

УДК 377.3

ГЕРАСИМОВА Інна Володимирівна,

кандидат педагогічних наук, транзакційний аналітик,
доцент кафедри загальної педагогіки і психології,
Черкаський національний університет імені Богдана
Хмельницького
e-mail: inna_anni_0512@ukr.net

МЕХАНІЗМИ АДАПТАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ

Стаття присвячена вивченню проблем адаптації особистості. Специфіка адаптації особистості полягає в тому, що в процесі своєї життєдіяльності вона стикається з необхідністю активно пристосовуватися до різних елементів соціального середовища.

При вивченні проблем адаптації, розробки теоретичних і прикладних питань адаптації людини соціологи, психологи і педагоги виходять з положення про єдність особистості і

суспільства, про активний характер їх взаємодії. Втілені в концепціях К.О. Абульханової-Славської, Б.Г. Ананьєва, Г.О. Балла, І.Д. Бєха, Л.С. Виготського, І.А. Зязюна, Г.С. Костюка, О.М. Леонтьєва, Б.Ф. Ломова, С.Д. Максименка, Н.Г. Ничкало, С.Л. Рубинштейна, В.А. Семиченко, В.О. Татенка, Т.М. Титаренко, Т.С. Яценко, вони дозволяють розкрити сутність процесу адаптації як виразу єдності взаємодіючих сторін (людини і соціального середовища) з притаманними йому протиріччями.

В основі цієї єдності, з одного боку, лежить активність соціального середовища, а з іншого – активність особистості, спрямована на пізнання оточуючого світу, вироблення певних принципів і конкретних способів взаємодії, що дозволяють не лише пристосуватися до мінливих соціальних умов, але й перетворювати їх тією мірою, якою це виявляється доцільним для систем.

Ключові слова: адаптація; внутрішньоособистісний конфлікт; критерії; чинники.

Постановка проблеми. Процес адаптації є одним із найбільш досліджуваних наукових об'єктів. Це обумовлюється, перш за все, універсальністю цього явища, адже адаптаційні процеси об'єктивно обумовлені будь-якими динамічними змінами, що відбуваються у різноманітних системах. Особистість являє собою відкриту самореалізуючу систему, яка має складну, багаторівневу структуру, що активно взаємодіє з навколишнім середовищем. Ступінь активності взаємодії з середовищем часто визначають через таке поняття, як адаптація. Г. Сельє під адаптацією розумів «систему дій, спрямованих на досягнення рівноваги із середовищем» [1, с. 54]. Тому система психологічної адаптації людини знаходиться у постійній готовності до виконання властивих їй функцій. Якщо здійснюється нормальне функціонування цієї системи, то це дозволяє людині не лише підтримувати рівновагу всередині себе, між собою і середовищем, але й здійснювати вибір оптимальних дій для досягнення поставленої мети. Важливою проблемою адаптації студентів до умов ВНЗ є її механізми, чинники і критерії.

Аналіз актуальних досліджень. Аналіз існуючих наукових підходів до вивчення феномену адаптації особистості з проявами внутрішньоособистісного конфлікту показав, що ця проблема викликає широкий дослідницький інтерес в різних царинах наукового пізнання: філософському, загальному та конкретно-науковому, що вказує на її значущість. Дослідники підкреслюють особливість та винятковість психічного стану особистості при внутрішньоособистісному конфлікті. Водночас ряд теоретичних і прикладних аспектів цієї проблеми залишаються поки що недостатньо з'ясованими.

Метою статті є аналіз механізмів адаптаційних процесів особистості з проявами внутрішньоособистісного конфлікту.

Виклад основного матеріалу. При визначенні адаптації досить часто відбувається змішування зазначених понять. Так, у визначенні адаптації як процесу формування індивідуального стилю діяльності, мова йде скоріше про механізм адаптації. В той же час І.О. Ходаков [2] використовує його як показник (критерій), а В.А. Семиченко [1] – механізм і чинник активного освоєння професії. Така неоднозначність понять пов'язана з тим, що адаптацію можна розглядати як процес і як результат. Таким чином, поняття «адаптація» є багатозначним, що відображає різноманітність та багаторівневість означуваного явища. В найбільш поширеному розумінні під адаптацією розглядають процес пристосування організму до нового середовища. Мова йде про цілісне, системне пристосування, що об'єднує біологічний, психологічний та соціальні рівні.

