

УДК 159.9

**Л.Э. Кузнецова**

*кандидат психологических наук, доцент*

*Институт сферы обслуживания и предпринимательства*

*(филиал) Донской государственной*

*технической университет. г. Шахты Россия*

[kuznezleila@list.ru](mailto:kuznezleila@list.ru)

## **ВЛИЯНИЕ СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ОТНОШЕНИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ЛИЧНОСТИ**

**[*Kuznetsova L.E. Influence of structured organization of the relations  
on shaping adaptation potential of personalities*]**

The article considers the problem of adapting the person to extreme situation by way of the estimation of psychological characteristic, defining adaptation potential to personalities. As central category it is elected the category of relations, which, on the one hand, describes the position of the person in the world, but on the other hand, emphasizes its active role and is giving power to personalities. The study of the system of the relations as larval mechanism of the shaping adaptation potential to personalities to extreme situation, contributes the essential contribution to revision, development and profound filling of such notion as strictly «larval potential». The article presents results of exploratory and correction work with employee of the police bodies, passing service in North-Caucasian region, in Chechen republic. It is studied and chosen particularities to structured organization of the relations to personalities, promoting shaping the high potential to personalities, as well as conditioning his deficit.

Key words: extreme situation, social-psychological adaptation, adaptation potential to personalities, system of the relations, larval-situational approach, psychic desadaptation, strategies of joint ownership with stress.

Анализ исследований в области психологии стресса и адаптации человека, экстремальных ситуаций и экстремальной деятельности показывает, что сложились различные концепции и подходы, позволяющие выявлять и прогнозировать психологические ресурсы, обеспечивающие процесс социально-психологической адаптации человека. Вместе с тем, глобальные цивилизационные сдвиги современности вызывают крайне отрицательные социально-психологические явления, тяжелым бременем ложащиеся как на человечество в целом, так и на отдельного человека – участника экстремальных событий. Ряд противоречий очевиден:

1. Между фундаментальной разработанностью психологии стресса и адаптации – с одной стороны, и новыми психологическими феноменами проявления состояний дезадаптации в современных экстремальных ситуациях – с другой.
2. Между наличием определенных концепций психологии экстремальной деятельности – с одной стороны, и появлением все чаще новых граней этой деятельности и связанных с нею ситуаций – с другой.
3. Между типологически выделенными специфическими фазами переживания общего адаптационного синдрома – с одной стороны, и недостаточной конкретизации их относительно конкретных профессиональных, демографических, гендерных популяционных сегментов современного общества – с другой.

Названные противоречия обуславливают научную проблему, обозначенную нами как «Влияние структурной организации отношений на формирование адаптационного потенциала личности» и актуальность ее исследования.

Особенности адаптации и поведения человека в экстремальных ситуациях следует рассматривать с точки зрения личностно-ситуационного подхода, в единстве объективного и субъективного аспектов. Первый определяется уровнем объективной сложности ситуации и спецификой травмирующего события. Субъективный аспект отражает специфику индивидуально-психологических, личностных адаптационных возможностей и ресурсов человека, определяемых рядом исследователей понятием «адаптационный потенциал».

Понятие о личностном адаптационном потенциале, определяющем устойчивость человека к экстремальным факторам, предложено А.Г. Маклаковым. Адаптационные способности, по его мнению, обеспечивают нормальную работоспособность и высокую эффективность деятельности при воздействии психогенных факторов внешней среды. Чем выше уровень развития этих характеристик, тем выше вероятность успешной адаптации человека и тем значительнее диапазон факторов внешней среды, к которым он может приспособиться.

Согласно А.Г. Маклакову, данные психологические особенности человека составляют его личностный адаптационный потенциал, в который включаются следующие характеристики: нервно-психическая устойчивость, уровень развития которой обеспечивает толерантность к стрессу; самооценка личности, которая является ядром саморегуляции и определяет степень адекватности восприя-

тия условий деятельности и своих возможностей; ощущение социальной поддержки, обуславливающее чувство собственной значимости для окружающих; уровень конфликтности личности, опыт социального общения [3].

