаптивність – неадаптивність – дезадаптивність”) і як результат (система “адаптованість – неадаптованість – дезадаптованість”), на чому зосереджує увагу концепція А.В. Фурмана [50, с. 15–19].

За останні 15–20 років, на думку В.А. Петровського, особливого значення набула неадаптованість. Якщо раніше вона сприймалася як хворобливе відхилення від деякої норми, то нині переважно асоціюється з активною позицією людини в житті. На категоріальному рівні аналізу “адаптованість – неадаптованість” можуть бути розкриті як “тенденції функціонування цілеспрямованої системи, котрі характеризуються відповідністю (невідповідністю) між її цілями і досягнутими у процесі діяльності результатами” [29, с. 11]. Адаптованість виявляється в узгодженні цілей і результатів, а неадаптованість – у суперечливості між ними: намір не співпадає з діянням, задум – із втіленням, стимул до дії – з її наслідком

[28, с. 26]. Автором окремо проаналізовані і виділені три найпоширеніші принципи адаптованості у різних загальнопсихологічних підходах до вивчення поведінки людини: а) гомеостатичний, б) гедоністичний, в) прагматичний.

Ідея гомеостазу перейшла із біологічних теорій, у яких стверджувалося, що всі реакції організму як системи, котра пасивно пристосовується до впливів середовища, покликані виконувати власне адаптивну функцію – “повернути організм до стану рівноваги” [3, с. 106]. Гомеостатичний варіант присутній і в зарубіжних теоріях особистості (З. Фрейд, К. Левін, Л. Фестінгер, Ч. Осгуд). У змістовому просторі другого варіанту будь-які поведінкові акти спрямовані на максимізацію задоволення і мінімізацію страждання. Прагматичний варіант поширений у функціональній і когнітивній психологіях як положення про те, що будь-яка адаптивна поведінка забезпечує максимізацію користі (ефекту) у ситуації мінімальних психосоціальних витрат.

Згадані принципи адаптації об’єднують те, що у них поведінка підпорядкована чітко визначеній меті. “Підпорядкування активності якій-небудь раніше заданій нормі чи цілі і становить сутнісну особливість поведінки суб’єкта, яка характеризується як адаптивна” [29].

Аналіз психологічних концепцій адаптації вітчизняних авторів, які обстоюють діяльнісний підхід, показує, що активно використовуються лише два рівні функціонування цього явища: адаптованість і неадапованість (або дезадапованість) (рис. 4). Водночас заперечує такий дихотомічний поділ А.А. Реан, який вважає, що, крім вищезгаданих, існують і про-

міжні варіанти-рівні. Він пропонує оригінальну модель соціальної адаптації (рис. 5) [13, с. 284]. При цьому внутрішній критерій пов’язується із психоемоційною стабільністю, особистісним комфортом, станом задоволення, відсутністю дистресу, відчуття загрози тощо, а зовнішній відображає відповідність реальної поведінки особистості установкам суспільства, вимогам середовища, прийнятим у соціумі правилам. В останньому випадку адаптація виявляється як конфліктна, асоціальна і делінквентна поведінка. Водночас за цих умов може бути “внутрішня гармонія” особистості, тобто має місце адаптованість за внутрішньою організацією психічних функцій. Системна соціальна адаптація (реадаптація) відповідає обом зазначеним критеріям: це – з’ява нового системного утворення – “здатності особистості до самоактуалізації в гармонії з реальним соціумом” [13].