Як зазначає М.І. Скубій [3], у тому випадку, коли адаптація розглядається як процес, мова повинна йти про її чинники, про сукупність умов або обставин, які визначають результат. Якщо ж аналізується результат цього процесу, то говорять про критерії або показники.

С.В. Овдей [4] при визначенні механізмів, чинників і критеріїв адаптації приводить такі міркування: рух адаптуючого в процесі адаптації є етап даного процесу з притаманними йому властивостями, тобто чинниками, які досить часто виступають і в ролі механізмів. Як тільки рух на даному етапі припиняється, властивість етапу перетворюється на критерії, ознаки його.

І.О. Георгієва [5] вважає, що чинники – це умови і передумови, що визначають процес і результат, успішність включення людини в нове соціальне середовище. М.О. Свиридов [1] визначає чинники як сукупність умов, які зумовлюють процес (темп, стійкість) і результат адаптації.

Можна погодитися з тим, що чинники – це сукупність умов і передумов, що зумовлюють процес адаптації, критерії – це характеристика процесу адаптації і його результату.

Автор звертає увагу на складність структури чинників, яка може бути описана за багатьма основами: соціально-економічні, соціально-демографічні, соціально-психологічні, психофізіологічні сторони у дихотоміях (загальні – особливі, внутрішні – зовнішні, основні – неосновні). Розглядаючи чинники як мотиви поведінки людини, він виділяє в них мотиваційне ядро – стійке з'єднання чинників, яке в основному визначає процес і результат адаптації, тобто тут також спостерігається деяке змішування чинників і критеріїв.

На думку О.І. Зотової та І.К. Кряжевої [6] чинниками, що впливають на адаптаційний процес, є умови життя й діяльності людини. Зокрема, оцінка і сприйняття цих умов, у першу чергу, опосередковані відношенням до змісту праці і мети діяльності. Одночасно в залежності від характерологічних особливостей особистості і невідоміючих аспектів мотиваційної структури умови діяльності можуть істотно впливати на характер і результат адаптації. З іншого боку, сама мотиваційна структура особистості, що є значною мірою результатом властивостей індивіда, від здібностей, внутрішніх тенденцій, емоційної спрямованості і якостей особистості. Саме тому, деякі автори припускають, що відповідність окремих властивостей індивідуальності особливостям діяльності, зокрема професійної, може бути умовою і показником адаптивності людини.

До чинників, що визначають адаптацію особистості окремі автори відносять соціально-психологічні характеристики колективу – характер взаємовідносин між рядовими членами (по горизонталі), характер взаємовідносин між керівниками і підлеглими (по вертикалі), стиль керівництва даним колективом, його соціально-психологічний клімат.

І.О. Георгієва [5] поділяє чинники на особистісні й зовнішні. До особистісних вона відносить: соціально-демографічні характеристики учасників адаптації (стать, вік, сімейний стан, діти, побутові умови); ціннісні орієнтації як змістовний компонент системи суб'єктивних відношень особистості; ряд психологічних властивостей особистості.

Зовнішні чинники представлені комплексом параметрів, пов'язаних з видом діяльності групи. Це можуть бути специфічні характеристики діяльності:

- 1) зміст діяльності (праця і пізнання);
- 2) організація діяльності (ступінь регламентації діяльності, можливість індивідуальної варіативності способів і методів діяльності, форми контролю за процесом і результатом);
- 3) положення в системі соціального виробництва;
- 4) об'єктивність результатів діяльності;
- 5) співвідношення офіційної й неофіційної структур відношень у соціальній організації колективу;
- 6) система стимулювання;
- 7) вікова однорідність колективу;
- 8) ступінь участі особистостей у процесі утворення групових норм.

Одним з показників адаптації О.І. Зотова і І.К. Кряжева [6] вважають особливості особистості, що виникають в умовах психологічної напруги і стресових станів на основі конфлікту особистості з собою та оточуючими. Наявність таких конфліктів часто зумовлюється незадоволеністю особистості її власним статусом у колективі.

Адаптація особистості студента відбувається в колективі (група, факультет) і через колектив. І в цьому випадку особливий інтерес викликає початкова стадія адаптації у новому соціальному середовищі. Адаптація в колективі виступає необхідною умовою продуктивної соціальної активності, самовизначення особистості, розвитку індивідуальності студента.

