

Валиева А.Б.

ПСИХОЛОГИЯ ДЕЗАДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Караганда 2009

Валиева А.Б.

ПСИХОЛОГИЯ ДЕЗАДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Учебно-методическое пособие

УДК 378(075.8):159.9

ББК 88я7

В15

В 15 Валиева А.Б. «Психология дезадаптивного поведения.»
Учебно-методическое пособие. – Караганда, Издательско-полиграфический центр Казахстанско-Российского университета, 2009. – 174 стр.

ISBN 9965-762-60-0

В пособии рассматриваются теоретические и методические вопросы по проблемам природы дезадаптивного поведения и организации психологической помощи девиантам. Разработан методический инструментарий по организации практических занятий, самостоятельной работы студентов (магистрантов), представлена основная и дополнительная литература по рассматриваемой проблеме. В пособии предлагается диагностический материал по проблеме дезадаптации личности.

Учебно-методическое пособие предназначено магистрантам, студентам, аспирантам и преподавателям психологических, педагогических, социологических специальностей, а также всем, интересующимся указанной проблематикой.

УДК 378(075.8):159.9

ББК 88я7

Рецензенты:

Нурмаханбетов А.Л. – доктор психологических наук

Изакова А.Т. – кандидат психологических наук, доцент

*Рекомендовано и утверждено решением Ученого совета
Казахстанско-Российского университета*

В $\frac{0303000000}{00(05)-09}$

ISBN 9965-762-60-0

© Валиева А.Б., 2009

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Раздел 1. Социально-психологическая адаптация личности	4
Тема 1. Характеристика социально-психологической адаптации личности.....	5
Тема 2. Обзор теоретических и экспериментальных концепций по проблеме адаптации	9
Тема 3. Социально-психологические детерминанты адаптации личности	18
Раздел 2. Девиация как форма дезадаптации личности	23
Тема 4. Характеристика девиантного поведения	23
Тема 5. Асоциальное поведение	28
Тема 6. Психология аддиктивного поведения	37
Тема 7. Психология суицидального поведения.....	51
Тема 8. Психические расстройства личности	59
Тема 9. Характеристика психологической помощи по проблеме девиаций.....	68
Методические рекомендации по организации и проведению дискуссий	81
Вопросы для подготовки к итоговой аттестации	85
Тесты для проверки и самопроверки знаний студентов	87
Список рекомендуемой литературы	107
Глоссарий	111
Приложение	119

ВВЕДЕНИЕ

Изучение психологических особенностей жизнедеятельности человека в различных жизненных ситуациях актуально в современной психологии, поскольку связано с вопросами развития и проявления поведения человека в изменяющихся условиях жизни и деятельности, с пониманием сущности различного рода воздействий, с предотвращением негативных психологических последствий в рамках оказания психологической помощи. Изучение данного курса позволяет раскрыть основные вопросы проблемы адаптации личности и наполняет конкретным содержанием модель психологической помощи психолога по проблемам дезадаптации.

Курс «Психология дезадаптивного поведения» – профильная учебная и научная дисциплина, целью которой является систематизация знаний магистранта (студента) по проблемам развития и адаптации личности, способствует формированию профессионального мировоззрения, умений и навыков практического психолога. Данный курс предоставляет возможность анализа психологических исследований по проблемам адаптации личности, необходимые для изучения других психологических дисциплин, научного исследования и для практической работы.

В современных условиях все более актуальным становятся вопросы психологической и психосоциальной работы с различными категориями людей, отклоняющихся от социальных, нравственных и правовых норм нашего общества. Во втором разделе пособия рассматриваются теоретические подходы к детерминации девиации, вопросы формирования и проявления отклоняющегося от нормы поведения человека, причины и особенности развития личности девианта, характеристики различного рода воздействий по предотвращению негативных психологических последствий в рамках оказания психологической помощи девиантам.

В пособии представлен методический материал для практических занятий и самостоятельной работы студентов (вопросы для самоконтроля студентов, к семинарскому занятию, для дискуссионного обсуждения, темы докладов), методические рекомендации по организации и проведению дискуссий, тесты для проверки и самопроверки знаний студентов, представлена основная и дополнительная литература по рассматриваемой проблеме.

В приложении настоящего пособия предложен диагностический инструментарий для исследования личностных особенностей девиантов, характеристик отклоняющегося поведения.

Пособие рекомендуется при изучении студентами дисциплин «Психология девиантного поведения», «Практикум специализации», «Основы психологического консультирования», при изучении профильных дисциплин в магистратуре, психологам, социальным работникам, классным руководителям, учителям для организации психологической помощи девиантным и делинквентным личностям, также в исследовательской деятельности по проблемам адаптации и дезадаптации личности.

Раздел 1. Социально-психологическая адаптация личности

Тема 1. Характеристика социально-психологической адаптации личности

Цель: Ознакомление с основными понятиями дисциплины и проблемами адаптации личности

Основные понятия: адаптация, развитие, дезадаптация, стресс, фрустрация, конфликт, кризис, социально-психологическая адаптация, адаптированность, стратегии преодоления, копинг-активность.

Краткий конспект по теме

В последнее время возрос интерес психологов-исследователей к проблеме психологической адаптации личности к критическим, травмирующим ситуациям жизни. Повышение интереса к проблеме адаптации, согласно Г. Гартманну, является следствием развития психологии Я, повышения общего интереса к личности и ее приспособлению к условиям внешней реальности.

Существуют четыре ключевых понятия, которыми в современной психологии описываются критические жизненные ситуации. Это понятие стресса, фрустрации, конфликта и кризиса (Ю.С. Савенко, Ф.Б. Василюк и др.). Данные события можно квалифицировать как критические, так как они создают «потенциальную или актуальную угрозу удовлетворению фундаментальных потребностей» и при этом ставят перед индивидом проблему, которую он не может разрешить в короткое время и привычным способом.