А.В. Фурман використовує також категорію “псевдоадапованість”, зазначаючи, що ступінь неадапованості може бути різним: одна справа, коли особистість усвідомлює це, і зовсім інша, коли не помічає й, відповідно, не враховує під час розгортання процесів психорегуляції своєї поведінки. Звідси, власне, й два рівні диференціації неадапованості: а) неочевидна, напівусвідомлена (т. зв. псевдоадапованість) і б) очевидна, усвідомлена. У ситуаціях псевдоадапованості “психологічна ситуація сприймається індивідом як нормальна, хоч деякі її характеристики (наприклад, факти непорозуміння, конфліктність тощо) сигналізують про зародження неблагополуччя у його взаєминах з навколишнім сві-

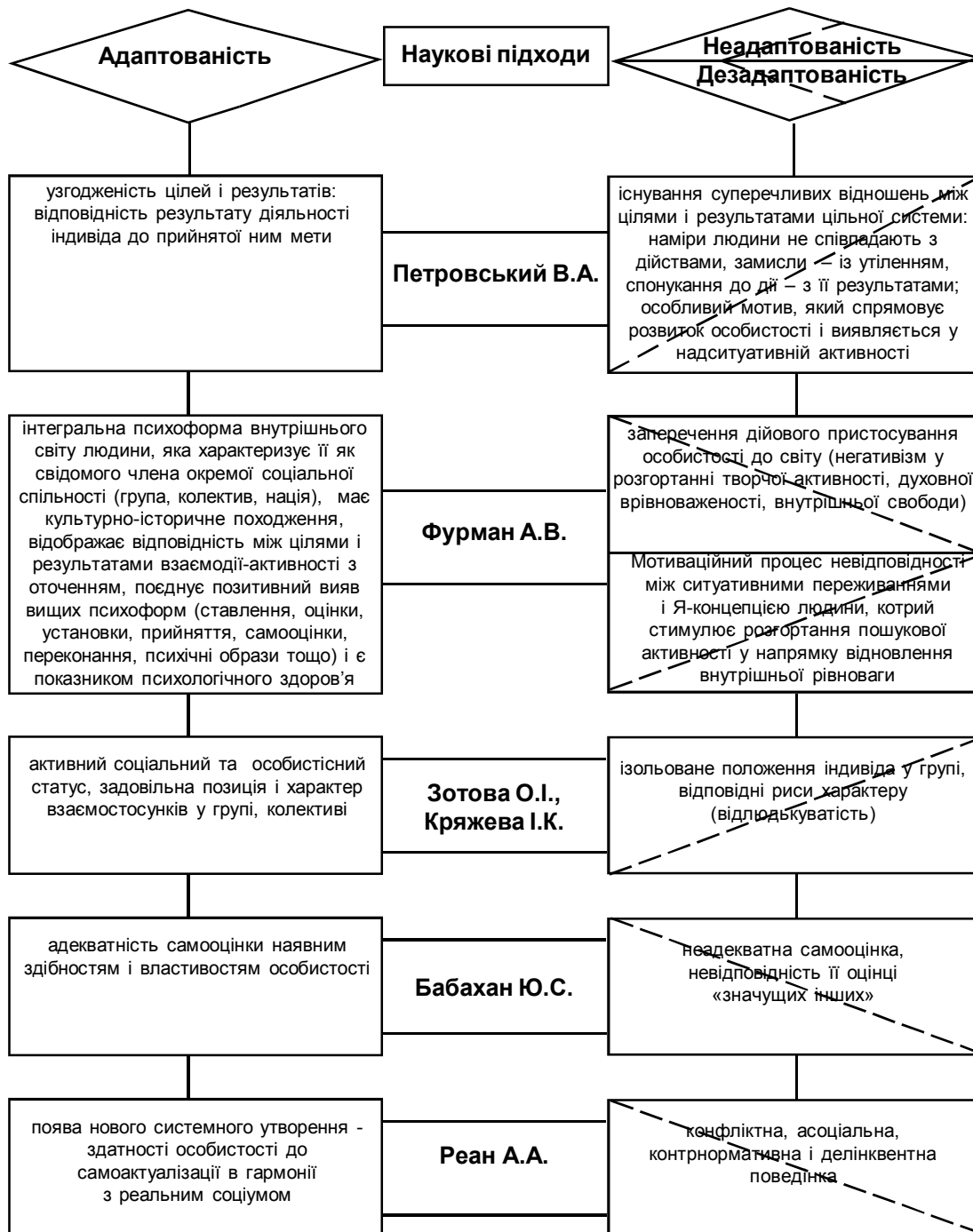


Рис. 4.