У процесі соціально-психологічної адаптації досягається відповідність між поведінкою й діяльністю, що схвалюється суспільством та структурою особистості її

інтересами, ціннісними орієнтаціями, спрямованістю. За критерій адаптації використовують спрямованість та рівень психологічної активності особистості.

Частіше всього виділяються три основні напрями спрямованості активності, що відповідають трьом видам адаптації до зміненої ситуації:

- 1) вихід із ситуації, психологічний захист власного "Я";
- 2) вплив на середовище з метою пристосування його параметрів до себе: від прямого (безпосереднього) впливу до пошуку обхідних шляхів;
- 3) зміна себе, своєї внутрішньої структури: від звикання, урівноваження із середовищем до уподібнення.

Отже, в процесі адаптації діє ряд важливих чинників. Процес можуть прискорити чи уповільнити не лише ті, що є в даний момент актуальними чинниками розвитку, але й попередній етап розвитку, тобто попередні чинники. На думку М.І. Педаяс [7], головним аспектом вибору професії є психологічна готовність до певної професійної діяльності, істотним показником якої є твердість професійного наміру. Певний вплив створюють вихідні чинники вибору професії, показниками яких є домінуючі професійні установки, наприклад, прихильність до дітей, інтерес до предмета або ж випадковий вибір, тобто рішення стати вчителем після невдачі на вступних іспитах до престижного вузу. Слід відмітити, що всі чинники взаємопов'язані між собою.

М.О. Свиридов [1] зауважував, що при зумовленості адаптації багатьма чинниками «спостерігається зміщення, просування, трансформації чинників-мотивів (перенесення мотивів на ціль), взаємна урівноваженість і взаємна компенсація мотивів-чинників, що відображають еквівалентність потреб-цілей, а також явище стійкого сполучення (наявність стійких груп), чинників-мотивів, які виступають як домінуюче «мотиваційне ядро». Це така група чинників, яка в основному визначає весь процес і результат адаптації».

Не менш важливою є проблема критеріїв адаптації, яку різні автори розуміють по-різному. Так, С.В. Овдей [4] визначає критерії як суб'єктивно-суб'єктивні (належать суб'єкту і в ньому проявляються), суб'єктивно-об'єктивні (безпосередньо пов'язані з суб'єктом, але винесені зовні, об'єктивно існують) і об'єктивні (не належать безпосередньо суб'єкту, опосередковано відображають результат адаптації). Ці три критерії існують у будь-якому виді адаптації, хоч набір може змінюватися в залежності від виду. Основний їхній зміст визначається автором так:

– суб'єктивно-суб'єктивні: орієнтація в предметному й особистісному середовищі; усвідомлення особистістю відношення до неї суспільства, членів групи; усвідомлення свого професійного рівня, помилок, недоробок; самооцінка своєї позиції в суспільстві, групі. Відчуття повноправності чи неповноправності членства в колективі; задоволення (навчанням, працею, колективом); відношення (до людей, до професії); настроїв, відчуття напруги.

– суб'єктивно-об'єктивні: поведінка в колективі й активізація навчальної і трудової діяльності, оптимальне виконання очікувань колективу, наближення основних позицій; успіх у праці, рівень майстерності, продуктивність, працездатність.

– об'єктивні: професійно-кваліфікаційне зростання, стаж роботи; соціальний рух, зміна соціально-професійного положення; оцінка колективом як повноправного члена; оцінка професійної майстерності; відчуття членами колективу відношення особистості до колективу; складені відношення в колективі, рівень конфліктності в групі, психологічний клімат.

Існують різні підходи до визначення механізмів адаптаційних процесів. Так, О.Г. Мороз [8] вважає, що механізми професійної адаптації включають такі аспекти: по-перше, внутрішні властивості цього процесу, його суперечливі сторони, взаємодія яких визначає його зміст і загальну тенденцію розвитку; по-друге, специфічні особливості процесу, що розгортається на різних етапах розвитку, динаміку адаптації; по-третє, об'єктивні й суб'єктивні чинники, що впливають на процес адаптації; по-четверте, умови і способи керівництва професійною адаптацією випускника ВНЗ.

Основне протиріччя адаптації інколи розглядається у соціально-психологічному плані, а саме як протиріччя між внутрішнім світом особистості студента, його установками, мотивами, прагненнями, спрямованістю і новим соціальним положенням; між вимогами нової соціальної ролі, що об'єктивно впливає з характеру і структури діяльності, і підготовленістю випускника до її виконання.

