

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

УДК 159.00

СТРУКТУРНЫЙ ПОДХОД К ИССЛЕДОВАНИЮ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ В РАЗЛИЧНЫХ УСЛОВИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Г.Ш. Габдреева, А.С. Кислицына

Аннотация

Представлены результаты исследования, выполненного в рамках ресурсного подхода к преодолению стресса. Обосновано теоретическое представление о составляющих адаптационного потенциала личности, находящейся в затрудненных условиях жизнедеятельности. В качестве модели трудной жизненной ситуации рассматриваются условия прохождения юношами военной службы по призыву. Показано, что в условиях хронического стресса адаптационный потенциал личности включает дополнительные психологические механизмы, проявляющиеся в виде насыщения его структуры латентными взаимосвязями с рядом личностных свойств, обеспечивающих успешность адаптации. Выявлены закономерности структурной организации адаптационного потенциала в условиях обыденной и затрудненной жизнедеятельности.

Ключевые слова: адаптация, совладающее поведение, адаптационный потенциал личности, структура адаптационного потенциала.

Проблема адаптации людей в затрудненных условиях жизнедеятельности давно привлекает внимание исследователей. Несмотря на существование многочисленных определений понятия «адаптация», общепризнано, что, с одной стороны, – это динамическое образование, непосредственный процесс приспособления к условиям внешней среды, а с другой – свойство любой саморегулируемой системы, опосредующее ее устойчивость к условиям внешней среды. По отношению к человеку способность к адаптации является не столько индивидуальным, сколько личностным свойством [1]. Адаптационные способности личности во многом зависят от ее психологических особенностей, определяющих возможность адекватной саморегуляции в разнообразных условиях жизни и деятельности. Чем значительнее адаптационные способности, тем выше вероятность поддержания эффективности поведения и деятельности при увеличении интенсивности воздействия стрессогенных факторов внешней среды.

При исследовании адаптационных способностей используется понятие «личностных ресурсов», которое определяется В.А. Бодровым как личностные особенности, оказывающие влияние на регуляцию поведения в различных на-

пряженных ситуациях [2]. В работах Д.А. Леонтьева с соавторами [3, 4] рассматриваются составляющие «позитивного личностного ресурса». Это личностные свойства, способствующие успешному приспособлению человека к окружающему миру и овладению им, а также выполняющие важную «буферную» функцию, как препятствующие развитию отклоняющегося поведения и личностных нарушений. Авторы, подчеркивая прогностичность использования понятия «ресурс», обращаются к так называемому «личностному потенциалу» и отмечают, что «понятие личностного потенциала... не является абсолютно новым; в последние годы к нему стали обращаться самые разные исследователи, что свидетельствует о его актуальности, хотя понимание личностного потенциала далеко от однозначности» [4, с. 9]. Ими отмечается, что в целом ряде практико-ориентированных подходов личностный потенциал определяется операционально через успешность той или иной деятельности и сводится к набору способностей и навыков, способствующих ее осуществлению. В итоге это понятие оказывается суженным до предпосылок успешности деятельности, и в этом контексте более уместно употребление понятия «потенциал деятельности (общения, обучения)».

Другая группа подходов связывает личностный потенциал с успешностью адаптации, что позволяет рассматривать его как общую личностную характеристику. Такое представление раскрывается И.Н. Симаевой [5], которая выделяет в качестве ведущего фактора адаптации личности (кроме опыта, состояния, интеллекта и наличной информации) систему личностных характеристик, определяющих адаптивность. Это интернальный локус контроля, устойчивость к стрессу, коммуникативная компетентность, антиципационная состоятельность и др.

А.Г. Маклаков [6] считает, что психологические характеристики, наиболее значимые для процесса адаптации, взаимосвязаны и составляют интегральную характеристику психического развития – личностный адаптационный потенциал. Автор доказывает, что в напряженных ситуациях наиболее эффективны и адекватны поведение и деятельность людей, обладающих следующими психологическими характеристиками: нервно-психическая устойчивость, уровень развития которой обуславливает толерантность к стрессу; самооценка личности, являющаяся ядром саморегуляции; ощущение социальной поддержки, обуславливающее чувство личной значимости для окружающих; особенности построения контакта с окружающими, характеризующие уровень конфликтности личности; опыт социального общения; ориентация на соблюдение требований коллектива; моральная нормативность личности, характеризующая степень ориентации на существующие в обществе нормы и правила поведения. Данные характеристики личности явились основой *модели личностного адаптационного потенциала* (ЛАП). Реальность существования ЛАП как интегральной характеристики психического развития человека была подтверждена не только автором, но и рядом других исследователей. Приведенные В.В. Константиновым [7] экспериментальные данные показывают, что у подростков в возрасте 13–14 лет эта характеристика уже сформирована, а максимальный уровень ее развития как личностной характеристики достигается уже в возрасте 19-ти лет.

