

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»  
Гуманитарно-педагогический институт  
Кафедра «Теоретическая и прикладная психология»  
37.03.01 «Психология»

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

на тему: **Условия и факторы социальной адаптации в профессиональной  
деятельности**

Студент **В.Е. Циммер**

\_\_\_\_\_  
(И.О. Фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

Руководитель к.п.н., доцент **Л.Ф. Чекина**

\_\_\_\_\_  
(И.О. Фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

**Допустить к защите**

Заведующий кафедрой к.псих.н., доцент **Е.А. Денисова**

\_\_\_\_\_  
(ученая степень, звание И.О. Фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

«      » \_\_\_\_\_ 20     г.

**Тольятти 2017**

## Аннотация

Тема бакалаврской работы: Условия и факторы социальной адаптации в профессиональной деятельности.

Цель бакалаврской работы: - выявить психологические факторы и условия социальной адаптации у работников дошкольного учреждения.

Задачи бакалаврской работы:

1. Провести анализ теоретической литературы по теме исследования.
2. Подобрать методы исследования.
3. Выявить уровень социальной адаптации у работников дошкольного учреждения.
4. Проанализировать полученные результаты исследования и сделать выводы.

Структура и объем работы: Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии. Во введении обоснована актуальность выбранной темы, поставлена цель выполнения выпускной квалификационной работы, сформулирована гипотеза, определены задачи, предмет и объект исследования.

В первой главе выпускной квалификационной работы сделан анализ различных теоретических подходов в изучении проблемы социальной адаптации личности в профессиональной деятельности, дается понятие адаптации.

Во второй главе предоставлено обоснование проблемы социальной адаптации личности в профессиональной деятельности. С помощью методов математической статистики провели анализ и интерпретацию результатов социальной адаптации личности.

В заключении сформулированы выводы по выпускной квалификационной работе.

Количество источников литературы: 36 ед.

Количество иллюстраций: 2 ед.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	
1.1. Психологические подходы к изучению социальной адаптации личности.....	6
1.2. Содержание и структура социальной адаптации личности.....	13
1.3. Условия и факторы, влияющие на социальную адаптацию личности.....	23
<b>Выводы по первой главе</b> .....	35
<b>ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	
2.1. Организация и методы исследования социальной адаптации личности.....	37
2.2. Анализ и интерпретация результатов социальной адаптации личности.....	39
<b>Выводы по второй главе</b> .....	52
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	53
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	55

## ВВЕДЕНИЕ

В современном мире отчетливо наблюдается противоречие между потребностью общества в составлении гармоничной личности, отвечающей его требованиям и эффективно выполняющей свои функции.

Анализ литературы показывает, что проблема социальной адаптации личности просматривалась разносторонне, то есть в деятельном подходе А.Н. Леонтьева, в системно-личностном подходе Л.И. Анцыферовой и в классической концепции стресса Г. Селье.

Так же исследователями изучались факторы социальной адаптации личности, а именно Л.В. Корель, Б.Г. Ананьев, И.К. Кряжева; Виды адаптации А.А. Налчаджян; Критерии эффективной адаптации личности О.И. Зотова, И.К. Кряжева, Т.А. Немчин, В.А. Лабунская, Ф.Б. Березин.

Хотя и имеется множество исследований по данной проблеме, но она все равно остается в настоящее время значимой, в силу ряда причин. Во-первых, нет единого подхода к пониманию, во-вторых, особенностями социальной адаптации развития в обществе.

**Цель исследования** – выявить психологические факторы и условия социальной адаптации у работников дошкольного учреждения.

**Объектом исследования** является социальная адаптация личности работников дошкольного учреждения.

**Предмет исследования** – психологические условия и факторы социальной адаптации личности работников дошкольного учреждения.

**Гипотеза** работы следующая: мы предполагаем, что процесс социальной адаптации личности у работников дошкольного учреждения облегчается, от степени выраженности личностных качеств, таких как: эмоциональная устойчивость, экспрессивность, высокая нормативность поведения, высокий самоконтроль.

**Задачи следующие:**

1. Провести анализ теоретической литературы по теме исследования.

2. Подобрать методы исследования.
3. Выявить уровень социальной адаптации работников дошкольного учреждения.
4. Проанализировать полученные результаты исследования и сделать выводы.

**Методы исследования:**

1. 16-ти факторный личностный опросник Р. Кеттелла (форма С).
2. Тест социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

**База исследования:** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития детей – детский сад № 455 города Самара.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1.1. Психологические подходы к изучению социальной адаптации личности**

Адаптация, как биологический феномен характерна всему живому, способному к приспособлению организма к непрерывно меняющимся обстоятельствам, находящийся вокруг него среды. Вследствие этого – умению приспосабливаться организму и продлевать собственное существование, биологический феномен – адаптирование с незапамятных времен привлекало к себе интерес населения земли. Общеисторические исследования понятия «адаптации» и его сути, наглядно подтверждает присущность его к биологической науке и данное представление в большой мере объединено с эволюционной идеей.

Благодаря таким ученым как: И.М. Сеченов, И.П. Павлов, А.Н. Ухтомский, были более подробно изучены функции механизмов адаптации.

Накопленные ранее знания, физиологические и биологические исследования, возлегли в базу движения академической идеи, к поиску более современных механизмов адаптации личности.

Интерес к проблеме социальной адаптации личности проявляли такие психологи как: С.Л. Рубинштейн, И.К. Кряжева, Н.Д. Левитов, Г.М. Андреева, А.А. Налчаджян и другие.

В различных источниках приставлены разные определения адаптации человека в социуме, нуждающиеся в особом внимании.

В широком назначении адаптацию можно рассмотреть как: постоянное приспособление организма к условиям существования – утверждал И.М. Сеченов. Как процесс активного взаимодействия личности среды (Ронгинская). Как процедура взаимодействия личности с находящейся вокруг средой, что приводит к преобразованию находящейся вокруг среды в согласовании с потребностями, ценностями и эталонами личности, либо к

преобладанию зависимости личности к среде. (Мацкевич). Как перемены, сопутствующие в степени психологической процедуры регуляции интенсивного приспособления индивидуума к новым обстоятельствам жизнедеятельности (Бушурова).

Г.А. Андреева оценивает адаптацию как сложный элемент социализации. В качестве ее механизма устанавливает социализацию как двухстороннюю процедуру: с одной стороны личности усваивает концепцию познаний, общепризнанных мерок, ценностей, позволяющих ему функционировать в соответствии полноправного члена общества. С другой же стороны, он не только обогащается общественным навыком, однако и динамично воссоздает концепцию общественных взаимосвязей, реализует себя как индивидуальность, оказывает большое влияние на жизненные условия, находящихся вокруг людей.

Согласно современным научно-методическим взглядам процессы социализации и социальной адаптации тесно взаимосвязаны. Принимая во внимание возникновение данных, фактически невозможно отыскать значительные отличия. Тем не менее, основной отличительной чертой социальной адаптации от социализации является наличие новых факторов жизнедеятельности, при каковой неосуществимо использование прошлых поведенческих механизмов.

Среди мнений современных психологов присутствует мнение, о социальной адаптации, только как о приспособлении личности к социальной среде. Впервые это понятие появилось в биологической науке, такие психологи как: В.В. Коннов, А.А. Бодалев, Д.А. Андреева, К.К. Платонов, В.С. Мерлин, поддерживали данную точку зрения.

Так же стоит заметить, что приспособление к находящейся вокруг среде намного труднее, глубже и имеет наибольшую гибкость потому, что человек в отношении с социальной сферой является субъектом.