Утім, як уже відзначалось, при внутрішньоособистісному конфлікті особистість переживає труднощі в досягненні своєї мети, створенні оптимального психологічного захисту від впливу несприятливих факторів середовища, у досягненні внутрішньої погодженості. Тобто в умовах конфлікту відбувається тимчасове порушення нормального функціонування системи психологічної адаптації. Ці порушення при внутрішньоособистісному конфлікті виявлятимуться як на різних рівнях системи адаптації, так і в усій системі.

Особливості, які формуються в процесі життя індивіда й знаходять свій прояв у рисах характеру, емоційно-вольових якостях, мотиваційно-ціннісних орієнтаціях, досвіді – усе це створює той або той ступінь свободи реагування людини на виниклі труднощі, створює базу адаптації до несприятливих психологічних факторів, дозволяє активно й цілеспрямовано їх перетворювати.

При внутрішньоособистісному конфлікті відбувається порушення процесу вибору найбільш оптимального шляху виходу зі становища, що склалося, можливості адекватного й цілеспрямованого перетворення несприятливих факторів, які впливають на особистість. Це обумовлено тим, що при внутрішньоособистісному конфлікті протиріччя охоплює основні особистісно значимі, змістоутворюючі аспекти індивіда, які відіграють особливу роль у виробленні найоптимальнішої програми досягнення важливих для особистості цілей. Ми припускаємо, що при внутрішньоособистісному конфлікті порушується оптимальна регуляція поведінки та діяльності особистості. Ці порушення змушені знаходити своє відображення в змінах когнітивної, емоційної та поведінкової сфер особистості, а також існуючої системи взаємовідношень між ними.

Поведінкова, когнітивна та емоційна сфери особистості пов'язані, зауважує К.С. Калмикова, з емоційним станом індивіда, який «відрізняється за рівнем організації – від ситуативного настрою, конкретних реакцій до узагальнених світовідчуттів» [9, с. 62]. Слід сказати, що емоційний стан будь-якого рівня складності – сутність відображення реально існуючих зв'язків між мотивами й ціннісними орієнтаціями особистості та її конкретної діяльності.

Твердження про вияви конфлікту в різних сферах особистості приводить нас до виділення основних критеріїв цього стану. Розглядаючи когнітивну сферу й насамперед розуміючи її як сферу свідомості особистості, такими критеріями виступатимуть особливості образу «Я» та самооцінка особистості.

Проблема «образу Я» особистості, особливості її самооцінки як прояву внутрішньоособистісного конфлікту активно вивчається гуманістичною психологією. За К. Роджерсом [10], у людини ступінь задоволеності життям залежить від того, наскільки її «Я – реальне» та «Я – ідеальне» узгоджене між собою. При виникненні конфлікту в індивіда виникає протиріччя між цими складовими «образу Я». Саме це й слугуватиме одним із критеріїв прояву цього стану.

На наш погляд, міркування вченого про протиріччя між «Я – реальним» та «Я – ідеальним» як вияв конфлікту, відтворює чільний аспект когнітивної сфери особистості. Оскільки протиріччя важливі для індивіда, але ступінь досягнення цілей низький, відбувається зміни внутрішнього образу, самооцінки. Тому під час переживання особистістю внутрішнього конфлікту, відображенням у свідомості цих змін стане чималою різниця між образами «Я – реальне» та «Я – ідеальне».

При внутрішньоособистісному конфлікті спостерігається зниження самооцінки студентів також. Самооцінка – вагомий регулятор поведінки особистості. Вона тісно пов'язана з рівнем домагань, тобто зі ступенем труднощі мети, яку індивід ставить перед собою.

Таким чином, в когнітивній сфері найважливішим критерієм внутрішньоособистісного конфлікту студента є: протиріччя «образу Я», велика розбіжність між «Я – реальним» та «Я – ідеальним», зниження самооцінки, а також стан «психологічного глухого кута», із якого особистість на цей момент не бачить виходу.

Внутрішньоособистісний конфлікт знаходить своє вираження і в емоційній сфері особистості студента. Критерієм конфлікту в цій ділянці служить домінування негативно спрямованих емоцій. За словами Р. Плутчіка [11, с. 32] емоції виступають чинником інтеграції реакцій організму, процесом, який об'єднує та спрямовує пристосувальні можливості індивіда до середовища, критерієм корисності та шкідливості функціональної діяльності. Оскільки ситуація внутрішньоособистісного конфлікту для індивіда значима, вона породжує емоційні негативні переживання, які призводять до психологічного дискомфорту.