Схема аналізу процесу адаптації у працях вітчизняних науковців за категоріальною шкалою «адаптованість — не- і дезадаптованість»



Рис. 5.  
Модель соціальної адаптації (за А. Реаном)

том” [18, с. 36]. Особистість переважно залишається глухою до цих сигналів і не осмислює їх, внутрішньо не приймає і не інтеріоризує.

Заслуговують на увагу погляди Л.С. Виготського, для якого кінцевою метою будь-якого виховання є “пристосування дитини до того середовища, в якому їй доведеться жити і діяти” [9, с. 236]. Він обстоює принцип активності, стверджуючи, що ставлення людини до середовища повинно мати “характер активності, а не простої залежності” [9].

Цікавими є положення стосовно соціальної адаптованості, теоретично обґрунтовані П.А. М’ясоїдом [25]. Автор характеризує її у системі вчинкової психології, вказуючи, що якщо “психічна норма – це творчість, гармонійний образ світу і найголовніше – вчинок, то відхиленням від норми буде самореалізація на шкоду іншим, конфліктний образ світу, проступок як учинок, котрий суперечить нормам моралі” [25, с. 174]. При цьому проступок породжується певними потребами. Як і будь-які інші, вони виникають у межах діяльності, задовольняються і збагачуються у ній –

вимагають для свого задоволення все ширшого кола предметів [20]. Тож потреба – це завжди тенденція до пошуку нових зв’язків з реальністю. Проте, якщо органічні потреби характеризують прагнення до дедалі досконалішої адаптації, індивідні – до створення, то потреби особистості – до втілення свого Я у світ [25, с. 175]. Останні – це, власне, потреби в надситуативній активності, які у випадку ненормованого психічного розвитку втілюються шляхом проступку. Звідси можна зробити такий попередній висновок: якщо шляхом учинку індивід виходить на продуктивний рівень життя, то через проступок – на деструктивний. Якщо вчинок – це надситуативна активність як творчість, то проступок – як адаптація.

У контексті зазначених концептуальних положень цілком слушною видається позиція Н.І. Сарджвеладзе, який зазначає, що “людська діяльність містить дві полярно протилежні різновидності – адаптивну і перетворювальну активності”. Разом з тим доцільно підкреслити ще одну обставину: адаптивна активність пере-

важно розглядається як пристосування людини до оточення, тоді недооцінюється той факт, що важливим надзавданням особистості є не лише пристосування до довкілля, а й до змін у внутрішньому світі, власних учинків і діянь. Отож не тільки завдання адаптації до середовища, але й завдання самопристосування – значуща внутрішня причина особливостей діяльності суб'єкта. Можна відстежити численні прояви тенденції самоадаптації, такі як самоприйняття, поблажливість до себе, самопослідовність, самовпевненість і т. ін. Природно, що стан дезадаптації буде знаходити відображення у само-неприйнятті, відсутності поблажливості до себе, непослідовності обраної стратегії дій стосовно себе самого, невпевненості у власних здібностях [40].

Особливо важливим механізмом в особистісному бутті є пристосування до своїх виборів та рішень, головним осердям яких є людський учинок. В.А. Роменець всебічно проаналізував логіку розгортання вчинку з його ситуаційною, мотиваційною, дійовою та післядійовою складовими [10; 37]. Варто звернути увагу на останню складову, зокрема рефлексію, оскільки індивід не тільки вибирає і приймає рішення, а й прагне обґрунтувати свій вибір після того, як він здійснений, оптимізуючи власні взаємостосунки з довкіллям.