При рассмотрении проблем адаптации человека принято выделять 3 функциональных уровня: физиологический, психологический и социальный; при этом говорят о физиологической, психической и социальной адаптации, а иногда к этому добавляют психофизиологическую, психологическую и социально-психологическую адаптацию.

Несмотря на наличие многочисленных определений феномена адаптации, объективно существуют несколько ее основных проявлений, которые позволяют утверждать, что адаптация – это, во-первых, свойство организма, во-вторых, процесс приспособления к изменившимся условиям среды, суть которого состоит в достижении одновременного равновесия между средой и организмом, в-третьих, результат взаимодействия в системе человек - среда, в-четвертых, цель, к которой стремится организм.

А.А. Налчаджян в своей концепции социально-психологической адаптации использует понятие проблемной ситуации, которая характеризуется наличием блокады (препятствия целенаправленной деятельности личности), эмоциональным переживанием (чаще всего отрицательным) и временным незнанием способов выхода из ситуации или ее преобразования.

Нормальная адаптация - это такой адаптивный процесс личности, который приводит к ее устойчивой адаптированности в типичных проблемных ситуациях без патологических изменений ее структуры и, одновременно, без нарушений норм той социальной группы, в которой протекает активность личности. Нормальная социально-психологическая адаптация личности, в свою очередь, бывает двух видов: защитная и незащитная. Нормальная защитная адаптация – действия личности, которые осуществляются с помощью известных защитных механизмов (агрессии, рационализации, проекции, регрессии, формирование обратной реакции, сублимации и др.), если эти механизмы не стали патологическими. Незащитные адаптивные процессы отличаются тем, что начинаются в нефрустрирующих проблемных ситуациях, требующих от личности принятия рациональных решений. Они осуществляются без участия защитных механизмов, т.е. с помощью незащитных адаптивных комплексов. Смешанный, защитно-незащитный, тип социально-психической адаптации личности осуществляется в тех проблемных ситуациях, в которых она частично фрустрирована, но одновременно стоит перед конструктивными задачами, связанными с ее социальными ролями.

А.А. Налчаджяном также были выделены еще две разновидности адаптации: а) адаптация путем преобразования и фактического устранения проблемной ситуации; б) адаптация с сохранением ситуации. Встречаются многочисленные случаи адаптации с частичным сохранением проблемной ситуации или же, в результате ее преобразования, возникновением новой проблемной ситуации, требующей новых адаптивных процессов. А.А. Налчаджян считает, что в эту третью категорию адаптивных процессов следует включить в известную после появления работ Л. Фестингера цепь событий: «конфликт – принятие решения – «первичный адаптивный процесс» – когнитивный диссонанс – «вторичный адаптивный процесс».

Внешняя адаптация – это адаптивный процесс, посредством которого личность приспосабливается к внешним, объективным проблемным ситуациям. Внешняя адаптация может быть с сохранением проблемной ситуации или с ее устранением и т.п. Внутренняя адаптация (или коадаптация), которая направлена на разрешение внутренних конфликтов и других психических проблем личности.

Адаптивная стратегия – адаптация с сохранением проблемной ситуации и приспособления к ней – может осуществляться: а) путем преобразования восприятия и истолкования ситуации, т.е. создания ее непроблемного субъективного образа; б) путем более глубокого изменения самой личности, в первую очередь ее Я-концепции.

А.А. Налчаджяном также предложена классификация социально-психической адаптированности личности, в которую включены: а) временная ситуативная адаптированность, которая легко может перейти в

состояние временной ситуативной дезадаптированности как вследствие внутриспсихических изменений (например, актуализации новых потребностей или установок), так и изменений определенных аспектов ситуации; б) устойчивая ситуативная адаптированность, т.е. надежная долговременная адаптированность только в определенных типичных, повторяющихся ситуациях, в которых личность стремится быть, как можно чаще; в) общая адаптированность, потенциальная способность адаптироваться в широком спектре типичных социальных ситуаций, которые чаще всего создаются в данной общественной среде в данное историческое время. А.А. Налчаджян утверждает, что обладание потенциальной и актуальной способностью достижения общей и гибкой, творческой адаптированности является одним из критериев психической зрелости и здоровья взрослой личности.

В мировой психологической науке идет активное изучение проблем копинговой активности (R. Lazarus, I. Parker, N. Endler, S. Folkman, L. Pearlin, Т.Ю. Елизарова, В.А. Бодров, Л.Г. Дикая, Г.В. Снегирева, И.К. Кряжева, С.К. Нартова-Бочавер, И.А. Погодин, А.К. Осницкий и другие), которая связывается с механизмами поведенческой регуляции, когнитивной регуляции, с механизмами психологических защит, с преимущественным влиянием факторов социального контекста и другие.

Конструктивные поведенческие копинг-реакции есть функциональный ответ индивида на непредвиденный случай или стоящую проблему. Критериями копинг-реакций являются: детерминация их требованиями социальной среды, направленность на решение определенных проблем, однозначная мотивация и четкая представленность цели, осознанность поведения, наличие среди эффекторных проявлений копинг-реакций определенных изменений внутриличностного характера или межличностного взаимодействия, развитие копинг-реакций в процессе социализации.

Неконструктивные реакции в отличие от копинг-реакций, не осознаются личностью. Они направлены на устранение неприятных переживаний конфликтной ситуации из сознания индивида, реально не решая ситуативных проблем. Таким образом, они представляют собой аналог защитных реакций

Человек может изменить (решить) трудную ситуацию либо поведенчески, либо когнитивно. К поведенческим реакциям относятся действия, направленные непосредственно на стрессовую ситуацию для того, чтобы, либо изменить ее, либо избежать. Когнитивные стратегии связаны, прежде всего, с изменением значения ситуации для человека, который оказался в этой ситуации.