Человек так устроен, что может выбирать различные способы поведения, в зависимости от ситуации и условий. Он специально изменяет и

регулирует процесс адаптации, используя собственное сознание. Достаточно важной чертой процесса адаптации является интенсивное влияние на находящуюся вокруг среду, в которой он адаптируется.

С индивидуальным интенсивным устройством связывали социальную адаптацию такие ученые как: С.Л. Рубинштейн, В.П. Брушлинский и другие. Однако из более значимых и интенсивных идей С.Л. Рубинштейна согласно взгляду К.А. Абульхановой-Славской – это идея о переломных стадиях жизни человека, что формируется личностью. Ученый утверждает, что мысль инициативности личности, ее «деятельную сущность», умение осуществлять выбор, получать заключения, оказывающие большее влияние на жизненный путь. В связи рассмотрения взаимоотношения понятий социальной адаптации и приспособления, становится актуальным вопрос соответствия адаптивования и активности личности.

К.А. Абульханова-Славская, которая изучила проблему инициативности в рамках субъективно-деятельностного расклада, оценивала единую динамичность личности как: «типичный для представленной личности, обобщенно ценностной метод отображения, формулирования и исполнения ее жизненных потребностей». Субъективная динамичность личности, согласно ее взгляду, представляется, не столько выражением необходимости, сколько обустройством жизни и обстоятельств деятельности, что соответствует, данным нуждам и регулируют единые воздействия и действия, установленным способом видоизменяют, преобразуют реальность. Динамичность, согласно взгляду К.А. Абульхановой-Славской, близко к адаптивной деятельности, так как подразумевает решение личностью, типом противоречий между желанным и важным.

Такого рода взгляд на динамичность личности отображает психологическую суть действий, называемой социальной адаптацией.

С повышением инициативности человека, появляются трудности социальной адаптации. Возможно при ряде осуществления рациональных методов, операций деятельности, отношениями с находящимися вокруг



людьми. Стимулом увеличения социальной активности, являются новые изменения деятельности компонентов. Связь взаимосвязей инициативности и общественного приспособления состоит в том, что итогом адаптации субъекта делается динамично функционирующей целью ее социальной сферы.

Ряд специалистов по психологии и социологии, расценивая креативную сторону данного действия, акцентируют на два компонента процесса адаптации: конформную, творческую.

Что касается конформной составляющей целей и намерений, она обнаружила выражение в своих поступках и своих действиях. В желании соответствовать общепризнанным меркам, законам и условиям конкретной социальной сферы, исполнять некоторые обязанности, добиваться единства в межличностных взаимоотношениях с повседневными представителями данной сферы.

Творческая же социальная адаптация складывается в независимости от побуждений и устремлений, обращенных в установление сути своей социальной активности и важности своей деятельности. Нужные действия для данной деятельности соответственных и сложных методов поведения, отталкиваясь из применения комплекта адекватных условий, сформированных свойств личности.

Обратив внимание на словарь под редакцией Е.С. Кузьмина и В.Е. Семенова, увидим последующее определение: «Социально-психологическая адаптация – взаимодействие личности и социальной среды, которая приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и группы. В ходе социально-психологической адаптации реализуются потребности, интересы и стремления личности, раскрывается, и развиваются ее индивидуальность, личность входит в новое социальное окружение, становится равноправным членом коллектива, самоутверждается».

Сферой изучения социально-психологической адаптации личности является, особый характер работы субъекта, которая захватывает конкретное

положение и функционирует в согласовании с потребностями общества и собственными индивидуальными особенностями и тенденциями.

Психолог В.Г. Агеева видит социально-психологическую адаптацию как устройство к массовым нормам и концепции отношений в конкретной социальной группе. В.С. Мерлин же считает, что социально-психологическая адаптация – «это вхождение личности в систему внутригрупповых отношений и приспособление к этим отношениям, выработка образцов поведения и мышления, которые отражают системы ценностей и норм данной группы, приобретение, закрепление и развитие условий и навыков межличностных отношений в этом коллективе». Н.А. Ощуркова определяет социально-психологическую адаптацию, как динамичный процесс усвоения личностью социального опыта, овладения навыками общения, социальными ролями. Автор предполагает, что социальная адаптация, является системным явлением конкретного уровня функционирования психики, а с другой стороны – подсистемой внутри явления и процесса адаптации личности в целом (Н.А. Ощуркова).

Делая вывод из определений, приведенных выше, можно сказать, что уровень адаптированности, не представляет необходимых основ для установления своего содержания данных понятий.

Проанализировав литературу, в которой рассматривалась данная проблема, можно выделить либо отождествление данных определений или же социально-психологическую адаптацию принимают как частный вид социальной адаптации.

Достаточных критериев и причин для разделения содержания данных определений в литературе обнаружено не было, что согласно нашему взгляду, требует последующего теоретического и практического изучения.

В представленной работе, социальная адаптация подразумевается как процедура формирования неконфликтного и удобного взаимодействия личности с социальной средой, во взаимосвязи с предъявленными условиями общественной сферы, либо изменившимися критериями функционирования.

Адаптация это динамичный процесс, вследствие чего личность, невзирая на меняющиеся обстоятельства условий окружающей среды, удерживает надежность, необходимую для собственной жизни и развития. Процедура приспособления осуществляется постоянно, когда в концепции организм – сфера, появляются существенные перемены, которые гарантируют развитие новых равновесных состояний. Так как организм и сфера прибывают в нестатическом состоянии, а в динамическом формировании, в таком случае их соотношение изменяется непрерывно во взаимосвязи, с чем процесс приспособления, так же исполняется непрерывно. По мнению Т.Г. Дичева «адаптация – это мобилизованный процесс, обозначающий перемену прошлой системы жизнедеятельности и утверждение новой системы».

По мнению Г. Селье, величина адаптационной энергии индивидуума обуславливается генетическими условиями.

Ф.З. Меерсон подмечает, что в формировании многих адаптационных взаимодействий отслеживается две стадии: срочная и долговременная адаптация.

1. Важный признак данной стадии адаптации, это то, как протекает работа организма. Как правило, это происходит в границе его многофункционального запаса, и далеко не постоянно гарантирует необходимый адаптационный эффект. Необходимо иметь в виду, что наибольшая напряженность приспособлений физических взаимодействий, способно привести к серьезным патологиям в иных системах.

2. Продолжительный период адаптации появляется вследствие долгого или неоднократного воздействия на организм неадекватных условий среды, то есть он формируется на базе неоднократного осуществления неотложного приспособления и характеризуется тем, что в результате организм обретает новое свойство - из неадаптированного преобразуется в адаптированный.

Б.А Куган выделяет четыре стадии адаптации:

1. Уравновешивание – характеризуется наименьшим уровнем включенности индивидуума в процедуру приспособления к новой среде, и связана с узнаванием новых условий. Знакомится с новой для него обстановкой, приглядывается к коллективу, приобретает контакты, воспринимая специфику его эмоциональной атмосферы. В данной стадии приспособления, происходит уравновешивание между средой и личностью.

2. Псевдоадаптация – характерный признаки данного периода: комбинирование внешней адаптированности к ситуациям с негативным взаимоотношениям к ее общепризнанным меркам и условиям, разногласие между ориентациями, убеждениями, взглядами, заинтересованностями, с одной стороны, и настоящими действиями либо поведением с другой. Человек понимает, что он обязан работать в новой сфере, но внутренне, в собственном сознании не допускает этого, где возможно отклоняет установленную в данной сфере концепцию ценностей, придерживаясь прошлой.