Психологічне описання проблеми адаптації було б неповним без аналізу конструктивних положень концепції П.С. Кузнецова, котрий під пристосуванням розуміє насамперед розвиток [18]. Згідно з його теорією адаптація – це “цілісний, динамічний, безперервний, відносно стійкий процес

установлення відповідності між сукупним рівнем найактуальніших на даний момент потреб особистості і наявним (перспективним) рівнем їх задоволення, що визначає беззупинний розвиток особистості” [18, с. 8]. Тут адаптація інтерпретується як процес, на відміну від витлумачення цього терміна як стану, властивості, феномена, результату. Однак це не просто процес, а такий, який спричинює безперервний розвиток суб'єкта, як результат і головний критерій адаптації. Водночас адаптація – не розвиток особистості, а одна з умов, котра продукує цей розвиток. Отож адаптація – лише функціональна складова розвитку індивіда, яка є обов'язковою, хоча й не єдиною (наприклад, важливу роль в адаптуванні відіграють задатки). Звідси очевидно, що довершений розвиток особистості свідчить про її високу адаптивність, але наявність останньої ще не гарантує розгортання особистісних розвиткових процесів [18].

У класичній психології виділена велика кількість видів адаптації за її об'єктом, зокрема перше – соціальна, професійна, виробнича, побутова тощо. Однак це не єдиний критерій. Так, у роботі І.О. Милославової зазначені різновиди диференціюються за формою (адаптація як пристосування й адаптація як пристосовування), типом об'єктів (предметно-діяльнісна та особистісна), цільовим призначенням (переадаптація, дезадаптація, реадаптація, первинна і вторинна дисадаптація) [24].

Значно ширшою і ґрунтовнішою є класифікація А.А. Налчаджяна (*рис. 3*). Принагідно зауважимо, що соціально-психологічну адаптованість учений характеризує як “такий стан

взаємовідносин особистості і групи, коли вона без тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів продуктивно виконує свою провідну діяльність, задовольняє власні основні соціогенні потреби, повно виконує ті рольові очікування, які ставить перед нею еталонна група, переживає стан самоствердження і вільного вираження своїх творчих здібностей” [26, с. 18]. При цьому адаптація – це той соціально-психологічний процес, котрий за сприятливих обставин приводить суб’єкта до стану адаптованості.

На відміну від усіх вищезгаданих науковців, А.А. Налчаджян вважає, що у складних проблемних ситуаціях адаптивні процеси індивіда протікають не за участю окремих ізольованих механізмів, а їх комплексів, котрі з часом закріплюються у структурі особистості і стають підструктурами її характеру. Він розрізняє такі комплекси: а) незахисні адаптивні, до яких людина вдається в нефруструючих проблемних ситуаціях; б) захисні, які є поєднанням кількох захисних; в) змішані, котрі утворюються шляхом поєднання двох попередніх груп згаданих механізмів.

Слід підкреслити, що більшість адаптивних механізмів можуть мати два чи більше “векторів” функціонування. На основі цього критерію автор виділяє такі види адаптації: 1) зовнішня – адаптивний процес, з допомогою якого особистість пристосовується до зовнішніх, об’єктивних проблемних ситуацій; 2) внутрішня (або коадаптація) кількох різновидів: а) внутрішня адаптація, котра спрямована на розв’язання внутрішніх конфліктів та інших внутрішньо-психічних проблем індивіда; б) внут-

рішня структурна адаптація у вузькому значенні слова, це – процес координування будь-якого адаптивного механізму з тими утвореними адаптивними підструктурами, з котрими він утворює єдину цілісність; в) внутрішня структурна адаптація у широкому розумінні – пристосування адаптивного механізму чи комплексу до всієї структури особистості [26, с. 42–43].

Отже, соціально-психологічний зміст понятійного обрамлення адаптації особистості у середовищі є досить суперечливим, якщо звернутися до праць вітчизняних психологів. Більшість із них під адаптацією розуміють процес і результат активного пристосування індивіда до умов середовища. Саме це визначення можна вважати класичним для професійної психологічної думки. Неоднаково тлумачаться різновиди адаптаційного процесу. Очевидного поширення набула тріада “адаптованість – неадаптованість - дезадаптованість”. Учені, які обстоюють застосування інноваційних соціальних технологій (у т. ч. освітніх), різнобічніше і повніше диференціюють “соціальну людину”, застосовуючи для цього нові поняття (псевдоадаптованість, адаптація за зовнішнім і внутрішнім критерієм тощо).