Многими исследователями отмечается, что степень зрелости личности и ее адаптационные возможности во многом определяются характером соотношения

применяемых личностью психологических защит и копинг-стратегий (В.А. Бодров [2], Р.М. Грановская [8], Т.Л. Крюкова [9]). В связи с этим «набор» способов психологической защиты и копинг-стратегий поведения должен включаться в структуру адаптационного потенциала личности. Кроме того, необходимо учитывать, что механизмы психологической защиты и копинг-стратегии объединяются на основе их функций с механизмами антиципации, образуя единый конструкт, обеспечивающий организацию и осуществление «совладающего поведения» (И.Р. Абитов (2007) [10], Т.Л. Крюкова (2008) [9], Е.А. Сергиенко (2008) [9]), который также должен занять определенное место в структуре адаптационного потенциала личности.

При изучении адаптационного потенциала личности большинство исследователей рассматривают степень сформированности отдельных составляющих и характер взаимосвязей некоторых его показателей. При этом практически без внимания оставлен вопрос о *динамике структуры адаптационного потенциала личности в изменяющихся условиях жизнедеятельности*. Поскольку речь идет о *потенциале* личности, логично предположить, что в процессе усложнения условий жизнедеятельности должны все более активно использоваться адаптационные возможности, вызывая реализацию как *основных*, так *дополнительных*, в данном случае *латентных* ресурсов личности. Это должно проявляться через наблюдаемое насыщение структуры показателей ЛАП новыми составляющими.

Анализ исследований, выполненных в рамках проблемы адаптации личности, позволяет расширить представление о содержании ЛАП за счет включения в его состав дополнительно некоторых свойств личности, адаптивное значение которых доказано их исследователями. Это такие свойства, как направленность личности [11], степень экстравертированности и нейротизма [5], интернальность локуса контроля [12]. Можно предположить, что эти свойства, являющиеся *латентными составляющими дополнительного ресурса*, в ситуациях затрудненной жизнедеятельности должны активно включаться в структуру адаптационного потенциала личности, взаимодействуя в ней с показателями ЛАП (выделенными А.Г. Маклаковым), а также с показателями совладающего поведения.

Для подтверждения этого предположения осуществлено эмпирическое исследование, предметом которого явились особенности структурной организации адаптационного потенциала личности, находящейся в обыденных и затрудненных условиях жизнедеятельности. Исследовались основные и дополнительные личностные свойства, а также показатели совладающего поведения, в совокупности образующие структуру ЛАП. Выделены и учитывались наиболее существенные стресс-факторы, определяющие напряженность ситуации жизнедеятельности военнослужащих. В качестве испытуемых выступили юноши-старшеклассники (92 человека), юноши-студенты (77 человек) и юноши – военнослужащие по призыву (90 человек). Данные диагностики подвергались корреляционному анализу, при интерпретации результатов которого принимались во внимание только достоверные взаимосвязи, выделенные на самом высоком уровне значимости.

Выяснилось, что взаимосвязь стресс-факторов (*психологических трудностей*) с основными и дополнительными компонентами структуры адаптационного потенциала личности имеет существенные различия в сравниваемых груп-

пах. Общее количество таких взаимосвязей (достоверных на уровне $p \leq 0.001$), выявленных в структуре военнослужащих (26), превышает соответствующий показатель в восемь раз группы студентов (у которых их всего 3) и в шесть раз – школьников (7). Справедливо отметить, что военнослужащими оцениваются *реальные* психологические трудности службы в армии, а школьниками и студентами – предполагаемые, что, по-видимому, не вызывает у них потребности в активации системы преодоления.

Динамика адаптационного потенциала личности прослеживалась путем сравнения корреляционных структур, образованных соответствующими показателями трех групп юношей: школьников-старшеклассников, студентов и военнослужащих. Структура показателей юношей-старшеклассников в возрасте 17–18 лет рассматривалась как исходная. Принималось во внимание, что в этом возрасте завершается становление личности, а по данным Р.М. Грановской [8] и Т.Л. Крюковой [9] именно к этому возрасту формируется также и психологическая защита личности. Соответственно, исследуемая адаптационная структура личности к этому возрасту должна сложиться и быть относительно устойчивой в данных условиях. Если учесть, что и студенты, и военнослужащие – вчерашние школьники, то различия между структурами показателей групп студентов и военнослужащих могут объясняться особенностями их жизнедеятельности.