3. Приноровление – основывается на признании и принятии главных систем, и ценностей новых условий, и сопряжена с взаимными уступками. Человек отвергает некоторые ценности, при этом сдерживая свою самостоятельность и независимость решений.

4. Уподобление – отличительной характерной чертой является психологическая переориентация индивидуума, то есть модификация прошлых мнений, установок, ориентаций в согласовании с новой обстановкой, значительные перемены в моделях поведения.

Рассмотренные ранее стадии, говорят о разной степени включенности индивидуума в новую обстановку. Он может, как постепенно миновать все этапы, так и способен остановиться на каком-то из них.

## **1.2. Содержание и структура социальной адаптации личности**

Адаптационные процессы в социуме, согласно взгляду М.В. Ромма, никак не вероятны без стабильного информативного взаимодействия среди общественной компетенций, и находящейся вокруг сферой. Следовательно, каждая адаптивная система должна содержать в себе как минимум две системы: ту, которая адаптируется, и ту, к которой эта адаптация исполняется.

М.В. Ромм распознает последующие подвиды систем, находящиеся в процессе адаптации:

1. адаптивная система – данная концепция, которая обладает потенциальной возможностью для изменения собственной структуры в согласовании с необходимостью;

2. адаптированная система – та, которая ранее реализовала собственное устройство и его истинный период располагается в пребывании скоротечной сравнительной адаптированности (покоя);

3. адаптационная система – это микросистема, с помощью которой реализуется процесс адаптации.

Важнейшее требование приспособительной активности – это присутствие информативного противоположной взаимосвязи, преднамеренно стабилизирующую приспособительную динамичность личности.

По мнению М.В. Ромма, информация выступает детерминантой адаптивной деятельности человека. «Информация выступает в роли мета средства любого вида деятельности, поскольку это – именно то фундаментальное основание, на котором основывается функционирование механизма индивидуального целеполагания и выбора релевантной адаптивной деятельности при минимуме трудовых и энергетических затрат достичь максимального приспособительного эффекта».

В адаптивной деятельности личности отслеживается диалектическая целостность двух планов:

1. внешний – материально-духовная деятельность, которая в основном нацелена на изменение условия внешней среды;

2. внутренний – субъективно-психологическая деятельность по созданию индивидуальных моделей последующей материальной и духовной деятельности, направленной, прежде всего, на творческое преобразование внутреннего мира субъекта адаптации с последующим изменением социокультурной среды.

Выделяя внутренний и внешний планы адаптивной деятельности, следует отметить, что они тесно связаны. Адаптационная деятельность личности сопряжена с предостережением всевозможных адаптационных барьеров, противоречий и инцидентов жизнедеятельности индивидуума (недостатка личных жизненных ресурсов, творческих трудностей личного формирования, патологии общественно-эмоционального равновесия идентичности персоны).

М.В. Ромм дает определение адаптивного барьера как – « комплекс объективных и различных, внешних и внутренних условий, запрещающих приспособление личности к разноуровневым адаптационным остановкам либо препятствующей ей».

Адаптационные препятствия, тормозящие процесс приспособления, подразделяются на: индивидуальные – которые характерны чертам адаптирующейся личности; информационно – адаптивные, касающиеся адаптивного информационного взаимодействия; ситуативные – которые сопряжены с высококачественное особенностью адаптирующей социальной среды.

Социальное адаптированное личности представляется активной концепцией общественной работы, сосредоточенной в решении инцидента социальных и личных заинтересованностей по средством направленного размера данными и настоящей работы с индивидуумами, общественными группами и окружением в полном. Подобным способом, общественное адаптирование преобразуется в способ и метод жизнедеятельности

формирования общественных конструкций. Данные об обстоятельствах сферы представляет детерминирующим условием, регламентирующим адаптационную динамичность.

Таким образом, социальная адаптация превращается в средство и способ жизнедеятельности и развития социальных систем. Информация об условиях среды выступает детерминирующим фактором, регламентирующим адаптивную активность.

В случае если общественная обстановка нова и непривычна для индивида, то в этом случае появляется период информационной неопределенности. Информативная неясность, «знание о незнании» - ключевой показатель адаптационных условий (М.В. Ромм). Чем больше уровень информационной неопределенности, тем выше адаптационные возможности той или иной ситуации. Информационная неясность активизирует адаптационный процесс.

Адаптивные условия отличаются согласно модальности субъекта взаимодействия на: микроуровневые (связь в степени «личность – личность»), мезоуровневые (связь в степени «малая группа – личность»), макроуровневые (связь в степени «общество – личность»).

Адаптивные ситуации могут быть простыми и сложными. Простая сопряжена с переменной одного или многих характеристик общественной ситуации. Сведения об изменениях, как правило, появляются в персонально – индивидуальной степени и объединены с изменением установок, приобретением новой общественной значимости, вхождения в коллектив и так далее.

Трудная адаптационная обстановка содержит в себе огромное число взаимодействий второго и третьего вида, затрагивает перемены в образе жизни, нравственных нормах, моральных ценностях сообщества.

Согласно воздействию на процесс и результат приспособления личности в адаптационных условиях, можно подразделить на три категории:

1. позитивная адаптационная обстановка активизирует современное формирование, положительно для приспособления и активизирует ее процесс;

2. нейтрально адаптационная обстановка лишена проявленной положительной или отрицательной ориентированности;

3. негативно – адаптационная обстановка отличается присутствием многих, либо целого набора неблагоприятных условий, мешающих приспособлению.

Особенность адаптационной установки состоит в том, что она может развиваться до начала действительных перемен общественной сферы, а так же в результате случившихся перемен. Вследствие чего, индивид может предварительно создать определенную, совершенную форму, стратегию приспособления.

Политика общественного приспособления личности – это информационно-логический метод, скопированный или спроектированный субъектом метод осуществления личной адаптационной возможности посредством рационального применения оптимального использования общедоступных экономических, общественно-политических, умственных ресурсов приспособления с целью свершения желанного адаптационно эффекта (М.В. Ромм).

Адаптационные возможности субъекта и объекта приспособления содержат в себе комплект перспектив, адаптационных стратегий, диспозиций и склонностей, вследствие чего осуществляется действенное определение, восприятие и трактовка данных в ходе адаптационного взаимодействия.

Следует заметить, что любая стратегия приспособления индивидуума – это всегда совершенная форма искомым итогов адаптации, присвоенных в единстве с совершенным методом приемов и способов их свершения. В настоящем процессе адаптации нужно говорить о целостных комплексах адаптивных стратегий.



Список различных типов социальной адаптации довольно обширен, и имеет предрасположенность к расширению.

Согласно взгляду Т.Г. Дичева, недостаток общепризнанной систематизации социальной адаптации сопряжено с не разработанностью ее критериев. В современной литературе наиболее часто используют данные типы общественного приспособления, как переадаптация, постадаптация, коадаптация, синадаптация, реадаптация, дизадаптация и прочие.

Переадаптация – это предварительная, возможная адаптация, проявляющаяся рядом изменений обстоятельств существования, если промежуточные особенности делаются нужными, приобретая адаптационное значение. Этот тип приспособления противоположностью и дополнением постадаптации, то есть всегда наиболее абсолютной приспособленностью к ранее изученным обстоятельствам в основе улучшения существующих приспособлений и усиления их новыми.

Косадаптация предполагает собой приспособление, совместно образующую, или кардинально сопряженную с какой либо иной адаптацией этого организма, различается с синадаптацией, обоюдного устройства двух или нескольких организмов. Адаптирование в социуме предполагает собой косадаптацию личности и общества (М.В. Ромм).