Знижений настроєвий фон, перевагу негативних емоцій при внутрішньоособистісному конфлікті можна характеризувати і через таке поняття, як депресія. Дослідження, проведене багатьма вченими [12–15] показали, що депресивні реакції у студентів виникають тоді, коли звичні форми адаптаційних реакцій не спрацьовують. Крім того, для студентів, які перебувають у стані внутрішньоособистісного конфлікту, характерна так звана когнітивна тріада депресії, яка охоплює негативні почуття, які належать до оцінки «Я». До цієї тріади входять: по-перше, низька самооцінка, почуття ущербності в яких-небудь сферах психологічного функціонування; по-друге, виділяється компонент атрибутивного каузального стилю, результатом якого є самозвинувачення й самокритика; по-третє, втрата віри в себе, негативне очікування.

Усі перераховані ознаки, тією або тією мірою притаманні студентам, які переживають стан внутрішньоособистісного конфлікту, хоча виразність і глибина функціонального депресивного стану (невротичної депресії) у них індивідуально різна. Інтенсивність і можливість появи депресивного стану в студентів залежить від двох основних факторів: по-перше, від виду конфлікту, а, по-друге, від індивідуальних особливостей особистості, яка переживає цей конфлікт.

Стан внутрішньоособистісного конфлікту знаходить своє відображення й у поведінковій сфері особистості. Найбільш типовими критеріями внутрішньоособистісного конфлікту в поведінковій сфері, як свідчить аналіз поглядів учених і наших спостережень, є, насамперед, зниження якості й інтенсивності спілкування, об'єктивних показників навчальної діяльності та суб'єктивного задоволення від контактів із людьми.

Для студентів, які переживають стан внутрішньоособистісного конфлікту, характерне порушення потреби (мотиву) афіліації. Потребу (мотив) афіліації Н.А. Мюррей характеризував як «прагнення заводити дружбу і переживати прихильність, радіти іншим людям і жити разом з ними, співпрацювати й спілкуватися з ними, любити, приєднуватися до груп» [16, с. 282]. Мета мотиву афіліації – взаємний і довірливий зв'язок, де кожен студент приймає партнера, по-дружньому підтримує й симпатизує йому.

Аналізуючи діяльнісний аспект поведінки осіб, які переживають стан внутрішньоособистісного конфлікту, необхідно відзначити, що студентам властиве зниження об'єктивних показників навчальної діяльності. До об'єктивних показників ми передусім відносимо успіхи в оволодінні знаннями, поточну успішність.

Як правило, студенти в стані внутрішньоособистісного конфлікту мають знижену мотивацію до навчальної діяльності, орієнтуються на свої внутрішні проблеми, а тому, як правило, виявляють менше ініціативи, у них знижується поточна успішність, погіршується ставлення до виконання суспільних обов'язків. Однак, суб'єктивне сприйняття цими студентами знижених показників навчальної діяльності виявляється по-різному, залежно від виду конфлікту й індивідуальних особливостей. Для одних це стає додатковим джерелом негативних емоцій, переживань, інші ж ставляться індиферентно, зосереджуючись лише на своїх внутрішніх проблемах.

Крім названих критеріїв, існує ще й інтегрований критерій конфлікту, який виражається в порушенні нормального механізму адаптації особистості.

Є.С. Кузьмін і О.О. Прохватулов [17] вважають, що початок адаптації не співпадає з появою людини в новій групі, а відноситься до попереднього періоду. При цьому важливу роль відіграють суб'єктивні чинники – прийняття рішення відносно вибору спеціальності чи бажаного соціального середовища, формування відношення до майбутньої професії, людей, які можуть стати колегами. У процесі професійного самовизначення молодь проходить чотири етапи.