Действительно, результаты корреляционного анализа эмпирических данных свидетельствуют о ярко выраженных особенностях анализируемых взаимосвязей сравниваемых структур. Структура, образованная показателями адаптационного потенциала личности *военнослужащих*, отличается особой жесткостью. В целом в этой структуре обнаружено 88 достоверных взаимосвязей, объединяющих показатели адаптивности, психологических защит, копинг-стратегий, адаптационных личностных свойств. Отчетливо прослеживается взаимосвязь такой копинг-стратегии, как «планирование решения проблемы», с показателями адаптивности, чего не наблюдается в других сравниваемых группах. Определенное место в структуре занимает направленность личности, полностью выпадающая из этой структуры в группах как школьников, так и студентов. Активно задействована антиципационная состоятельность. Стратегии преодоления и адаптивные характеристики личности нейтрализуют действие примитивных неконструктивных защит. Так, например, высокий уровень адаптивности в исследуемой структуре военнослужащих подавляет работу такой копинг-стратегии, как «бегство – избегание».

Отличительной чертой в структуре адаптационного потенциала личности военнослужащих является взаимосвязь показателя социально направленной стратегии «миролюбие» с показателями экстраверсии и нейротизма, чего не обнаружено в структурах групп юношей-школьников и юношей-студентов. Это говорит о том, что в напряженной ситуации жизнедеятельности военнослужащие в большей степени используют возможности общения и тактику миролюбия. По-видимому, в условиях постоянного вынужденного пребывания в группе такая стратегия в поведении оказывается для них наиболее адекватной, психологически безопасной и эффективной. В целом можно говорить о том, что адаптация военнослужащих осуществляется за счет активного включения в адаптационную

структуру личности всех без исключения ее составляющих, внесенных нами в теоретическую модель.

Структура адаптационного потенциала группы *студентов* значительно отличается от структур групп школьников и военнослужащих. Анализ данной структуры выявил минимальное количество взаимосвязей исследуемых показателей, в отличие от исходной структуры школьников и структуры ровесников-военнослужащих. Адаптационная структура образована всего двадцатью одной достоверной взаимосвязью (для сравнения: структура показателей группы военнослужащих насчитывает 88, а школьников – 44 взаимосвязи). В ней не актуальны показатели направленности личности и локуса контроля.

Интересующая нас взаимосвязь показателей адаптивности, психологических защит и копинг-стратегий в группе студентов также является минимально выраженной по сравнению с таковой в группе школьников и особенно военнослужащих. Студенты – бывшие школьники – намного легче, чем военнослужащие, «вписываются» в новую ситуацию жизнедеятельности и приспосабливаются к новым условиям. По-видимому, новизна и напряженность студенческой жизни, о которых говорят многие исследователи, относительно. Стрессовые ситуации, характерные для учебной деятельности студентов (экзамены, зачеты, контрольные работы, выступления на семинарах, защиты курсовых и дипломных работ), хотя и вызывают сильное психическое напряжение и расцениваются исследователями как «трудности», обладают относительно невысокой значимостью. Во-первых, эти трудности эпизодичны, а во-вторых, их преодоление в какой-то степени уже апробировано в ходе выпускных экзаменов в школе и вступительных в вуз и потому не является чрезвычайно трудным.

Так же, как и в группе студентов, структура показателей адаптационного потенциала личности *школьников* образована в основном показателями адаптивности, психологических защит и копинг-стратегий (всего 44 взаимосвязи). В нее, как и в группу студентов, не вошли показатели направленности личности и локуса контроля. Наибольшее количество взаимосвязей в структуре адаптационного потенциала школьников обнаружено между такими показателями, как адаптивность, нервно-психическая устойчивость, коммуникативность, и защитными механизмами «регрессия», «замещение», «компенсация» и «реактивные образования». Соответственно, при низких значениях показателей адаптивности и других личностных оснований адаптационного потенциала активно включаются механизмы примитивных, неконструктивных психологических защит, обеспечивающих инфантильные формы поведения, инструментальную агрессию, бессознательное преодоление реальных или воображаемых недостатков, предупреждение неприятных чувств путем развития противоположных.