Главными элементами социальной косадаптации являются общественность, общественные данные, адаптирующаяся индивидуальность, адаптационная работа. Общественность устанавливает обстоятельства протекания адаптационного процесса и проектирует социальные данные, отображающие важные характеристики, представленные адаптационной деятельностью. Социальная информация представляется метосредством каждой деятельности, так же и в адаптационной деятельности. Присутствие данных о себе и социуме дает возможность человеку, в ходе интерпретации сформировать соответствующую адаптационную стратегию приспособления.

Реадаптация – это второстепенное адаптирование к начальному состоянию. Проблема, замедленности и несовершенства приспособления

личности к модифицированным или крайним обстоятельствам, выражается в фигуре дезадаптации.

Дезадаптация может появиться из-за временных или сильных влияний среды на личность или перед воздействием менее активных, одинаково длительных влияний. Физиологические и психологические признаки дезадаптации соответствуют признакам стресса.

А.А. Налчаджян выделяет три приспособления в зависимости от применяемых механизмов адаптации:

1. Нормальная адаптация – приводит к стабильному приспособлению личности в типичных проблемных моментах без патологической перемены и ее текстуры, и в то же время, без нарушения общепризнанных мерок социальной группы, в которую приходит активность личности. Данная адаптация разделяется на:

а) Нормальная – воздействие личности, осуществляются с применением защитных механизмов (к примеру, враждебность, рационализация, отображение, зависимость и др.), в случае если эти механизмы, не стали патологическими.

б) Защитная – наступает в фрустрирующей ситуации, однако требует от личности разумного заключения. Исполняется без использования защитных механизмов. Для приспособления применяются познавательные процессы личности, разные формы общественной уступчивости, процесс общения и обмена информацией, а так же различные механизмы.

в) Смешенная – осуществляется в проблематичных ситуациях, если личность частично фрустрирована, однако стоит перед конструктивной проблемой объединенной с ее социальным образом. Человек в представленных условиях замечает защитную агрессию, предрасположенность к самооправданию, обвиняет других. При этом варианте адаптации индивид применяет как защитные так и не защитные механизмы приспособления.

2. Девиантная адаптация – процедура социального приспособления личности, что подразумевает удовлетворенность потребностей персоны в представленной группе или социальной сфере, в это время когда другие участники процесса не ожидают, что будет оправданно данное поведение.

Данная адаптация разделяется на:

а) Неконформная – процедура, при которой индивид преодолевает внутригрупповую проблематичную обстановку, при помощи необходимых для данной категории методов, вследствие этого, в действительности в инциденте с нормами группы и их носителями.

При данном варианте адаптации замечается значимость реферативной группы и ее ценностей, общепризнанных мерок действий. Таким образом, преступное поведение представляется девиантным и дезадаптированным для всего общества, однако является адаптивным, с точки зрения коллективной категории, призывает всех членов группы к такому же поведению.

б) Новаторская (творческая) – в процессе и в результате приспособления индивидуальность формирует и использует новые методы адаптации, которые отличаются от общепризнанных методов приспособления, вследствие чего могут вступить в противоречие с нормами и ценностями группы.

в) Патологическая – социально-психологический процесс, который исполняется отчасти или полностью с помощью патологических механизмов и форм поведения, что формирует образование патологических комплексов нрава, входящих в структуру психологических и невротических синдромов.

А так же А.А. Началджян выделяет типы адаптации по отношению их к проблемной ситуации:

1. адаптация посредством преобразования и фактической ликвидации проблемной ситуации;

2. адаптация с сохранением ситуации.

В первом случае адаптационные ресурсы и механизмы личности мобилизуются для реконструкции реальной социальной адаптации, а сама

личность претерпевает небольшие и в основном положительные изменения (приобретает новые знания, навыки, социальную компетентность).

Во втором случае личность претерпевает глубокие изменения, но такие которые большей частью не способствуют ее самоактуализации и самосовершенствованию.

В.П. Казначеев выделяет виды адаптации на основе адаптационных механизмов:

1. состояние «физиологической» или оптимальной адаптации – обыкновенное наличие организма в меняющихся обстоятельствах условия среды при оптимальном режиме всех монофункциональных систем;

2. состояние напряженной адаптации, если появляется потребность перестройки, перемены имеющихся характеристик работы, что всегда требует определенного напряжения в труде задействованных в адаптацию функциональных систем;

3. состояние патологической адаптации, которая наступает при повышении дополнительных перспектив организма, когда его отношения со средой формируются работой функциональных систем, существенно различающихся от оптимума.

А.П. Супрун, Л.Д. Демина, Н.З. Гайгородова делают акцент на такие типы социальной адаптации как психологическая, педагогическая, профессиональная и дидактическая.

Изучив и проанализировав адаптацию личности, авторы Н.З. Гайгородова, А.П. Супрун, Л.Д. Демина, выделяют виды адаптации на основе протечных и индивидуальных показателей.

Вследствие чего выделяют следующие типы адаптации как: ориентировочный, неустойчивый, относительно устойчивый, поздний и дезадаптированный.

Ориентировочный вид приспособления свойственен для 1-5 недели адаптации. В нем выявлено несогласование механизмов, сформировавшихся

в ранее полученном опыте, и систем, которые обеспечивают разрешение новых, наиболее трудных проблем.

В этап неустойчивой адаптации (5 - 8 недель), фиксировалась урегулирование инициативности, настрой, сокращения тревожности и нервно-психической напряженности. Данный вид связан с источником развития новой функциональной системы, надлежащим определенным обстоятельствам деятельности. В этом этапе, может совершаться выбор более разумных компонентов предстоящей функциональной структуры.

Поздний вид адаптации (до 14 недель – 20 и более недель), может быть сопряжен с личными отличительными чертами личности и обуславливается тем, что индивидуальный период ни как не предоставляет возможности отыскать соответственные методы с целью приобретения новых типов деятельности, и осуществлял не мало попыток, что и задержало процедуру адаптации.

В.В. Селиванов выделяет четыре формы социальной адаптации:

1. пассивная позиция внешней согласованности своих действий с другими;
2. активная позиция, когда личность стремится понять людей и завоевать доверие коллектива, чтобы затем в соответствии со своими устремлениями, влиять на других;
3. осторожная установка на (изучение) людей и обстановки;
4. простое приспособление, заискивание перед более сильными членами группы с целью добиваться их покровительства.

В.А. Маклаков предлагает ряд оснований для классификации адаптивных форм:

1. по области существования: биологические, социальные, технические;
2. способу адаптации: пассивное приспособление к среде, поиск «комфортной» среды, преобразование среды;
3. объекту адаптации: внешнее, внутреннее, внутрисистемное;

4. структуре отношений: одностороннее, двустороннее, многостороннее;
5. степени регуляции: случайная, регулярная;
6. глубине процесса: структурная, функциональная;
7. иерархическим уровням;
8. знаковости: негативная, позитивная;
9. временной связи: презентативная, прогностическая (опережающая);
10. достоверности: натуральная, игровая.

В.А. Лабунская анализируя процесс социальной адаптации, описывает четыре ее уровня:

1. целенаправленный конформизм – человек знает, как он должен себя вести, внешне соглашается с требованиями социальной среды, но продолжает придерживаться своей системы ценностей;

2. взаимная терпимость, при которой взаимодействующие субъекты проявляют взаимную снисходительность к ценностям и целям поведения друг друга;

3. аккомодация – наиболее распространенная форма социальной адаптации, которая возникает на основе терпимости и проявляется во взаимных уступках, что означает признание человеком ценностей социальной среды и признание средой индивидуальных особенностей;

4. ассимиляция или полное приспособление – человек полностью отказывается от своих прежних ценностей и принимает систему ценностей новой среды.