Перший етап адаптації (професійне самовизначення молоді) припадає на перший рік навчання у ВНЗ. Його мета – пробудити в студентах інтерес до себе, до свого однокурсника як до цікавих об'єктів для вивчення та спостереження, пристосування до нових форм і методів навчальної діяльності. Ця адаптація має три форми: адаптація формальна, під якою розуміють пізнавально-інформаційне пристосування студентів до нового оточення, до структури вищої школи, до змісту навчання в ній, до її вимог та своїх обов'язків; суспільна адаптація, тобто процес внутрішньої інтеграції цих же груп із студентським середовищем у цілому; дидактична адаптація, що співвідноситься з підготовкою студентів до нових форм і методів навчальної роботи. Особливе значення на цьому етапі набуває робота кураторів груп, які організовують індивідуальні бесіди, консультації по самовивченню й самовихованню. В результаті такої роботи поліпшуються міжособистісні контакти, встановлюються довірчі відносини в групі, багато студентів починають займатися самовихованням, зменшується кількість зривів на першій сесії.

Другий етап (адаптація студентів до вимог, які висуває професія) починається на 2-му курсі перебування у ВНЗ. Він характеризується тим, що студент у процесі навчання придбає необхідні професійні знання та практичні навички для здійснення конкретної діяльності з обраної спеціальності. Такий підхід створює певну цільову установку, яка благотворно впливає на процес підготовки майбутнього спеціаліста.

Третій етап (динаміка професійної підготовки студентів у ВНЗ) охоплює старші курси. Основна його мета – завершення процесу формування особистості майбутнього спеціаліста.

Четвертий етап (професійна адаптація молодого спеціаліста, зростання його професійної майстерності). Особливу функцію соціальна адаптація у студентів набуває в період їх навчання в магістратурі. Становленню особистості майбутнього спеціаліста-дослідника та його підготовці сприяють як загальноосвітні базові дисципліни, так і спеціальні (методологія дослідження, методика викладання учбових дисциплін у коледжах, гімназіях і ліцеях, культура мовлення, педагогічна техніка і т.ін.). В процесі занять у магістрантів виявляються і вивчаються здібності до прогнозування, планування і проведення досліджень, пов'язаних із теорією навчання або виховання.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, аналіз теоретичних підходів до вивчення адаптаційних можливостей студентів, підтверджує думку про те, що в їхній основі лежать особистісно значимі протиріччя між мотиваційними утвореннями індивіда, які знаходять своє прагнення в різних сферах життєдіяльності особистості. При цьому смисл протиріччя визначає тип конфлікту.

Про сам внутрішньоособистісний конфлікт можна говорити як про такий стан особистості, при якому існує яскраво виражене протиріччя між значимими мотивами, цілями, цінностями, обопільна реалізація яких у певний момент неможлива через приблизно однакову силу й значимість. Джерелом конфлікту виступає складний взаємозалежний процес взаємодії чинників середовища й особливостей індивіда. Іншими словами, стан конфлікту виникає при визначеному суб'єктивно значимому сполученні особистісних особливостей індивіда й факторів середовища, які впливають на нього.

До критеріїв внутрішньоособистісних конфліктів студентів доцільно віднести спеціальні показники когнітивної, емоційної та поведінкової сфер, а також дані про порушення оптимального рівня адаптації особистості із середовищем. У процесі адаптації

відбувається активний творчий пошук, осмислення важливих виховних проблем, вироблення найбільш адекватних способів дії. Отже, поряд з об'єктивними чинниками, що визначають загальний напрям адаптації молодих спеціалістів і специфічними для конкретного середовища, є такі, дія яких проявляється крізь функціонування адаптуючого середовища, наявність і відсутність яких залежить від нього.