П. Тойтс выделяет 3 подгруппы поведенческих стратегий: стратегии, ориентированные на ситуацию; стратегии, ориентированные на изменение физиологического состояния; стратегии, ориентированные на экспрессивное выражение. В свою очередь, к поведенческим стратегиям, ориентированным на ситуацию, относятся: прямые действия (попытки

изменить ситуацию, обсуждение ситуации с другим участником, сбор информации для решения проблемы и т.д.), поиск социальной поддержки (общение с членами семьи, друзьями, консультации у психотерапевта или должностного лица), «уход» от ситуации. К поведенческим стратегиям, ориентированным на физиологическое изменение относятся: употребление наркотиков, алкоголя, сон, работа и т.п. В качестве поведенческих стратегий, ориентированных на экспрессивное выражение, выделяют: катарсис, сдерживание и контроль чувств.

Когнитивные стратегии включают в себя 3 подгруппы: стратегии, направленные на изменение ситуации; стратегии, направленные на экспрессивное выражение; стратегии, направленные на изменение чувств. При этом к когнитивным стратегиям, направленным на ситуацию, относятся: продумывание, новый взгляд на ситуацию, принятие, сдерживание, отвлечение, «фантастическое» решение. В качестве когнитивной стратегии, направленной на эмоциональное изменение, выделяют стратегию «переинтерпретации». К когнитивным стратегиям, направленным на экспрессивное выражение, относятся: «фантастическое выражение», молитва. Кроме основных, выделены дополнительные стратегии: написание чего-либо, слушание музыки, ожидание.

Основные объективные критерии адаптации: степень интеграции личности со средой, социальный статус, эмоциональная экспансивность, наличие глубоких личностных контактов, социальная активность и работоспособность; к субъективным – эмоциональная комфортность, степень принятия себя и окружающих, удовлетворенность сложившейся ситуацией, состояние и адекватность Я-концепции.

Вопросы для самоконтроля:

1. Какие выделяют в психологии показатели социально-психологической адаптации личности?
2. Дайте определения понятиям «развитие», «адаптация», «дезадаптация».
3. Какие виды адаптации личности выделяют в психологии?
4. Перечислите виды и уровни социально-психологической адаптации личности.
5. Охарактеризуйте критерии конструктивности адаптации.
6. Что понимается в психологии под стратегией преодоления личностью кризисных ситуаций?
7. Что такое копинг-активность?

Вопросы к семинарскому занятию

1. Адаптация личности: понятие, уровни и виды.
2. Виды критических ситуаций.
3. Классификация социально-психологической адаптации личности.

4. Адаптированность как свойство личности. Критерии конструктивности адаптации.
5. Стратегии преодоления личностью кризисных ситуаций.

Вопросы для дискуссионного обсуждения

1. Адаптивность - свойство личности.
2. Проблема нормы психического развития и адаптации личности.
3. Поведение в стрессовой ситуации человека и животных.

Темы докладов

1. Основные формы поведения человека в критических ситуациях.
2. Адаптация личности в изменяющихся условиях жизнедеятельности.
3. Проблемы социально-психологической адаптации личности.
4. Копинг-активность: понятие, виды, характеристика.
5. Основные стратегии поведения человека в стрессовых условиях.

Рекомендуемая литература:

1. Актуальные проблемы кризисной психологии: Сб. научн. тр. /Отв. ред. Л.А. Пергаменщик. - М., 1999.
2. Асмолов А.Г. Психология личности. - М.: Изд-во Московского ун-та, 1990. - 367с.
3. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л.: Наука, 1988. - 267с.
4. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология и психотерапия: Учебно-методическое пособие для студентов вечерней и заочной форм обучения. - Мн.: БГПУ им. М. Танка, 2001. - 64с.
5. Василюк Ф.Е. Психология переживания. - М.: МГУ, 1984. - 200с.
6. Кузнецов П.С. Адаптация как функция развития личности. - Саратов, 1991. - 24с.
7. Началджян А.А. Социально - психическая адаптация личности. - Ереван, 1988. - 262с.

Тема 2. Обзор теоретических и экспериментальных концепций по проблеме адаптации личности

Цель: аналитический обзор современных концептуальных направлений по проблеме адаптации личности.

Основные понятия: гомеостаз, гедонистический принцип, прагматизм, травма, защитные механизмы, стресс, копинг-активность, преодоление, переживание, деятельность.

Краткий конспект по теме

Гомеостатический принцип: все реакции организма как системы, пассивно приспособляющейся к воздействиям среды, призваны лишь выполнять сугубо адаптивную функцию – вернуть организм в состояние равновесия. Гомеостатический вариант объяснения поведения личности нашел свое выражение в психоанализе З. Фрейда, динамической теории личности К. Левина, социально-психологической теории стремления к разрядке когнитивного несоответствия (диссонанса) Фестингера Л. или баланса несоответствия (Ч. Осгуд и др.), необихевиористских концепциях реакции напряжения потребностей организма человека и животных; в гуманистической психологии, в которых идее гомеостазиса противопоставляется идея «стремления к напряжению», к нарушению равновесия как исходная методологическая предпосылка изучения мотивации развития личности человека (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и другие). И в тех, и в других концепциях личность противопоставляется социальной среде, а ее поведение подчиняется заранее предустановленной конечной цели – обрести равновесие с обществом за счет разрядки потребностей или достичь «равновесия» с самим собой за счет самоактуализации, то есть стать таким, как предписано природой, как бы ни мешало или ни помогало общество.

В психоаналитических концепциях содержание процесса адаптации описывается формулой: конфликт – тревога – защитная реакция. По мнению авторов данного подхода, конфликт возникает вследствие «несоответствия» врожденных потребностей личности ограничивающему требованию социальной среды. Переживание тревоги сигнализирует о наступившей опасности, связанной с нарушением внутреннего гомеостаза. Распознавая сигнал опасности, Эго мобилизует личностные ресурсы для элиминации тревоги. Эти ресурсы отождествляются с защитными реакциями, действующими на бессознательном уровне.