Вопросы социальной адаптации личности на уровне социальных групп представлены в психологической литературе наиболее полно.

Л.Г. Лаптев, С.П. Гатилов выделяют уровни адаптации по ее результату:

1. оптимальная – высокие адаптационные результаты при адекватных условиях;

2. достаточная – высокие результаты адаптации, достигнутые по средствам высокого психологического напряжения;

3. частичная – человек адаптирован только к отдельным условиям или сферам социальной среды;

4. дезадаптация – нарушение или неадекватность процесса адаптации.

Уровень адаптации Л.Г. Лаптевым и С.П. Гатиловым определяется наличием затруднений в процессе адаптации, причем под затруднением ими понимается состояние остановки или перерыва в деятельности, столкновения с преградой, к следующему этапу деятельности.

Адаптационные затруднения выполняют две функции: позитивную (индикаторную и мобилизационную) и негативную, связанную с содержанием адаптации, и ее невозможностью.

### **1.3. Условия и факторы, влияющие на социальную адаптацию личности**

Д.А. Андреева отмечает подобные обстоятельства в социальной адаптации индивидуума, как образ реализующей деятельности, особенность норм и ценностей группы, индивидуальное положение человека, уровень довольства собою и собственными действиями.

В.В. Коннов полагает, что отношение индивидуума и группы в ходе адаптации обуславливаются последующими критериями:

1. типом мотивации человека, его отношением к исполнению деятельности;
2. степенью развития группы, его типом;
3. стилем управления в группе.

К тому же обуславливающим обстоятельством социальной приспособленности личности является вид группы.

Условиями общественной адаптации являются обстоятельства и условия, которые устанавливаются: темп, уровень, безопасность и результат социальной адаптации.

Определенные индивидуальные свойства и возможности (к примеру, коммуникабельности, социальная динамичность), имеет все шансы выступать и как фактор, и как итог социальной адаптации человека.

Л.В. Корель выделяет средства социальной адаптации личности (факторы, соответствующие данному процессу) и антисредства (факторы, мешающие процессу адаптации).

Т.А. Немчин, принимает во внимание высочайшую трудность, многокомпонентность психической области личности, высочайшую иерархию ее структуры, подразумевает, что в индивидуализации процесса приспособления немало важную роль представляют единичные элементы данной структуры, степень их развития и инициативности, и в первую очередь умственные способности, чувственные, волевые стороны нервной системы.

Опираясь на труды В.Д. Небылицина – к профессиональным факторам социальной адаптации личности Т.А Немчин причисляет:

1. вид воздействия (его содержание, специфические особенности);
2. продолжительность воздействия;
3. интенсивность;
4. объективную трудность достижения цели;
5. ограниченность времени достижения цели;
6. дефицит информации или неопределенность возможных исходов;
7. физические, микроклиматические, гигиенические и другие экологические факторы.

Результативность воздействия данных факторов опосредствуется подобными факторами как:

1. субъективная значимость воздействия;
2. особенности предшествующего опыта деятельности в подобных условиях;



3. уровень развития специфической и неспецифической адаптации (здоровье, выносливость, тренированность, степень развития навыков и умений);

4. индивидуальные особенности человека;

5. степень готовности к деятельности в данных условиях;

6. отношение к деятельности, мотивы и степень стремления к достижению цели.

Фактором, поддерживающим динамичность работы, служит опережающее отображение, а главным системообразующим условием, то есть фактором, обуславливающим конкретный порядок взаимодействия единичных звеньев.

Л.Г. Лаптев выделяет четыре условия социального приспособления личности в профессиональной деятельности:

1. когнитивный (когнитивные возможности и характерные черты когнитивных действий человека);

2. эмоциональное реагирование (характерные черты области личности);

3. психологическая реакция на процесс приспособления;

4. мотивация личности и практическая деятельность (обстоятельства и характерные черты работы).

Адаптирование личности, согласно взгляду И.К. Кряжевой, является многофакторным феноменом, определенным единым рядом социально-экономических, демографических, психофизиологических условий.

С одной стороны адаптирование индивидуума проявляет воздействие в формировании его личности, однако, с другой стороны – характер приспособленческого процесса в зависимости от индивидуальных свойств и качеств. Во взаимосвязи с этим имеются разные стратегии адаптации, что находится в зависимости от мировоззрения личности, организация ее взаимоотношений и ценностных ориентаций, в целом от диспозиционных данных личности.

Индивидуальные диспозиции при этом понимаются И.К. Кряжевой, как «общая, доминирующая направленность интересов личности в определенной сфере социальной активности». Согласно взгляду И.К. Кряжевой, уровень соотношения ценностно–ориентационной ориентированности персоны настоящему содержанию ее своей работы представляется значимым условием, обуславливающим динамику и характерные черты адаптационного движения.

Особое положение в текстуре эмоциональных условий общественных приспособлений ученые отчуждают мотивировки. Таким образом, Ф.Б. Березин устанавливает в руководителя угла мотивацию свершения преуспевать. Согласно его взгляду, большой электроэнергетической возможности в действительности более значимы в работе, призывающим в мобильности, стремительного вхождение в новое условия. Изучения новых умений, операций в обстоятельствах, в которых окончательные результаты либо неудача, либо не сделали свой выбор. Они непосредственно объединены с персональной инициативностью.

Энергетические возможности в уровне, поддерживаются выраженностью и текстурой мотивацией свершения. Поэтому Ф.Б. Березин считает, что преобладание мотивации достижения успеха над мотивацией избегания неудачи способствует эффективной социальной адаптации и успешности деятельности.

Преобладающее воздействие на процесс и вид социальной адаптации, не эффективности работы, и на удовлетворение ее, оказывает соотношение мотивационного ядра человека, целям и обстоятельствам настоящей работы.

Таким образом, Н.А. Свиридов сообщает: «мотивы не только выступают сами в качестве факторов адаптации, но и опосредуют влияние внешних по отношению к индивиду условий, обстоятельств, воздействий. Будучи субъективным моментом интереса, мотивы определяют оценку различных условий деятельности». Подобным образом, мотивационная основа личности представляется главным фактором приспособления личности в каком – либо

области деятельности и опосредствует понимание и оценку как благоприятных, так и не благоприятных факторов.

В качестве одного из важных факторов мотивационного ядра, детерминирующего процесс и вид приспособления личности в коллективе, Н.А. Свиридов акцентирует степень формирования профессиональных свойств и уровень знаний. Таким образом высокая образованность личности упрощает стремительное освоение специальности и упрощает процедуру адаптации в только, а том случае, если личность поступает на квалифицированную работу.

Особенной легкости и удачливости социальной приспособленности в разных обстоятельствах содействуют определенные психологические особенности и свойства личности. Адаптация личности гарантирует интенсивную регуляцию своих действий и находится в зависимости от форсированности средств (умственных, волевых, нравственных) такого рода саморегуляции.

В.Ю. Селин, С.В. Овдей, Ф.Б. Березин, А.А. Алдашева, имеют схожесть во мнении, что основной чертой, воздействующей на протекание социальной адаптации, является эмоциональная стабильность – не стабильность.

Многочисленные ученые подчеркивают роль инициативности личности (Алдашева А.А., Семиочев М.С., Овдей С.В., Кухарева Т.А., и прочее). При этом акцентируют динамичность в деятельности, умственную активность, динамичность в общении, которые проявляются в подобных индивидуальных качествах, активность, не зависимость, целеустремленность.