Список використаної літератури

19. Семиченко В.А. Динамика отношений студентов к профессиональной деятельности в процессе адаптации к педвузу / В.А. Семиченко // Психологические проблемы формирования социально-активной личности учителя советской школы: Сб. науч. раб. — Ереван : ЕГУ, 1973. — с. 109–111.
20. Ходаков А.И. Социально-педагогические условия адаптации молодого рабочего в производственном коллективе / А.И. Ходаков. — Л. : Центр приклад. психологии, 1978. — 45 с.
21. Скубий М.И. Социальные проблемы адаптации молодого учителя / М.И. Скубий // Некоторые методологические проблемы общественных наук: Сб. науч. раб. — Новосибирск : НГУ, 1971. — с. 263–275.
22. Овдей С.В. Проблемы социально-психологической и профессиональной адаптации молодых учителей / С.В. Овдей. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1978. — 280 с.
23. Гергиева И.А. Социально-психологические факторы адаптации личности в коллективе / И.А. Гергиева. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1986. — 198 с.
24. Зотова О.И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности / О.И. Зотова, И.К. Кряжева // Психологические механизмы регуляции социального поведения. — М. : Наука, 1979. — с. 219–233.
25. Педаяс М.И. Профессиональная адаптация учителя / М.И. Педаяс // Организация учебного процесса: Сб. науч. раб. — Тарту : ТГУ, 1976. — 147 с.
26. Мороз О.Г. Профессиональная адаптация выпускника педагогического вуза / О.Г. Мороз. — Київ : Либідь, 1983–430 с.
27. Калмыкова Е.С. Исследования психотерапии за рубежом некоторые методологические проблемы / Е.С. Калмыкова // Психологический журнал. — 1992. — Т.13. — № 6. — с. 54–64.
28. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. — М. : Прогресс, 1994. — 480 с.
29. Романова Е.С. Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика / Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников. — Мытищи, 1996. — 139 с.
30. Анцупов А.Я. Конфликтология: Учебник для вузов / Анцупов А.Я., Шипилов А.И. — М. : ЮНИТИ, 2000. — 551 с.
31. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А. Балл // Вопросы психологии. — 1989. — № 1. — с. 92–100.
32. Пірен М. Основи конфліктології / М. Пірен. — Київ, 1997. — 210 с.
33. Чепелева Н.В. Динамика внутренних конфликтов студентов в процессе их профессиональной идентификации / Н.В. Чепелева, Н.И. Повякель // Конфлікти в суспільстві: діагностика і профілактика: Матеріали 3 Міжнар. наук.-практ. конф. — Київ ;Чернівці, 1995.— с. 391–394.
34. Мюррей Н.А. Мотивация и деятельность / Н.А. Мюррей — М. : Педагогика, 1986. — 408 с.
35. Кузьмин Е.С. О системном подходе к исследованию процессов адаптации / Е.С. Кузьмин, А.А. Прохвятилов // Психологические проблемы повышения эффективности деятельности производственных коллективов : Сб. науч. раб. — Курган, 1981. — с. 155–159.

References

1. Semichenko, V.A. (1973). Dynamics of students' attitudes toward professional activity in the process of adaptation to the pedagogical college. *Psychological problems of formation of the socially active personality of the teacher of the Soviet school*: Collection of scientific works. Yerevan: ESU, 109–111. (in Rus).
2. Khodakov, A.I. (1978). *Socio-pedagogical conditions for the adaptation of a young worker in a production team*. Leningrad: Center of the butt. Psychology. (in Rus).
3. Skubiy, M.I. (1971). Social problems of the adaptation of a young teacher. *Some methodological problems of social sciences*: Collection of scientific works. — Novosibirsk: NSU, 1971. — pp. 263 – 275. (in Rus).
4. Ovdey, S.V. (1978). *Problems of socio-psychological and professional adaptation of young teachers*. Leningrad: Publishing house of Leningrad State University. (in Rus).
5. Gergieva, I.A. (1986). *Socio-psychological factors of personality adaptation in the team*. Leningrad: Publishing House of Leningrad State University. (in Rus).
6. Zotova, O.I., Kryazheva, I.K. (1979). Some Aspects of Socio-Psychological Adaptation of the Individual. *Psychological Mechanisms of Regulation of Social Behavior*. Moscow: Science, 219 – 233. (in Rus).
7. Pedayas, M.I. ((1976). Professional adaptation of the teacher. *Organization of the educational process*: Collection of scientific works. Tartu: TSU. (in Rus).
8. Moroz, O.G. (1983). *Professional adaptation of a graduate of a pedagogical university*. Kyiv: Libid. (in Rus).
9. Kalmykova, E.S. (1992). Studies of psychotherapy abroad, some methodological problems. *Psychological Journal*, 13, 6, 54 – 64. (in Rus).
10. Rogers. K. (1994). *A look at psychotherapy. The formation of man*. Moscow: Progress. (in Rus).