## ВИСНОВКИ

1. Адаптація – одна з категорій сучасної психології, сутнісний зміст якої відображає постійний процес і результат активного пристосування індивіда до плинних умов соціуму, а відтак характеризує і психосоціальний розвиток, зростання духовної досконалості людини.

2. У зарубіжній психології утвердилося різне розуміння природи та особливостей адаптації особистості: представники психоаналітичного напрямку пов'язують її з відсутністю тривоги, гуманістичного – із оптимальною взаємодією особистості і середовища, біхевіорального – з позитивним стимулом оперантної реакції, когнітивного – із відсутністю дискомфорту.

3. Вітчизняні вчені, обстоюючи переважно діяльнісний підхід у психології, розглядають адаптацію у змістовому контексті спілкування і міжособистісної взаємодії, визначаючи адаптованість як спокій, а неадаптованість – як творчість; остання дає змогу людині самоактуалізуватися, реалізувати власні цілі та універсальні потреби, збагачувати її духовний потенціал для творення еталонів добра, краси, істини, мудрості, гармонії.

4. Стрижневою концептуальною моделлю пропонованого дослідження є теоретико-методологічний підхід, який відображає оригінальну структуру адаптованості, диференціює аналізовану реальність як у процесуальному, так і результативному планах, визначає підрівні її функціонування та описує її зміст як низку характеристик-параметрів внутрішнього світу особистості (ставлення, оцінка, прийняття, психологічна ситуація, психічний образ, Я-концепція).

5. Знання педагогом цих соціально-психологічних особливостей адаптованості особистості у пошуковому просторі різноманітних концепцій забезпечить глибше розуміння ним особистих проблем і міжгрупових конфліктів школярів, дасть йому змогу майстерно керувати зростанням їхнього психосоціального розвитку, збагаченням етноментального і соціо-

культурного досвіду кожного. Це, зі свого боку, зробить адаптовану особистість центральною ланкою модернізованого освітнього процесу.

### СЛОВНИК ТЕРМІНІВ

*Адаптація психічна* – внутрішній процес, який виникає у людини як відповідь на значущу новизну в довкіллі, зародження мотивації поліпшення своєї поведінки, формування мети та програми її реалізації.

*Адаптація соціальна* – вид взаємодії окремого індивіда чи спільноти із соціумом, у процесі якого здійснюються фізичні, економічні чи організаційні зміни довкілля з метою самоутвердження особи як суб'єкта, індивідуальності та універсуму соціокультурної системи.

*Адаптивність-неадаптивність* – а) тенденції функціонування цілеспрямованої системи, що визначають відповідність (узгодження) або невідповідність її цілей й досягнутих під час діяльності результатів; б) необхідне і достатнє джерело динаміки діяльності, її самореалізації і саморозвитку, оскільки адаптивність забезпечує сталість перебігу психічних процесів, котрі енергетично обслуговують ту чи іншу діяльність, а неадаптивність спрямовується на розв'язування та зняття суперечливих відношень між цілями і результатами: наміри мають співпасти з діями, задуми – з утіленням, спонукання до вчинкових дій – із наслідками [50, с. 103].

*Адаптованість особистісна* – інтегральна психоформа внутрішнього світу людини, яка досягається завдяки її діалогічній паритетній взаємодії з найближчим соціумом, сприяє

самоствердженню як досконалої особистості, творенню низки екзистенційних вартостей (добро, краса, істина тощо) для збагачення власного ментального досвіду та гармонізації зовнішніх і внутрішніх взаємостосунків.

*Гіперадаптація* – адаптація організму з великим напруженням функцій адаптивних механізмів [26, с. 43].

*Девіантна адаптація* – процес, який забезпечує задоволення потреб особистості у групі чи колективі, у той час як очікування інших учасників соціальних взаємин не виправдовуються такою поведінкою [26, с. 35].

*Захисні механізми* – неусвідомлені реакції, котрі захищають індивіда від таких неприємних емоцій, як тривога і почуття вини; его-захисні тенденції, які викривляють чи приховують загрозливі імпульси від людини [54, с. 154].