Все перечисленные характеристики автор понятия о личностном адаптационном потенциале считает значимыми при оценке и прогнозе успешности адаптации к трудным и экстремальным ситуациям, а также при оценке скорости восстановления психического равновесия.

Адаптационный потенциал имеет свойства сложной системы, включая в себя ресурсы, представленные на различных уровнях организации личности (индивидуальном, личностном, субъектно-деятельностном).

И.А. Короткова, В.А. Кулганов, Л.С. Шенберг оценивают адаптационный потенциал личности как совокупность индивидуально-психологических признаков, уровень развития которых, соответственно, определяет границы потенциала и вероятность успешной адаптации к широкому диапазону факторов внешней среды [2].

С.Т. Посохова предполагает, что адаптационный потенциал является интегральным образованием, объединяющим в сложную систему социально-психологические, психические, биологические свойства и качества, актуализируемые личностью для создания и реализации новых программ поведения в измененных условиях жизнедеятельности [1].

А.М. Богомолов рассматривает личностный адаптационный потенциал как системное свойство, как способность личности к структурным и уровневым изменениям (под влиянием адаптогенных факторов) качеств и свойств, что повышает ее организованность и устойчивость [2].

Таким образом, представляется возможным рассмотрение личностного адаптационного потенциала как психологических особенностей личности, обеспечивающих ее устойчивость к экстремальным ситуациям, как способность личности к структурным и уровневым изменениям под их влиянием. Адаптационный потенциал имеет свойства сложной системы и, соответственно, системный анализ выступает основным подходом к его исследованию.

Согласно взглядам В.Н. Мясищева, А.М. Богомолова система отношений может выступать механизмом формирования адаптационного потенциала личности, обеспечивающего процесс адаптации к экстремальным ситуациям. Вслед за Мясищевым мы рассматриваем личность как систему отношений: от-

ношения человека к себе, к другим людям и к окружающему миру. Столкновение значимых отношений личности с несовместимой с ними жизненной ситуацией приводит к снижению адаптационного потенциала и нарушению процесса личностной адаптации на всех уровнях ее интегральной индивидуальности.

Цель нашего исследования состояла в выявлении влияния системы отношений личности на адаптационный потенциал и развитие дезадаптивных процессов у сотрудников полиции, переживших экстремальные ситуации в профессиональной деятельности.

Исследование проводилось на базе УВД г. Шахты Ростовской области. Выборку составили 136 мужчин в возрасте от 23 до 38 лет.

Использовались следующие психодиагностические методы – методика выявления отношения к Другому А.А. Бодалева и Ю.В. Александрова (1999), тест-опросник самоотношения В.В. Столина и С.Р. Пантелеева (1985), методика изучения копинг-поведения Э. Хайма (Heim E., 1988), опросник «Стилевые особенности саморегуляции поведения» В.И. Моросановой (ССП-98), опросник невротических расстройств – ОНР Л.И. Вассермана (1998), многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянинова (МЛО-АМ) (1986); тест-опросник «Социальная фрустрированность» Л.И. Вассермана (1995); методы статистической обработки данных – кластерный анализ, корреляционный анализ, критерий Стьюдента, критерий Розенбаума.

В процессе кластерного анализа, где в качестве переменных определены компоненты системы отношений: самопринятие, принятие других людей и социальная фрустрированность как показатель отношения к окружающему миру, выборка испытуемых разделилась на четыре выраженных кластера, характеризующихся статистически значимыми различиями в выраженности и сочетаниях компонентов системы отношений личности.

Только для 33 % сотрудников полиции характерна гармоничная система отношений, выражающаяся в позитивном отношении к себе, к другим людям и окружающему миру. Для 43 % испытуемых характерна дисгармоничная система отношений, проявляющаяся в позитивном отношении к себе, но негативном отношении к другим людям и к окружающему миру. У 6 % испытуемых дисгармония в системе отношений проявляется в неуверенности в себе, заниженном чувстве самопринятия, но позитивной доверительной установке по отношению к другим людям и окружающему миру. Для 18 % испытуемых

характерны значительные нарушения в системе отношений: не уверенность в себе, не доверие другим людям и окружающему миру.