В том случае, когда тревога полностью элиминирована в сознании личности, считается, что личность имеет высокий уровень адаптивности. Если защитные реакции оказываются недостаточными для того, чтобы устранить тревогу из сознания личности, т.е. наблюдается «срыв» защитных механизмов, тревога усиливается и провоцирует возникновение клинической симптоматики. В этом случае говорят о дезадаптации личности. Подобная постоянная трата ресурсов Эго может серьезно ограничить использование энергии для адаптивного, направленного на собственное развитие, творческого поведения.

Согласно Фрейду, в ходе переживания возможна фиксация человека на каком-то временном моменте. Примерами фиксации на прошлом является печаль и меланхолия.

В более поздних работах Фрейд сформулировал свою «энергетическую» концепцию психической травмы. Фрейд предлагал различать два

случая: в первом случае, травмирующая ситуация является провоцирующим фактором, раскрывающим имевшуюся в обиде невротическую структуру; и во втором случае, травма детерминирует возникновение и содержание симптома.

В русле психодинамического понимания травмы можно выделить три различные интерпретации самого термина: а) психическая травма как экстремальное событие, ограниченное во времени (т.е. имевшее начало и конец), оказавшее неблагоприятное воздействие на психику субъекта (З. Фрейд); б) «кумулятивная травма», возникающая в онтогенезе из множества незначительных психотравматических событий (А. Фрейд, Д. Винникота); в) психическая травма развития как результат неизбежных фрустраций потребностей и влечений субъекта (М. Хана).

Э. Эриксон считает, что конфликт и защита является одной стороной адаптивного взаимодействия в системе «индивид - среда»; другой же стороной адаптирующего взаимодействия служат сотрудничество и гармония. Процесс адаптации в его концепции описывается формулой: противоречие – тревога – защитные реакции индивида к среде – гармоничное равновесие или конфликт.

Среди современных психоаналитических концепций можно выделить концепцию Г. Гартманна. Адаптация, согласно Гартманну, включает как процессы, связанные с конфликтными ситуациями, так и те процессы, которые входят в свободную от конфликтов сферу Я. Гартманн, как и другие представители психоанализа, проводит различие между адаптацией как процессом и адаптированностью как результатом этого процесса. В процессе адаптации активно изменяются как личность, так и среда, в результате чего между ними устанавливаются отношения адаптированности, при этом адаптивный процесс регулируется со стороны Я. В своей теории адаптации Гартманн большое внимание уделяет социальной адаптации личности. Гартманн считает процесс адаптации человека многослойным, причем представление об уровне адаптации лежит в основе концепции здоровья человека.

Современные психоаналитики различают две разновидности адаптации:

а) аллопластическая адаптация осуществляется теми изменениями во внешнем мире, которые человек совершает для приведения его в соответствие со своими потребностями;

б) аутопластическая адаптация, обеспечивается изменениями личности (ее структуры, умений, навыков и т.п.), с помощью которых она приспособляется к среде.

К этим двум собственно психическим разновидностям адаптации Г. Гартманн добавляет еще один: поиск индивидом такой среды, которая благоприятна для функционирования организма.

Второе направление исследований психологической адаптации в зарубежной психологии представлено работами авторов, выдвигающими в качестве цели адаптации «достижение позитивного духовного здоровья». Наибольший вклад в развитие данного подхода внесли А. Maslow, G. Rogers, С. Allport, А. Bandura, В. Bettelheim, J. Block, Tomas, J. Wolpe, R. Benedict. Процесс психологической адаптации в русле данного подхода описывается формулой: конфликт – фрустрация – акты приспособления. В качестве основного критерия адаптивности выдвигается критерий степени интеграции личности и среды.

По мнению А. Маслоу, К. Роджерса, конфликт возникает в результате рассогласования между личностно значимыми ценностями и воспринимаемой реальной ситуацией («реальным ситуативным опытом»). В качестве актов приспособления авторы данного направления рассматривают поведенческие реакции индивида конструктивной и неконструктивной направленности, для обозначения конструктивных ими используется понятие «копинг-реакции».

В зарубежной психологии значительное распространение получило необихевиористское определение адаптации, которое используется, например, в работах Г. Айзенка и его последователей. Адаптацию они определяют двояко: а) как состояние, в котором потребности индивида, с одной стороны, и требования среды – с другой полностью удовлетворены. Это состояние гармонии между индивидом и природной или социальной средой; б) процесс, посредством которого это гармоничное состояние достигается.

Современные бихевиоральные традиции рассматривают копинговый процесс как реализация поведенческих программ в соответствии с устанавливаемыми целями и предотвращение состояние дистресса. В центре таких моделей – понятие регуляции и саморегуляции поведения.

Следующий подход, названный В.А. Петровским прагматическим, в исследовании психологической адаптации связан с концепциями «когнитивной психологии личности». Представители этого подхода (L. Festinger, R. Lararus, J. Tucker, A. Vogel, Дж. Келлер и др.) рассматривают процесс психологической адаптации через призму трехчленной формулы: конфликт – угроза – реакции приспособления. Если в процессе информационного взаимодействия со средой личность сталкивается с информацией, противоречащей имеющимся у нее установкам, возникает рассогласование между содержательным компонентом установки и образом реальной ситуации. Это расхождение (когнитивный диссонанс) переживается как состояние дискомфорта (угроза). Подобное переживание побуждает индивида к активности, направленной на устранение или уменьшение когнитивного диссонанса. Степень переживания (интенсивность переживания) угрозы обуславливает актуализацию конструк-

тивных или неконструктивных реакций, являясь, таким образом, критерием адаптивности.

Наибольшее развитие исследования coping активности получили именно в рамках когнитивной теории стресса. Согласно С. Селье, существует два способа выживания: борьба и адаптация, при этом адаптация более успешный способ поведения. Описанные в классических исследованиях Селье стадии стресса характерны для любого адаптационного процесса, поскольку включают и непосредственную реакцию на воздействие, требующее адаптационной перестройки (стадия тревоги, аларм - реакция), и период максимально эффективной адаптации (стадия резистентности), и в случае недостаточности адаптационных механизмов, нарушение адаптационного процесса (стадия истощения).