Ряд исследователей отмечают знание самооценки для эффективности социальной адаптации личности (Кухарева Т.А., Березин Ф.Б., Корнеева Л.Н., Арефьев С.Л., Овдей С.В.).

И.К. Кряжева и О.И. Зотова полагают, что люди с самооценкой, неадекватной оценкой, вынесенными группой, обладающими высокими индексами неудовлетворенности потребности в общении, становятся

наиболее неадаптированными изнутри собственного коллектива, не могут достичь самоопределение в данных группах, принять собственную оригинальность.

Самоопределение личности в группе, адекватность самооценки являются важными условиями эмоционального здоровья личности, ее целенаправленного развития.

Характеристики самоопределения личности в группе могут быть, по мнению И.К. Кряжевой и О.И. Зотовой, признаками адаптированности личности. Это такие качества, как простота вхождения в новые группы, стремительное установление собственной зоны в коллективной работе, собственной значимости в новом коллективе, способность быть грамотно понятым, знание слабых и сильных черт характера и учет их при подборе содержания и способов работы, заблаговременное составление плана работы, и способность работать в соответствии с запланированным планом, умение в разнообразных обстоятельствах определять способности с целью проявления собственных возможностей и заинтересованностей.

Л.Н. Корнеева в собственном труде затронула еще один психологический механизм приспособления, который связан с самооценкой – механизм психологической защиты. Защитные механизмы принимают собственное влияние, если результат миссии обычным методом не осуществимо, либо если личность считает, что оно не осуществимо.

Р.М. Грановская акцентирует внимание, что в ходе приспособления разговор идет не о методах свершения нужной миссии, а о методе частичного и скоротечного внутреннего баланса, для того чтобы собрать силы с целью реального преодоления образовавшихся проблем.

Влияние защитных элементов имеет возможность выражаться в том, что негативные условия не принимаются, либо не осознаются; Либо в том, что дискомфортность, появившаяся в ходе приспособления, связывается с установленным личностью предметом; Или в понижении мотивации, пересечение неиспользованных предрасположенностей и знаний; Или в

переосмыслении условий, позволяющим уменьшить ее чувственное воздействие.

Наследует полагать, что механизмом эмоциональной защиты представляется избегание образовавшихся задач и проблем в ходе приспособления. Определенные методы эмоциональных защит имеет все шансы выполнять роль амортизаторов, смягчающие негативное чувственное влияние адаптационных условий.

Результативность социальной адаптации так же объединяют с тревожностью личности, с ее реалистичностью и энергетическим потенциалом (Березин, Симиочев, Алдешева).

Вследствие изучений В.Г. Леонтьева, А.Н. Жмырикова, была выявлена связь эффективного приспособления с подобными индивидуальными свойствами, равно, как интенсивное воображение, волевые характеристики, эластичность действий и суждений, умение чувственно реагировать на внешнее влияние, предрасположенность к доминированию, смелости, добросовестности, умение правильно производить оценку фрустрирующую обстановку и правильно создать собственное поведение (Леонтьев В.Г.).

Применение факторного анализа разрешила конкретизировать структуру индивидуальных качеств, на успешность адаптации.

Т.А. Кухарева, обнаружила ряд условий социальной адаптации:

1. гармоничная активность – инициативность, независимость, целенаправленность, упорство, умственная активность, способность создавать собственную работу, уверенность в себе и прочее.

2. высокий уровень притязаний – первенство, сомнение, терпимость к фрустрации, коммуникативные возможности, умственная эффективность, общественное положение.

- а) фактор самокритичности – для благополучно адаптирующейся личности.

- б) фактор агрессивного поведения – с проблемами адаптации.

Еще два комплекса признаков получили название «фактор общительности» и «фактор эмоционально-коммуникативной зрелости» (в последнем наибольший факторный вес имеет признак спокойствия, хладнокровия).

А.А. Алдашева изучила проблему по подбору стратегии приспособления личности с разным уровнем адаптации. В том числе, она рассмотрела характерные черты концепции личных проектов действия в процессе приспособления личности с разной степенью пластичности нервной системы.

Согласно взгляду Г.С. Никифорова социальная адаптация личности обуславливается не безусловными значимостями этих либо других устойчивых данных личности, а переменной структурой связей среди данных характеристик, что отражается в совокупном действии индивидуума и его стабильности к условиям среды.

Л.М. Растова подмечает, что проблема отделения критериев общественного приспособления личности довольно трудное, такие образом, как требует отыскать показатели, с поддержкой каковых может быть изменен уровень приспособленности личности в определенных условиях. Она делает акцент на последующие акценты: уровень инициативности личности в команде, многогранность ее работы, результативность работы, ее важность индивида в группе.

Л.В. Корель выделяет два подхода к аспектам завершенности процесса адаптации:

1. бихевиоральный – в этом случае в центре действия адаптанта, его «встроенность», в новую общественную сферу. Под этим подразумевается уровень изучения новых поведенческих стереотипов. Абсолютное адаптирование подразумевается присутствием верного комплекта заключений с целью разных задач в тех или иных конкретных ситуациях. Недостаточность этого расклада состоит в игнорировании внутреннего состояния личности.

2. оценка внутреннего состояния адаптанта – «социальное самочувствие» субъекта приспособления.

Если субъектом социальной адаптации является социальная группа или институт, то показателем является эффективность их функционирования.

И.К. Кряжева аспектами социальной адаптации личности полагает:

1. понимание себя представителем общественной сферы;
2. осуществление индивидуального потенциала в определенных обстоятельствах деятельности;
3. включенность личности в групповую деятельность;
4. эмоциональное самочувствие.

Позднее Зотова О.И. вместе с Кряжевой И.К., делают акцент на беспристрастные и индивидуальные аспекты общественного приспособления.

К первоначальным принадлежат эффективность работы, реальный статус в коллективе, а так же, к ним можно отнести автопортрет, отображающий стойкие принятые членами группы приоритеты личности в каком либо варианте. К тому же эффективность работы, согласно авторам, обязана рассматриваться не абсолютно, а в согласовании с настоящими и возможными способностями и возможностями личности.

Индивидуальными аспектами общественного приспособления являются осознанная, либо бессознательное удовлетворение личности, расположение человека к разным нюансам и обстоятельствам работы и общения, а так же к самой себе. Коэффициент довольства собственной работой в свойстве аспекта адаптации личности, так же применял С.Л. Арефьев.

Ф.Б. Березин, осматривая беспристрастные аспекты общественного приспособления персоны, акцентирует три признака продуктивности работы:

1. благополучие работы;
2. умение сторониться обстановок, формирующих опасность и продуктивно ликвидировать образовавшуюся опасность;

3. выполнение работы без возможных нарушений физического здоровья.

М.В. Ромм делил критерии социальной адаптации на объективные и субъективные.

Что касается объективного критерия, то можно его определить как удовлетворение адаптационной работой, период с момента поступления данных о конкретных конфигурациях сферы и их оценкой в свойстве требуемых с целью приспособления, темп адаптационного воздействия, темп приспособление, темп постадаптивной настройки, темп реадаптации. Под индивидуальными аспектами, он понимает результативность информационного воздействия, эмоциональное удовлетворение итогами работы, эмоциональное удовлетворение подобранной стратегии, удовлетворяющей социальный статус.

Ф.Б. Березин ставит акцент на удовлетворение важной необходимости, как ключевой аспект производительности приспособления персоны.