Для каждого кластера (группы) были выделены специфические показатели механизмов саморегуляции поведения и копинг-ресурсов.

Можно говорить о наличии как сильных, так и слабых сторон индивидуального стиля саморегуляции поведения, наличии взаимокompенсаторных взаимосвязей между регуляторными особенностями в выделенных группах. Чем более дисгармонична система отношений личности, тем более выражены слабые стороны индивидуального стиля саморегуляции поведения, ослаблены взаимокompенсаторные взаимосвязи между регуляторными особенностями. Сотрудники полиции с гармоничной системой отношений обладают высоким уровнем саморегуляции деятельности, гибкостью регуляторных процессов. Регуляторно – личностные особенности сотрудников полиции, уверенных в себе отличаются высокой самостоятельностью. У сотрудников полиции неуверенных в себе и недоверяющих другим людям регуляторно-личностные особенности отличаются высоким уровнем ригидности.

Анализ ресурсов совладающего поведения показал, что сотрудники с гармоничной системой отношений используют такие копинг-стратегии совладания со стрессом как сохранение самообладания, проблемный анализ, оптимизм, сотрудничество, обращение за помощью, пассивная кооперация. Для испытуемых с нарушенной системой отношений характерно снижение эффективности совладающего поведения за счет преобладания в репертуаре непродуктивных копинг стратегий совладания со стрессом и, прежде всего, стратегии компенсации. Сотрудники полиции, уверенные в себе, но не доверяющие другим людям преимущественно используют стратегии протест и установление собственной ценности; сотрудники неуверенные в себе, но доверяющие другим людям – стратегии растерянность и пассивная кооперация; сотрудники не уверенные в себе и не доверяющие другим людям – стратегии агрессивность, отступление, установка собственной ценности, игнорирование.

Исследование общего адаптационного потенциала с применением опросника «Адаптивность» позволило выявить следующее.

У сотрудников полиции с гармоничной системой отношений наблюдается высокий адаптационный потенциал. У сотрудников полиции с дисгармоничной системой отношений, уверенных в себе, но не доверяющих другим лю-

дям и окружающему миру наблюдается хороший личностный адаптационный потенциал, на снижение которого в большей степени влияет моральная нормативность. У сотрудников с дисгармоничной системой отношений, неуверенных в себе, но доверяющих другим людям наблюдается удовлетворительный личностный адаптационный потенциал, на снижение которого в большей степени влияет нервно-психическая устойчивость. У сотрудников полиции с нарушенной системой отношений наблюдается низкий личностный адаптационный потенциал, снижение которого происходит за счет всех его компонентов одновременно.

Выявленная корреляционная зависимость свидетельствует о том, что особенности системы отношений личности, предопределяя индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения и совладания со стрессом, являются личностным механизмом формирования адаптационного потенциала. При этом отношение к себе значительно влияет на формирование такого компонента адаптационного потенциала как НПУ, отношение к другим людям и миру влияет на формирование коммуникативных способностей и моральной нормативности.

Таким образом, были выделены особенности структурной организации отношений личности, способствующие формированию высокого потенциала личности, а также обуславливающие его дефицитарность. Выявлена, доказана и обоснована взаимосвязь системы отношений личности и ее адаптационного потенциала, который проявляется в индивидуально-стилевых особенностях саморегуляции и репертуаре совладающего поведения.

У сотрудников полиции с нарушенной системой отношений после возвращения из служебной командировки под воздействием экстремальных ситуаций профессиональной деятельности наблюдается отрицательная динамика в системе отношений личности, способствующая снижению личностного адаптационного потенциала и актуализации процессов дезадаптации.