В теории стресса рассматриваются два центральных понятия: когнитивные оценивания и совладание (coping). R. Lazarus полагает, что процесс оценивания состоит из первичной оценки стрессовой ситуации и вторичной оценки индивидом собственных ресурсов в совладании с данной ситуацией. В зависимости от этого формируется тип копинг-стратегии: проблемно-фокусированный (действия, направленные на преодоление стрессовой ситуации) и эмоционально-фокусированные (действия, направленные на улучшение эмоционального состояния).

Исследователи данного направления определяют преодоление как попытки адаптироваться к стрессу, «процесс продолжающихся усилий в мышлении и действии с целью управления специфическими требованиями, оцениваемыми как напряженные и непреодолимые» (R. Lazarus), «попытки управления психологическим стрессом» (R. Lazarus, S. Folkman), эго-процесс, ведущий к гибкому, целенаправленному, логическому поведению в процессе решения проблем (M. Hann), «то, что принимают люди, чтобы избежать разрушения от жизненного напряжения» (L. Pearlin), способ, которым личность адаптируется к разрушительным воздействиям (I. Paulhan), «способ, который позволяет человеку как ответить на стрессовую ситуацию, так и адаптироваться к ней» (I. Parker).

К современным концепциям стресса можно отнести теорию стресса Д. Фонтана, теорию кризиса Р. Перри и этиологическую мультифакторную концепцию А. Мэркера.

К факторам, обеспечивающим процесс психологической адаптации, относят коммуникативные навыки (W. Klievet), мотивацию достижения (X. Хекхаузен), фактор духовной установки (В. Франкл), оптимизм (M. Scheier), локус контроля (A. Stantion), саморуководство, межличностное доверие, религиозные взгляды, юмор (S. Folkman), оценка самооффективности (C. Cozzarelli).

Современное представление российских и отечественных исследователей об адаптации основывается на работах И.П. Павлова, И.М. Сеченова, П.К. Анохина, В.Д. Небылицина, П.В. Симонова,

Н.И. Наенко, Т.А. Немчинова и др. Состояние психического стресса в свете положений концепции А.Н. Леонтьева является результатом отражения субъектом внешней и внутренней информации о данной ситуации.

Анализ психологической адаптации личности как деятельности невозможен без рассмотрения ценностно-смысловой регуляции данной деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, С.М. Джакупов, Е.С. Мазур, И.А. Сапарова, Т.Ю. Елизарова и др.). Данными исследователями ценностно-смысловая регуляция рассматривается как специфическая деятельность – деятельность смыслопорождения.

Ф.Е. Василюк выделил виды переживания критических ситуаций: гедонистическое переживание, которое отвергает реальность; реалистическое, которое безоговорочно ее принимает; идеально преобразующее реальность – ценностное и творческое – творящее новую жизненную реальность.

По мнению С.М. Джакупова, высшим уровнем процесса адаптации является личность как «системное качество» человека. Объективными репрезентантами личностных особенностей, обусловленных факторами социальной среды, могут выступать различные показатели динамики процесса адаптации и уровня адаптированности личности к конкретным условиям жизнедеятельности в тех или иных средовых условиях.

С точки зрения К.А. Абульхановой-Славской, яркой иллюстрацией неспособности решать жизненные противоречия являются два феномена – уход и возложение ответственности. Способ решения жизненных противоречий (конструктивный, смелый, пассивный), согласно К.А. Абульхановой-Славской, характеризует социально-психологическую и личностную зрелость человека.

Концепция неадаптивной активности В.А. Петровского определяет адаптивные и неадаптивные проявления поведения личности, за которыми стоят тенденции к сохранению и изменению социальных систем, как обязательное условие развития личности человека, овладения общественно-историческим опытом.

Согласно А.Г. Маклакову существенной частью адаптационного процесса является построение интегрированного поведения. Данная характеристика рассматривается им как системное свойство личности, которое заключается в способности личности адаптироваться к условиям социальной среды.

В.И. Лебедев в своей концепции для определения процесса переживания вводит понятия «переадаптация» и «адаптированность» (т.е. устойчивая адаптация), под которыми понимает регуляторные реакции, психическую деятельность, систему отношений.

Ф.Б. Березин считает, что эффективность психической адаптации в условиях, предъявляющих повышенные требования к адаптационным

механизмам, обнаруживает тесную зависимость от степени возрастания в этих условиях суммарной фрустрационной напряженности и от выраженности таких, способствующих устойчивости к стрессу, факторов, как интегрированность поведения и порог фрустрации.

А.А. Налчаджяном предложена классификация адаптации: нормальная, девиантная, патологическая; выделен в качестве наиболее типичной адаптивной стратегии механизм обобщенного самоограничения.

В современных российских исследованиях, базирующихся на концепции деятельности А.Н. Леонтьева, для обоснования понятия «адаптация» используется положение об адаптационной деятельности личности как перманентном процессе соотнесения двух логик развития: субъективной и объективной. В определении Т.В. Снегиревой адаптация представляет собой «процесс превращения объективных форм и условий жизнедеятельности индивида в адекватные или неадекватные, если речь идет о дезадаптации, индивидуальные, качественно своеобразные способы его организации».

Другое направление современных исследований адаптационного процесса базируется на теории психического как процесса. Формула психического отражения, разделяемая ими: «отражаемое – личность – отраженное» (С.Л. Рубинштейн, К.К. Платонов). Авторами данного подхода были выделены критерии адаптивности личности: эффективность деятельности личности, степень интеграции личности с макро- и микросредой, эмоциональное самочувствие. В современных исследованиях показатель «синдром психоэмоционального напряжения» рассматривается как индикатор психического состояния субъектов адаптации.