Т.В. Снегирева, делая упор на деятельность К. Роджерса, приуроченные к теме «приспособленности» человека к социальной сфере, акцентирует последующие аспекты социальной адаптации:

1. уровень довольства субъекта собой или уровень его самооценки;
2. склонность субъекта адаптации к иным, принятие им других;
3. принятие субъекта другими людьми;
4. единство самоописания субъекта с описанием его другими (Т.В. Снегирева).

С.Г. Максимова полагает, что главными аспектами адаптированности персоны является эффективность использования основной деятельности, удовлетворенность собственных главных социогенных потребностей, соответствие ролевым ожиданиям членов категории, положение самоутверждения и беспрепятственного формулирования собственных креативных возможностей, отсутствие фрустрации.



Н.Н. Проценко акцентирует следующие аспекты общественного приспособления личности: выходные параметры деятельности личности, уровень интеграции с макро или микро средой, уровень осуществления внутриличностных возможностей, эмоциональное состояние личности. Уровень интеграции выражается при помощи степени деятельности и общения.

Затем в собственном труде Проценко Н.Н. выделяет внутренние и внешние аспекты адаптации. Внутренний, сопряжен с психоэмоциональной устойчивостью, индивидуальной устойчивостью, с состоянием довольства, отсутствием стресса и т.д. внешний отражает соотношение настоящего действия персоны условиям общественной сферы, установленными представленной общественной группе.

Т.А. Немчин полагает, что основным критерием эффективности социальной адаптации личности является адекватный уровень нервно-психического напряжения.

Наенко Н.И. акцентирует последующие аспекты нервнопсихического напряжения:

1. физиологические индикаторы – мощность физических перемен, затмевающую для организма обыкновенную норм;

2. характеристики работы – положительное привлечение и сокращение стабильности эмоциональных и двигательных функции, вплоть до дезинтеграции деятельности.

3. информационными признаками адаптированности личности в коллективе являются динамичным общественным и дающим индивидуальное положение, вид отношений в значимых группах. Тем не менее, в том числе и отделение статуса индивидуума в команде – это еще не полный коэффициент неадаптированности. Следует его сопоставить со свойствами характера, интровертировать человека, референтность коллектива.

К признакам приспособления личности принадлежит характерные черты действий личности, появляющиеся в обстоятельствах не нормальной

напряженности и напряженных состояний или в основе конфликта личности с самим собой и находящимися вокруг людьми. Присутствие подобных инцидентов зачастую обуславливается неудовлетворенностью человека и ее статусом в обществе.

Из информации ранее следует вывод, что одной из характеристик адаптированности представляет за собой соответствие его самомнения реальным возможностям и качеству, а кроме того отношение самомнения с оценкой «значимых других».

В собственном труде Ромм М.В. выделяет четыре деятельности аспектов социальной адаптации:

1. дефицитарный – скорость разрешения адаптационных барьеров, результативность их преодоления, целостность удовлетворения потребностей.

2. профессионализм – степень высококлассной компетентности, престижности главной профессии, разнообразие типов работы, которой владеет человек; эффективность и свойство работы, уровень производительности взаимодействия в коллективе;

3. креативный – степень совокупной зоны ответственности и высококлассной культуры, углубленность познаний, степень трудности разрешаемых проблем, диапазон заинтересованностей, уровень самодостаточности;

4. психологический комфорт – удовлетворение коллективом, удовлетворение работой, соответствие самомнения, степень тревожности и толерантности.

Подобным способом, к признакам адаптированности персоны принадлежат последующие характерные черты: вера в себя, четкость самосознания, обязательство, присутствие своего направления действия, способность одолевать плохо сформированные условия.

Адаптированность личности выражается в психологических состояниях и общественно, личностно важных эмоциях (чувства внутреннего

удобства, посредственное состояние здоровья, чувство устроенности, позитивное расположение с членами коллектива и высокие уровень довольства данными взаимоотношениями).

### **Выводы по первой главе**

1. Социальная адаптация личности является сложным социально-психологическим явлением по мнению: Корель Л.В., Ананьев Б.Г., Кряжева И.К.

2. Необходимо отметить существование проблемы в определении данного понятия, так как в психологической литературе существует многообразие определений социальной адаптации личности, выделяющих какую-то одну сторону данного социально-психологического явления.

3. Согласно взгляду Т.А. Немчина, факторы социальной адаптации личности, такие как: вид воздействия, продолжительность воздействия, интенсивность, объективную трудность достижения цели, ограниченность времени достижения цели, дефицит информации или неопределенность возможных итогов, физические, микроклиматические, генетические влияют на процесс социальной адаптации личности в профессиональной деятельности.

4. В качестве основных условий влияющих на процесс адаптации личности в профессиональной деятельности по Л.Г. Лаптеву: это когнитивные возможности, эмоциональное реагирование, психологическая реакция на процесс приспособления, мотивация личности и практическая деятельность.

5. Любой социально – психологический процесс протекает в определенных условиях, которые влияют на его развитие. Так, процесс социальной адаптации личности зависит от разнообразных условий жизни человека, таких как: демографические, психологические, социально-психологические, средовые и т.д. В зависимости от определенных условий

жизнедеятельности личности процесс ее социальной адаптации будет приобретать своеобразие. Причем некоторые из условий социальной адаптации личности будут способствовать, а некоторые наоборот препятствовать адаптации человека в социальной среде.

## **ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **2.1. Организация и методы исследования социальной адаптации личности**

На основе теоретического изучения материалов для реализации целей и задач нами проводилось исследование на базе МДОУ ЦРР детский сад №455 в городе Самара.

В группе испытуемых присутствовали: 20 воспитателей и 10 помощниц воспитателя в возрасте 20-30 лет, общая выборка составила 30 работников дошкольного учреждения.

Целью исследования является выявление уровня социальной адаптации личности сотрудников.

Для проверки выдвинутой ранее гипотезы использовались следующие методики:

1. 16-ти факторный личностный опросник Р. Кеттелла.

Нами использовалась форма С – сокращенная (105вопросов), испытуемым предлагалось 3 варианта (abc).

В ходе деятельности тестируемый обязан следовать последующим правилам: ни как не утрачивать времени в размышлении, а предоставлять первое что пришло в ассоциацию, не предоставлять не ясных решений, не оставлять вопросы не отвеченными, быть честным.

Переработка итогов проводится согласно особому ключу, в котором предоставлены вопросы и баллы. Тестируемый, имеет возможность получить 2,1 либо 0 баллов. Число баллов суммируется и записывается в бланк ответов, далее их преобразуют в (стены). Исследователь устанавливает, тот или иной уровень фактора: низкий, средний, высокий, выставляет признаки, определяющие уровень их формирования и оценивает итоги.

Результат использования предоставленной методики дает возможность установить психическую особенность ключевых подструктур характера и нрава.

2. тест социально-психологической адаптации личности (К. Роджерс, Р. Даймонд).

Опросник состоит из 101 вопроса, испытуемым предлагается ответить одним из вариантов от «0» до «6», который им будет ближе по отношению к их образу жизни. Технология специализирована с целью диагностики приспособленности лица к обстоятельствам взаимодействия с находящейся вокруг него средой в концепции межличностных взаимоотношений.

Общественно-психическая адаптированность находится в зависимости от умения индивида нацеливать в общественным моментах, грамотно предоставлять индивидуальные характерные черты и чувственные ценности иные индивидов, подбирать соответственные методы призыва с ними, и осуществлять иные методы в ходе взаимодействия.

Необходимо заметить, что же неадаптивность имеет возможность быть не только лишь благоприятной, однако и, может быть положительная форма.