Из социально направленных стратегий в меньшей степени в данной адаптационной структуре задействовано «миролюбие». В большей степени – «избегание» и «агрессия». Кроме того, в исследуемой структуре группы школьников среди копинг-стратегий системообразующими являются такие малоэффективные их типы, как «конфронтативный тип» (агрессия) и «дистанцирование».

В целом проведенное исследование показало, что структура адаптационного потенциала личности, складывающаяся в юношеском возрасте, является доста-

точно гибкой, значительно перестраивающейся в различных условиях жизнедеятельности. При повышенных, но не сопровождающихся психической депривацией и не угрожающих ни физическому, ни социально-психологическому существованию личности нервно-психических нагрузках (условия студенческой жизнедеятельности), необходимость в примитивных психологических защитах невысока. Также не имеет существенного значения характер направленности личности и локуса контроля. Главными в структуре адаптационного потенциала являются адаптивность, нервно-психическая устойчивость и коммуникативные качества личности.

В напряженных условиях жизнедеятельности, характеризующихся депривацией социальных, когнитивных и других важных для личности потребностей, в условиях хронического нервно-психического напряжения, вызываемого рядом реальных трудностей (таковы условия жизнедеятельности военнослужащих [13, 14]), значительно актуализируется адаптационный потенциал личности. В нем в согласованном единстве выступают личностные свойства, определяющие адаптивность, в том числе из составляющих дополнительного ресурса, и стратегии преодоления, в какой-то степени нивелирующие действие психологических защит.

Практическая реализация результатов исследования возможна в процессе целенаправленного формирования психологической готовности к преодолению трудных жизненных ситуаций.

Summary

G.Sh. Gabdreeva, A.S. Kislitsyna. Structural Approach to Research of Adaptable Potential of Person in Various Life Conditions.

Results of the research executed within the resource approach to overcoming of stress are presented. Theoretical opinion about components of adaptable potential of a person in complicated life conditions is proved. As a model of complicated life conditions, military call-up of young men is considered. It is shown that in conditions of chronic stress adaptable potential of a person turns on additional psychological mechanisms revealed in saturation of its structure by latent interrelations with a number of personal characteristics providing success of adaptation. Laws of structural organization of adaptable potential in ordinary and complicated life conditions are revealed.

Key words: adaptation, coping behavior, adaptable potentials of person, structure of adaptable potential.

Литература

1. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 479 с.
2. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 3. Стратегии и стили преодоления стресса // Психол. журн. – 2006. – № 3. – С. 106–116.
3. Буровихина И.А., Леонтьев Д.А., Осина Е.Н. Силы характера как ресурсы личности подростка // Психол. диагностика. – 2007. – № 1. – С. 107–127.
4. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Осин Е.Н. и др. Опыт структурной диагностики личностного потенциала // Психол. диагностика. – 2007. – № 1. – С. 8–31.

5. *Симаева И.Н.* Психология адаптации личности к изменениям жизнедеятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – СПб., 2006. – 42 с.
6. *Маклаков А.Г.* Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психол. журн. – 2001. – № 1. – С. 16–24.
7. *Константинов В.В.* Профессиональный психологический отбор в суворовские военные училища и кадетские корпуса Российской Федерации: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб, 1998. – 23 с.
8. *Грановская Р.М.* Психологическая защита. – СПб.: Речь, 2007. – 476 с.
9. *Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко.* – М.: Изд-во «Ин-т психологии РАН», 2008. – 474 с.
10. *Абитов И.Р.* Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при психосоматических и невротических расстройствах): Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Казань, 2007. – 21 с.
11. *Ахмадуллина Э.А., Габдреева Г.Ш.* Особенности и динамика самоактуализации личности в процессе социокультурной адаптации // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – 2008. – Т. 150, кн. 3. – С. 15–28.
12. *Быков С.В.* Диагностика локуса контроля личности в асоциальных подростковых группах // Психол. журн. – 2004. – № 3. – С. 34–43.
13. *Погодин И.А.* Проявление агрессии у солдат срочной службы и курсантов // Вопр. психол. – 2007. – № 3. – С. 137–144.
14. *Татьянченко Н.П.* Психологические условия обеспечения безопасности личности военнослужащих: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Сочи, 2008. – 23 с.

Поступила в редакцию
30.04.09

Габдреева Гюзель Шаукатовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии Казанского государственного университета.

E-mail: guzel_gabdreeva@mail.ru

Кислицына Анна Сергеевна – ассистент кафедры педагогической психологии и педагогики Института экономики, управления и права, г. Казань, соискатель кафедры общей психологии Казанского государственного университета.

E-mail: poet16@mail.ru