Отрицательная динамика в системе отношений проявилась у сотрудников полиции уверенных в себе, но не доверяющих другим в критическом повышении положительного отношения к себе и прежде всего самоуверенности, что способствовало снижению адаптационного потенциала за счет снижения нервно-психической устойчивости. У сотрудников полиции не уверенных в себе, но доверяющих другим людям произошло снижение интегрального

самоотношения (неспособность к саморуководству, склонность к самообвинению), что способствовало снижению адаптационного потенциала за счет снижения коммуникативных способностей. У сотрудников полиции неуверенных в себе, не доверяющих другим людям к снижению интегрального самоотношения привело низкое самопринятие и самопонимание, что способствовало снижению адаптационного потенциала за счет снижения коммуникативных способностей и моральной нормативности.

Для сотрудников, в профиле личности которых доминирует негативное отношение к другим людям, характерно снижение уровня потребности в общении и совместной деятельности, преобладают отрицательные эмоции в отношении к другим людям. Они больше оценивают качества, а не поступки человека, не проявляют интерес к личностной сфере человека, его переживаниям, чувствам. У всех испытуемых, переживших экстремальные ситуации в профессиональной деятельности, повысилась социальная фрустрированность и неудовлетворенность отношениями в различных социальных сферах.

Полученные результаты наглядно демонстрируют нам динамику в системе отношений и адаптационном потенциале личности под воздействием экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности, как взаимосвязи между возможностями и способностями личности и реальной их реализацией в целенаправленном адаптационном процессе.

Интересной представляется выявленная интенсивность развития дезадаптивных процессов у испытуемых с учетом влияния личностного и ситуационного факторов. Чем дисгармоничнее система отношений личности, тем интенсивнее выражены процессы психической дезадаптации у сотрудников, проявляющиеся в ряде невротических (аффективная неустойчивость, невротический «сверхконтроль» поведения) и психосоматических расстройств (расстройства сердечно-сосудистой деятельности).

Характеристика особенностей проявления дезадаптивных процессов у сотрудников с нарушенной системой отношений приводит к выводу о необходимости оказания им психологической помощи после приезда из служебной командировки.

Психокоррекционная работа проводилась путем интегрирования двух моделей: патогенетической психотерапии, по В.Н. Мясищеву и недирективной клиент-центрированной психотерапии, по К. Роджерсу. Можно говорить о

значительной реконструкции и гармонизации системы отношений у сотрудников полиции, прошедших курс психокоррекции, что способствовало повышению личностного адаптационного потенциала и снижению выраженности соматических и невротических расстройств. В результате получено эмпирическое обоснование возможности повышения адаптационного потенциала личности в процессе реконструкции и гармонизации системы ее отношений с помощью психокоррекционной программы, построенной на комбинации двух подходов: патогенетической психотерапии по В.Н. Мясищеву и клиент-центрированной психотерапии по К. Роджерсу.

Таким образом, проведенное исследование позволило не только разработать систему диагностических показателей адаптированности личности, но и, прежде всего, продемонстрировать возможности коррекции адаптационного потенциала личности. Теоретические и эмпирические результаты исследования имеют перспективно широкую сферу прикладного использования в плане профилактики дезадаптивных состояний у различных категорий лиц после их пребывания в условиях повышенных психоэмоциональных нагрузок.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Богомолов А.М.* Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологические науки и образование. 2008. № 1.
2. *Кулганов В.А., Шенберг Л.С., Короткова И.А.* Исследование адаптационного потенциала личности у подростков и молодежи // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения – 2005» / под ред. Л.А. Цветковой, Л.М. Шипицыной. СПб., 2005.
3. *Маклаков А.Г.* Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1.

## REFERENCES

1. *Bogomolov A.M.* Personal adaptive capacity in the context of system analysis // Psychological Science and Education. 2008. № 1.



2. *Kulganov V.A., Schenberg L.S., Korotkova I.A.* Study of adaptive capacity of the person in adolescents and young people // Proceedings of the scientific-practical conference "Ananyevsky Readings – 2005" / ed. L.A. Tsvetkovej, L.M. Shipitsyna. St. Petersburg, 2005.
3. *Maklakov A.G.* Personal adaptation potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions // Psychological Journal. 2001. V. 22. № 1.

*19 марта 2014 г.*

---