Особое внимание в современных исследованиях уделяется психологическим детерминантам адаптационного процесса. В различных работах рассматривается влияние на процесс адаптации таких психологических особенностей личности, как самооценки, особенности эмоционального состояния (Т.А. Кухарева, О.И. Зотова, И.К. Кряжева и др.), ценностных ориентаций (Т.А. Кухарева, И.К. Кряжева), интеллекта и его соотношения с особенностями эмоциональной сферы (Г.М. Шавердян, М.Д. Дворяшина и др.), локуса контроля (Г.М. Шавердян, Е.Ф. Бажин, К. Муздыбаев), а также социально-психологических и демографических характеристик (Ф.Б. Березин, М.П. Мирошников, С.С. Рапопорт и др.).

Современные исследователи выделяют разные критерии успешности адаптационного процесса (И.Б. Дерманова, О.И. Зотова, И.К. Кряжева, Н.Г. Колызаева и др.). Психологические характеристики личности, обеспечивающие успешность адаптации: а) индивидуально-психологические особенности (эмоциональная устойчивость, доминирование, сдержанность, смелость, жесткость, практичность, консерватизм, высокий контроль на всем протяжении адаптационного процесса);

б) ценностные ориентации (выраженная ориентация на счастливую семейную жизнь, на инструментальные ценности самоконтроля); в) агрессия (физическая и вербальная агрессии на этапе дальнейшей адаптации); г) локализация контроля (выраженная интернальность в начальном периоде адаптации); д) самооценка и уровень притязаний (высокие самооценка и уровень притязаний в начале адаптационного процесса) (И.А. Погодин).

Вопросы для самоконтроля:

1. В чем основные отличия гомеостатического, гедонистического и прагматического принципов адаптации?
2. Как характеризуют «травму» в психоанализе?
3. Выделите основные положения теории стресса С.Селье.
4. Выделите основные положения концепции копинг-активности личности Р. Лазаруса.
5. Охарактеризуйте принципы необихевиристской модели адаптации.
6. Выделите принципы изучения адаптации в российской и казахстанской психологии.
7. В чем отличия понимания адаптации личности в современных исследованиях?
8. Укажите основные задачи кризисной психологии.

Вопросы к семинарскому занятию

1. Гомеостатический, гедонистический и прагматический принципы адаптации в западной психологии.
2. Понятие «травмы» в психоанализе.
3. Психология стресса С.Селье.
4. Концепция копинг-активности личности Р. Лазаруса.
5. Необихевиристская модель адаптации.
6. Проблема адаптации в российской и казахстанской психологии.
7. Современные концепции адаптации личности.

Вопросы для дискуссионного обсуждения

1. Традиционные и современные подходы к проблеме адаптации: за и против.
2. Адаптация: развитие или приспособление.

Примерные роли для проведения ролевой дискуссии (можно скрытой): «психоаналитик», «представитель необихевиоризма», «сторонник концепции копинг-активности», «сомневающийся», «критик», «эксперт», «сторонник современного взгляда» и т.д.

Темы докладов

1. Исследования проблем адаптации личности в российской психологии.
2. Направления исследований вопросов адаптации личности в казахстанской психологии.
3. Интегративные подходы к проблеме адаптации личности.
4. Основные направления исследований по кризисной психологии.
5. Современные теории стресса.

Рекомендуемая литература:

1. Асмолов А.Г. Психология личности. - М.: Изд-во Московского ун-та, 1990. – 367с.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: МГУ, 1984. – 200с.
3. Началджян А.А. Социально – психическая адаптация личности. - Ереван, 1988. - 262с.
4. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М., 2005. – 512с.
5. Франкл В.Е. Теория и терапия неврозов. – СПб., 2001.- 234с.
6. Абульханова – Славская К.А. Стратегия жизни. - М.: Мысль, 1991. – 299с.
7. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001. – Т. 21, № 1. - С. 16- 24.
8. Меерсон Ф. Адаптация, стресс и профилактика. - М.: Наука, 1981.– 278с.
9. Муздыбаев К. Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. – 2000. – Т. 20, № 4. - С. 5-21.
10. Осницкий А.К., Чуйкова Т.С. Саморегуляция активности субъекта в ситуации потери работы // Вопросы психологии. - 1999. - № 1. - С.92-104.
11. Сапарова И.А. Психология переживания болезни. – Алматы: Каусар – булак, 1998. – 268с.
12. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1982. -124с.
13. Сенокосов Ж.. Г. Социально – психологическая адаптация молодых солдат воинской службе: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.11. - М., 1989. – 189 с.
14. Фрейд А. Анализ «Я» и механизмы защиты / Пер. с англ. – М.: Просвещение, 1993. – 234с.

Тема 3. Социально-психологические детерминанты адаптации личности

Цель: изучение социально-психологических детерминант адаптации человека

Основные понятия: возрастные кризисы, норма развития личности, факторы развития, стресс, кризис, развод, смерть, потеря смысла жизни.

Краткий конспект по теме

В психологической науке первоначально переживаемые человеком критические состояния изучались в контексте возрастных особенностей, динамических аспектов развития в разные периоды жизни человека (Л.С. Выготский, Э. Эриксон).

В отличие от З. Фрейда, выделявшего пять основных стадий психического развития в качестве базисных для определения фиксаций на них как источника личностной проблематики, понятию «фиксация» К. Юнг предпочитал термин «незрелость», легко ассоциирующийся с тем или иным периодом развития. По Юнгу основные кризисы: проблема социального самоопределения и самоутверждения (пубертатный период), кризис возрастающей ответственности и возрастающего сознания (25-40 лет), поиск смысла жизни (40-60 л.),

Э. Эриксон выделил восемь жизненных психологических кризисов, неизбежно наступающих у каждого человека:

1. Кризис доверия - недоверия (в течение первого года жизни).
2. Автономия в противоположность сомнениям и стыду (в возрасте около 2-3 лет).
3. Появление инициативности в противовес чувству вины (примерно от 3 до 6 лет).
4. Трудолюбие в противоположность комплексу неполноценности (возраст от 7 до 12 лет).
5. Личностное самоопределение в противоположность индивидуальной серости и конформизму (от 12 до 18 лет).
6. Интимность и общительность в противовес личностной психологической изолированности (около 20 лет).
7. Забота о воспитании нового поколения в противоположность «погружению в себя» (между 30 и 60 годами).
8. Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию (старше 60 лет).