11. Romanova, E.S., Grebennikov, L.R. (1996). *Mechanisms of psychological defense. Genesis. Operation. Diagnostics*. Mytishi. (in Rus).
12. Antsupov, A.I., Shipilov, A.I. (2000). *Conflictology: Textbook for high schools*. Moscow: UNITY. (in Rus).
13. Ball, G.A. (1989). The concept of adaptation and its significance for the psychology of personality. *Questions of psychology, 1*, 92 – 100. (in Rus).
14. Piren, M. (1997). *Basis of Conflict*. Kyiv. (in Ukr).
15. Chepeleva, N.V., Povyakel, N.I. (1995). Dynamics of internal conflicts of students in the process of their professional identification. *Conflicts in society: Diagnosis and Prevention: Materials 3rd International Scientific Conference*. Kyiv, Chernivtsi, 391–394. (in Ukr).
16. Murray, N.A. (1986). *Motivation and activity*. Moscow: Pedagogika. (in Rus).
17. Kuzmin, E.S., Prokhvatilov, A.A. (1981). About the system approach to research of adaptation processes. *Psychological problems of increase of efficiency of activity of production collectives: Collection of scientific works*. Kurgan, 155 – 159. (in Rus).

GERASYMOVA Inna,

Ph.D., Transactional Analyst, Associate Professor of General Pedagogy and Psychology Department, Bohdan Khmelnytsky National University at Cherkasy
 e-mail: inna_anni_0512@ukr.net

MECHANISMS OF ADAPTATION PROCESSES

Abstract. *Introduction. This article is devoted to studying the problems of individual adaptation. The specifics of individual adaptation is that during his life he faced with the need to actively adapt to the various elements of the social environment.*

In studying the problems of adaptation, the development of theoretical and applied aspects of human adaptation sociologists, psychologists and teachers come out of the unity of the individual and society, the active nature of their interaction. Embodied in the concepts K.O. Abulkhanova-Slavskay, B.G. Ananov, G.A. Ball, I.D. Beh, L.S. Vygotsky, I.A. Zyazyun, G.S. Kostiuk, A. N. Leontiev, B.F. Lomov, S.D. Maksimenko, N.G. Nychkalo, S.L. Rubinstein, V. A Semychenko, V.A. Tatenko, T.N. Titarenko, T.S. Yatsenko, they can reveal the nature of the adaptation process as an expression of the unity of the interacting parties (human and social environment), with its inherent contradictions.

The basis of this unity, on the one hand, is the activity of the social environment, and the other – the activity of the individual, aimed at knowledge of the surrounding world, the development of certain principles and specific interactions that can not only adapt to changing social conditions, but also turn them the one extent appears appropriate for systems.

Purpose – is to analyze the mechanisms of individual processes adaptatsiyinyh manifestations of interpersonal conflict.

Methods: theoretical analysis, system analysis, questioning, testing, methodological analysis.

Results. The adaptation is one of the most studied scientific facilities. This is due, above all, the universality of this phenomenon, as adaptation processes objectively determined any dynamic changes occurring in different systems. Personality is an open system that has a complex, layered structure that interacts with the environment. The degree of activity of interaction with the environment is often defined by concepts such as adaptation. H. Selye realized during adaptation «system of actions aimed at achieving a balance with the environment». Therefore, the system of psychological adaptation is in constant readiness to perform inherent functions. If you are a normal functioning of the system, it allows a person to not only maintain the balance within themselves, each other and the environment, but also to choose the best action for achieving this goal. An important problem of students adapt to university conditions are its mechanisms, factors and criteria.

Originality. During training in undergraduates are taught and capacity for forecasting, planning and research related to the theory of training or education.

Conclusion. Thus, the analysis of theoretical approaches to studying the adaptive capacity of students confirms the idea that their personality is based on significant contradiction between individual motivation entities that find their aspirations in different spheres of life of the individual. In this sense the contradiction determines the type of conflict.

On the very intrapersonal conflict can speak of a state of the individual, where there is a distinct contradiction between the significant motives, goals, values, mutual implementation of which is impossible at some point in about the same strength and significance. The source of the conflict in favor complex interdependent the interaction of environmental factors and individual characteristics. In other words,

conflict arises when determined subjectively meaningful combination of personal characteristics of the individual and environmental factors that affect it.

The criteria interpersonal conflicts of students advisable to include specific indicators of cognitive, emotional and behavioral areas, as well as data abuse optimal adaptation of the individual with the environment. In the process of adaptation is active creativity, understanding of important educational issues, develop the most appropriate methods of action. So, along with objective factors that determine the general direction of adaptation of young specialists and specific to a particular environment is such, which are manifested through the operation of adapting the environment, the presence and absence of which depends on it.

Key words: *adaptation; intrapersonal conflict; factors.*

*Одержано редакцією 04.04.2017
Прийнято до публікації 11.04.2017*