*Ідіоадаптація* – використання утвореного на попередніх етапах розвитку особистості адаптивного механізму з новою метою, тобто для виконання нових функцій [26, с. 44].

*Конфлікт* – а) сприйнята несумісність дій і цілей між людьми чи соціальними групами; б) характеристика будь-якої соціальної ситуації, за якої мають місце антагоністичні події, стикаються протилежні мотиви, цілі, дії, імпульси, устремління тощо.

*Переадаптація* – адаптація особистості до власного офіційного соціального статусу у групі (організації), до відповідної ролі та умов її здійснення (рольової поведінки) [26, с. 42].

*Реадаптація* – адаптація у новому середовищі, яка супроводжується переглядом і частковою чи повною відмовою від попередніх норм, цінностей, способів поведінки, соціальних ролей тощо.

1. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А., Бергельсон Л.Л. Социально-психологическая дезадаптация личности и профилактика суицида // Вопросы психологии. – 1981. – №4. – С. 91–102.

2. Анциферова Л.И. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрахама Маслоу // Вопросы психологии. – 1973. – №4. – С. 173–180.

3. Асмолов А.Г. Психология личности: Учебник. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.

4. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. – 1980. – №1. – С. 92–100.

5. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л.: Наука, 1988. – 267 с.

6. Булах І.С. Соціальна обумовленість процесу адаптації та її етапи // Соціальна педагогіка і адаптивність особистості / За ред. В. Слюсаренка. – Суми: Мрія, 1994. – С. 94–101.

7. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: анализ критических ситуаций // Психологический журнал. – 1995. – Т.16, №3. – С. 90–101.

8. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

9. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.

10. Гуменюк О.Є. Самотворення Я-концепції за модульно-розвивальної оргсистеми // Психологія і суспільство. – 2001. – №2. – С. 33–76.

11. Гуменюк О.Є. Феномен полімотивації: сутнісний зміст взаємин за модульно-розвивальної оргсистеми // Психологія і суспільство. – 2001. – №1. – С. 74–123.

12. Дзюбка Л.В. Психологічні особливості ранньої шкільної дезадаптації і шляхи її подолання: Автореф. дис... канд. психол. наук, 19.00.07 / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2000. – 18 с.

13. Донченко О.А. Суспільство і особистість: особливості соціально-психологічної адаптації // Українське суспільство на порозі третього тисячоліття. Кол. монографія / Під ред. М.О. Шульги. – К.: Ін-т соціології НАН України, 1999. – С. 492–500.

14. Землякова Т.В. Емоційний фактор у структурі процесу адаптації: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Київськ. ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 1996. – 16 с.

15. Зотова О.И., Кряжева И.К. Содержание и показатели адаптации личности // Организационная психология / Сост. и общ. ред. Л.В. Винокурова, И.И. Скрипника. – СПб.: Питер, 2000. – С. 248–256.

16. Калайков И.Д. Цивилизация и адаптация. – М.: Прогресс, 1984. – 240 с.

17. Коростелева И.Е., Ротенберг В.С. Поисковая активность и проблемы обучения



и воспитания // Вопросы психологии. — 1998. — №6. — С. 60–70.

18. Кузнецов П. С. Адаптация как функция развития личности / Под ред. Р. Х. Тугушева. — Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 1991. — 73 с.

19. Левин К. Разрешение социальных конфликтов / Пер. с англ. — СПб.: Речь, 2000. — 408 с.

20. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. — М.: Педагогика, 1983. — Т. 1. — 392 с.

21. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981. — 584 с.

22. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование: Пер. с англ. — К.: Центр практ. психопедагогика, 1994. — 54 с.

23. Матюшкин А. М. Психологическая структура, динамика и развитие познавательной активности // Вопросы психологии. — 1982. — №4. — С. 5–17.

24. Милославова И. А. Понятие и структура социальной адаптации: Автореф. дисс... канд. философ. наук: 09.00.01. — Л., 1974. — 19 с.

25. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навчальний посібник. — К.: Вища школа, 1998. — 479 с.

26. Налчаджян А. А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). — Ереван, 1988. — 364 с.

26а. Олпорт Г. В. Личность в психологии. — М.: Ювента, 1998. — 350 с.

27. Петровский А. В. Личность, деятельность, коллектив. — М., 1982. — 255 с.

28. Петровский А. В. Проблемы развития личности с позиций социальной психологии // Вопросы психологии. — 1984. — №4. — С. 15–29.

29. Петровский В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. — 512 с.

30. Психоанализ и культура: Избранные труды Карен Хорни и Эриха Фромма. — М.: Юрист, 1995. — 623 с.

31. Психологичний словник / За ред. В. І. Войтка. — К.: Вища школа, 1982. — 216 с.

32. Психология: словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — 2-е изд., исп. и доп. — М.: Политиздат, 1990. — 494 с.

33. Психология личности: В 2-х т. Хрестоматия. — Самара: Бахрах-М, 2000. — Т. 1. 448 с.

34. Психология личности: В 2-х т. Хрестоматия. Самара: Бахрах-М, 2000. — Т. 2. — 544 с.

35. Реан А. А. Психология изучения личности: Учебное пособие. — СПб.: Изд-во Михайлова В. А., 1999. — 288 с.

36. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека: Пер. с англ. / Общ. ред. и предисловие Исениной Е. И. — М.: Прогресс, 1998. — 480 с.

37. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології ХХ століття: Навчальний посібник. — К.: Либідь, 1998. — 992 с.

38. Ротенберг В. С., Аршавский В. В. Психическая активность и адаптация. — М.: Наука, 1984. — 192 с.

39. Сабанадзе І. О. Соціально-психологічні фактори дезадаптованості та її кореляція у підлітків: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Наук. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. — К., 1997. — 18 с.

40. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. — Тбилиси, 1989. — 208 с.

41. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Антропологический принцип в психологии развития // Вопросы психологии. — 1998. — №6. — С. 3–17.

42. Слюсаренко В., Лукашевич М. Соціальна адаптація людини: сутність, функції, процес // Соціальна педагогіка і адаптивність особистості / За ред. В. Слюсаренка. — Суми: Мрія, 1994. — С. 7–16.

43. Соціальна філософія: короткий енциклопедичний словник / Загальна редакція і укладання В. П. Андрущенко, М. І. Горлач. — К.—Харків: Рубікон, 1997. — 400 с.

44. Флейвелл Дж. Х. Генетическая психология Ж. Пиаже: Пер. с англ. — М.: Просвещение, 1967. — 623 с.

45. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева. — М.: Прогресс, 1990. — 368 с.

46. Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. — М.: Наука, 1989. — 456 с.

47. Фурман А. Архітектоніка творення особистості за модульно-розвивальної системи навчання // Психологія і суспільство. — 2000. — №1. — С. 26–43.

48. Фурман А. Духовність — основа нової школи // Освіта. — 1996. — 30 жовтня. — С. 2–3.

49. Фурман А. В. Методика визначення особистісної адаптованості школярів // Психологія. — Вип. 41. — К.: Освіта, 1993. — С. 29–48.

50. Фурман А. В. Психодіагностика особистісної адаптованості вчителів і учнів. — Тернопіль: Економічна думка, 2000. — 197 с.

51. Фурман А. В. Як допомогти учням долати дезадаптованість до школи // Радянська школа. — 1991. — №5. — С. 25–32.

52. Холл К. С., Гарднер Л. Теории личности: Пер. с англ. — М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. — 592 с.

53. Хорни К. Наши внутренние конфликты: Пер. с англ. — М.: Апрель — Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — 560 с.

54. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. — СПб.: Питер, 2000. — 608 с.

55. Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — 512 с.

56. Шибутани Т. Социальная психология: Пер. с англ. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1999. — 544 с.

57. Human development / Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds. — 6th ed. — New York: McGRAW-HILL, INC, 1995. — 697 p.