Становление личности в концепции Э. Эриксона понимается как смена этапов, на каждом из которых происходит качественное преобразование внутреннего мира человека и радикальное изменение его отношений с окружающими людьми. В результате этого он как личность, приобретает нечто новое, характерное именно для данного этапа развития и сохраняющееся у него (по крайней мере в виде заметных следов) в течение всей жизни.

Каждый психосоциальный кризис, если рассматривать его с точки зрения оценки, содержит и позитивный, и негативный компоненты. Если конфликт разрешен удовлетворительно (т.е. на предыдущей стадии Эго обогатилось новыми положительными качествами), то теперь Эго вбирает в себя новый позитивный компонент, и это гарантирует здоровое развитие личности в дальнейшем. Напротив, если конфликт остается неразрешенным или получает неудовлетворительное разрешение, развивающемуся Эго тем самым наносится вред, и в него встраивается негативный компонент. Задача состоит в том, чтобы человек адекватно разрешал каждый кризис, и тогда у него будет возможность подойти к следующей стадии развития более адаптивной и зрелой личностью. На каждой стадии развития Э.Эриксон выделяет нормальную и аномальную линии развития.

Возраст человека, как и человек в целом, есть взаимопроникновение природы и истории, биологического и социального, конвергенция которых выражается в отдельной фазе человеческой жизни и в генетических связях между фазами. Поэтому возрастные изменения тех или иных свойств человека являются одновременно онтогенетическими и биографическими; по этим изменениям можно судить не только об отдельных психосоматических и социально-психологических сдвигах, но и об их динамических соотношениях.

При оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и формулировании целей коррекции необходимо учитывать следующие характеристики:

1. Особенности социальной ситуации развития (например, изменение типа образовательного или воспитательного учреждения, круга общения ребенка, включая сверстников, взрослых, семейное окружение и т.д.).

2. Уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития.

3. Уровень развития ведущей деятельности ребенка, ее оптимизация.

Кроме понятия «*возрастная норма*» психологу приходится встречаться с понятием «*индивидуальная норма*», которая позволяет наметить в пределах возрастной нормы развития программу оптимизации развития для каждого конкретного клиента с учетом его индивидуальности и самостоятельного пути развития.

Постепенно интересы исследователей с изучения детских возрастных кризисов распространились и на кризисы зрелого возраста развития. Согласно мнениям исследователей, объяснения причин переживаний критических ситуаций зрелого возраста могут быть различными: это могут быть трудности приспособления к самостоятельной жизни в обществе при выходе из семьи, трудности самоопределения и самонаправления своей жизни (Х. Томэ), потеря смысла жизни (В. Франкл), невозможность удовлетворить смысло-жизненные потребности (Е.А. Донченко), чувство ограниченности жизненной перспективы и трудности её перестройки

(П. Массен, А. Комфорт, Н.В. Панина, Е.И. Головаха, А.А. Кроник), переживание непродуктивности своего жизненного пути (Р.А. Ахмеров, Г.А. Вайзер), ограниченность ценностей (Б. Ливехуд).

В современных исследованиях выделяется особая группа кризисов, так называемые «кризисы травматического характера», вызываемые событиями, независящими от воли человека. К таким кризисам относят утрату близкого человека, развод, болезнь, потерю работы и другие. Данные кризисы, взаимодействуя с возрастными, создают пеструю картину трудностей, потерь в жизни человека, побуждая его к каким-то ситуациям приспособляться, другим активно противостоять, третьи просто учитывать в своем поведении, взаимоотношениях и планах на будущее.

Выделенные разными исследователями признаки нарушения адаптации к таким ситуациям схожи с описанными симптомами посттравматического стрессового расстройства (Е.С. Калмыкова, М.А. Падун, Р. Лихи, Р. Сэмпл), а именно: а) нарушения эмоциональной регуляции (например, постоянная тоска, суицидальные мысли, подавленный гнев или вспышки гнева); б) измененное самовосприятие (ощущение собственной беспомощности, переживания стыда, вины и полного отчуждения от других людей); в) сосредоточенность на взаимоотношениях со стрессором (включая одержимость идеей мести) и г) изменения в системе смыслов и ценностей (например, в форме духовного кризиса или утраты поддерживающей дух веры). При этом, повышенный риск в отношении ПТСР обусловлен также склонностью человека к использованию таких стилей совладания с жизненными невзгодами, как избегание и уход, формы инфантильного поведения, а также тенденцией к навязчивым размышлениям о событиях с усмотрением в них, главным образом, отрицательного смысла.

Типы послеразводной адаптации: переживание семейного разлада и формирование нового стиля жизни. Причем, как отмечают социологи, вторая чаще всего происходит труднее и оказывает большое влияние на психическое самочувствие разведенных.

Модель Rubbler- Ross переживания ситуации потери: стадия отрицания, стадия злости, стадия переговоров, стадия депрессии, стадия принятия.

В этиологической мультифакторной концепции А. Мэркера выделяются три группы факторов, сочетание которых приводит к возникновению посттравматического стресса: факторы, связанные с травматическим событием; защитные факторы; факторы риска (возраст к моменту травматизации, отрицательный прошлый опыт, психические расстройства в анамнезе, низкий социоэкономический уровень).

Согласно И.А. Погдину, исследовавшему адаптацию человека в условиях относительной изоляции, успешность адаптации обусловлена тремя психологическими факторами: исходными личностными характеристиками в начале адаптационного процесса, состоянием психологиче-

ских характеристик в каждой текущей ситуации адаптации, динамикой и трансформацией психологических характеристик личности в процессе адаптации. К психологическим характеристикам личности, обеспечивающим успешность адаптации, автор относит: а) индивидуально-психологические особенности (эмоциональная устойчивость, доминирование, сдержанность, смелость, жесткость, практичность, консерватизм, высокий контроль на всем протяжении адаптационного процесса); б) ценностные ориентации (выраженная ориентация на счастливую семейную жизнь, на инструментальные ценности самоконтроля); в) агрессия (физическая и вербальная агрессии на этапе дальнейшей адаптации); г) локализация контроля (выраженная интернальность в начальном периоде адаптации); д) самооценка и уровень притязаний (высокие самооценка и уровень притязаний в начале адаптационного процесса).

Вопросы для самоконтроля:

1. Охарактеризуйте возрастные кризисы личности.
2. Приведите примеры критических ситуаций, возникающих независимо от воли человека.
3. Охарактеризуйте стадии адаптации человека в посттравматической ситуации.

Вопросы к семинарскому занятию

1. Возрастные кризисы как фактор адаптации.
2. Критические ситуации, возникающие независимо от воли человека.
3. Адаптация человека в экстремальных ситуациях.

Вопросы для дискуссионного обсуждения

1. Возрастной кризис: новообразование или потеря индивидуальности.
2. Самоактуализация: вершина развития личности или миф.
3. Причины дезадаптации личности в критической ситуации.
4. Задачи адаптации человека в 21 веке.

Примерные роли для проведения ролевой дискуссии (можно скрытой): «психоаналитик», «представитель необихевиоризма», «сторонник теории Э.Эриксона», «представитель классической теории развития личности», «сомневающийся», «критик», «эксперт», «сторонник современного взгляда» и т.д.

Темы докладов

1. Теоретические подходы к определению возрастных кризисов человека.
2. Конфликт личности и способы адаптации на разных возрастных этапах.

3. Особенности адаптации личности в ситуации потери.
4. Феноменология смыслоутраты.
5. Виды переживания критических ситуаций по Ф.Б. Василюку.
6. Проблемы адаптации личности к изменяющимся условиям жизнедеятельности.

Рекомендуемая литература:

1. Анцыферова Л.И. Личность в тяжелых жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. - 1994. - №1.
2. Асмолов А.Г. Психология личности. - М.: Изд-во Московского ун-та, 1990. - 367с.
3. Колодзин Б. "Как жить после психической травмы". - М., 1992.
4. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. - М., 1989.
5. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология и психотерапия: Учебно-методическое пособие для студентов вечерней и заочной форм обучения. - Мн.: БГПУ им. М. Танка, 2001. - 64с.
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания. - М.: МГУ, 1984. - 200с.
7. Кузнецов П.С. Адаптация как функция развития личности. - Саратов, 1991. - 24с.
8. Началджян А.А. Социально - психическая адаптация личности. - Ереван, 1988. - 262с.
9. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. - М.: Академия, 2000. - 184с.
10. Франкл В.Е. Теория и терапия неврозов. - СПб., 2001. - 234с.
11. Вайзер Г.А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека // Психологический журнал. - 1998. - Т. 18, № 5. - С. 3 -14.
12. Китаев - Смык Л.А. Психология стресса. - М.: Наука, 1983. - 368с.
13. Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения. - М., 2002. - 288с.
14. Муздыбаев К. Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. - 2000. - Т. 20, № 4. - С. 5-21.
15. Осницкий А.К., Чуйкова Т.С. Саморегуляция активности субъекта в ситуации потери работы // Вопросы психологии. - 1999. - № 1. - С.92-104.
16. Сапарова И.А. Психология переживания болезни. - Алматы: Каусар - булак, 1998. - 268с.
17. Седельников С.С. Социальные последствия разводов: Дис. ... канд. соц. наук: 22.00.01. - М., 1990. - 190 с.
18. Сенокосов Ж. Г. Социально - психологическая адаптация молодых солдат военной службе: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.11. - М., 1989. - 189 с.

Раздел 2. Девиация как форма дезадаптации личности

Тема 4. Характеристика девиантного поведения

Цель: Ознакомление с психологическими аспектами проблемы девиаций и теоретическими подходами ее изучения

Основные понятия темы: девиация, девиантное поведение, норма, биогенетический подход, культурно-исторический подход, социальная аномия, аномальное развитие, асоциальное поведение, делинквент, отклоняющееся поведение.

Краткий конспект по теме

Оценка любого поведения всегда предполагает его сравнение с какой-то нормой. Существует несколько аспектов в понимании понятия “норма”. Норма – это: а) оптимальное состояние объекта, предполагающее наиболее устойчивое его существование, более всего соответствующее определенным условиям и задачам функционирования; б) исходное начало для сравнения (оценки) данных; в) отсутствие отклонений (отрицательный логический критерий); г) норма как описательная характеристика (положительный логический критерий).

Отклоняющееся (или девиантное) поведение (от лат. *deviatio* – отклонение) – система поступков или отдельные поступки, противоречащие принятым в обществе правовым, нравственным нормам или нормам психического здоровья. Социальная норма – предписание общепринятой формы, способа поведения людей в социально значимых ситуациях и для различных социальных ролей. Психическая норма – общепринятые в обществе требования к различным параметрам проявлений психической активности человека.

Общие критерии, характеризующие норму психического здоровья, следующие:

⇒ соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности, а также соразмерность и соответствие характера реакций внешним раздражителям, значению жизненных событий;

⇒ адекватный возрасту уровень зрелости эмоционально-волевой и познавательной сфер личности;

⇒ способность к адаптации в микросоциальных отношениях;

⇒ способность к самоуправлению собственным поведением, его изменению в зависимости от смены ситуаций, разумному планированию жизненных целей и поддержанию активности в их достижении;

⇒ критический подход к обстоятельствам жизни, чувство ответственности за потомство и близких членов семьи и пр.

Авторы биогенетических концепций (начиная со Ст. Холла и З. Фрейда до Э. Торндайка, К. Бюлера, Э. Майера, А. Дженсена и А. Маслоу), отводя ведущую роль в личностном развитии человека его