Итоги испытания оцениваются согласно 13 первичным и 6 интегральным показателям.

Каждая изначальная шкала разделяется в 3 области: низких, средних и высоких показателей.

## 2.2. Анализ и интерпретация результатов социальной адаптации личности

Вследствие проделанного исследования нами были получены последующие итоги.

Первым использовали 16-ти факторный личностный опросник Р. Кеттелла. Посчитали результаты по бланкам тестируемых, перевели «сырые» баллы согласно факторам в стены.

Разделение стенов на уровни:

1-4 стена – низкий

5-6 стенов – средний

7-10 стенов высокий

Таблица 2.1.

Результаты проведения диагностических заданий социальной адаптации личности по Р. Кеттеллу.

№ п\п	Имена испытуемых	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Уровень адаптивности
1.	Мария К.	23	11	73	Высокий
2.	Анастасия Р.	33	44	34	Средний
3.	Екатерина Ф.	13	10	84	Высокий
4.	Елена К.	25	12	70	Высокий
5.	Ольга Р.	32	44	31	Средний
6.	Елена Д.	30	24	62	Высокий
7.	Лариса Р.	16	24	70	Высокий
8.	Марина Т.	20	19	79	Высокий
9.	Людмила Г.	12	50	32	Средний
10.	Ольга С.	25	49	24	Средний
11.	Оксана В.	21	30	63	Высокий

12.	Эльвира Т.	40	52	10	Средний
13.	Екатерина М.	30	49	19	Средний
14.	Роза К.	38	30	29	Низкий
15.	Евгения М.	8	12	89	Высокий
16.	Ольга П.	23	54	40	Средний
17.	Мария Д.	38	56	29	Средний
18.	Тамара Н.	15	19	83	Высокий
19.	Татьяна Б.	18	30	70	Высокий
20.	Оксана Т.	31	54	40	Средний
21.	Валентина П.	30	47	29	Средний
22.	Светлана Н.	53	40	23	Низкий
23.	Кристина Р.	12	86	15	Средний
24.	Тамара З.	27	12	73	Высокий
25.	Дарья Н.	19	73	30	Средний
26.	Юлия П.	26	80	17	Средний
27.	Ольга К.	13	25	71	Высокий
28.	Анна Ш.	40	30	52	Высокий
29.	Алла В.	35	31	49	Высокий
30.	Марина П.	13	40	64	Высокий

Результаты проделанного исследования демонстрируют, что в группе доминирует высокий уровень социальной адаптации личности.

В последующей таблице представлено общее процентное соотношений уровней социальной адаптации личности.



Общее процентное соотношение уровней социальной адаптации личности  
по Р. Кеттеллу

Уровни	Группы испытуемых	
	Кол-во испытуемых	%
высокий уровень	15	50%
средний уровень	13	43%
низкий уровень	2	7%

Результаты проведенного исследования представлены наглядно.

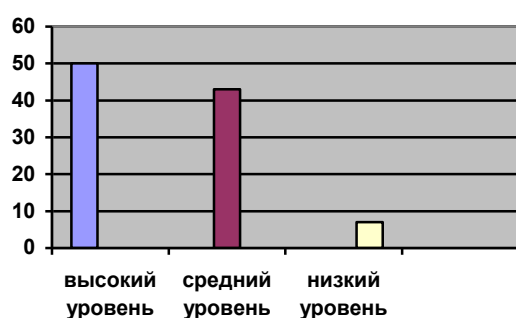


Рисунок 2.1. Результаты уровней социальной адаптации личности по Р. Кеттеллу.

Таким образом, мы видим, что показатели социальной адаптации личности высокого уровня выше всех уровней и составляет 50%, среднего уровня составляет 43%, низкого уровня 7%.

В процессе обрабатывания результатов было выявлено, что высокому уровню социальной адаптации личности соответствует:

1. эмоциональная устойчивость – чувственная надежность, бесстрастность, индивид эмоционально сложившийся, зрелый, устойчив в заинтересованностях, работоспособный, может быть оцепенелым, нацелен в действительность.

2. экспрессивность – для нее свойственны оптимизм, порывистость, бездумность, легкомысленность в подборе партнеров согласно разговору,

чувственная важность общественных контактов, образность, неугомонность, чувственная насыщенность во взаимоотношениях меж людьми, активность общения, что подразумевает чувственное первенство в группах.

3. высокая нормативность поведения – исполнительность, обязательство, устойчивость, выдержанность, упорство, предрасположенность к морализированию, рассудительность, добросовестность. Сформированное ощущение обязанности и ответственности, осмысленное выполнение общепризнанных нравственных законов и общепризнанных мерок, упорство в набираии миссии, деловитая нацеленность.

4. Высокий самоконтроль – индивидуальность с высочайшими оценками по этому фактору содержит общественно одобряемые свойства: самодисциплина, упорство, осмысленность, предрасположенность к соблюдению этики, целеустремленность, способность осуществлять контроль над впечатлениями и действиями. Для того чтобы отвечать подобным образом с персоны требуется особенное исполнение установленных стремлений, присутствие конкретных основ, взглядов и учет социальной точки зрения.

Низкому же уровню социальной адаптации личности, соответствует абсолютно противоположные факторы:

1. Эмоциональная неустойчивость – чувственная изменчивость, порывистость, человек располагается перед воздействием эмоций, переменчив в настроениях, легко и просто печаливается, неустойчив в заинтересованностях. Невысокая терпимость по отношению к фрустрации, нервозность, утомляемость.

2. Сдержанность – для нее характерны рассудительность, внимательность, разумность в подборе напарника согласно разговору. Предрасположенность к опасениям, беспокойство о перспективе, безнадежность в восприятии реальности, выдержанность в проявлении чувств.

3. Подверженность чувствам – предрасположенность к непостоянствам, склонность к воздействию эмоций, случая и факторов. Попустительствует собственным вожделениям, не создает стремления согласно осуществлению массовых условий и общепризнанных мерок. Разболтанность, халатность, порывистость, недостаток единства с общепризнанными нравственными инструкциями и эталонами, эластичность согласно взаимоотношению к общественным общепризнанным меркам, независимость с их воздействия, порой не принципиальность и предрасположенность к асоциальному действию.

4. Низкий самоконтроль – невысокая организованность, повадка следует собственным вожделениям, зависимое положение от настроения, неспособность осуществлять контроль за собственные впечатления и действия.

В представленных выше таблицах преобладает высокий уровень социальной адаптации, а значит факторы: эмоциональная устойчивость, экспрессивность, высокая нормативность поведения и высокий самоконтроль характерны для испытуемых.

Для того чтобы результаты были более верны, необходимо подтвердить их с помощью иных методов.

Для подтверждения был выбран тест социально-психологической адаптации личности (К. Роджерс, Р. Даймонд).

Второе тестирование проводилось в этот же день, для достоверности результатов. Были посчитаны результаты с помощью ключа по номерам высказываний, систематизировано в таблице 2.3. Далее, используем формулы для выявления интегральных показателей (ASLEID), формируем в таблицу. Выведем среднее значение по каждому фактору на группу и проведем процентное соотношение по уровню адаптивности.

Таблица 2.3.

Результаты проведения диагностических заданий социальной адаптации личности по К. Роджерс, Р. Даймонд.

№	Имена испытуемых	Шкалы социальной адаптации													
		Н е и с к р е н н о с т ь	А д а п т и в н о с т ь	Д е з а д а п т и в н о с т ь	П р и н я т и е с е б я	Н е п р и н я т и е с е б я	П р и н я т и е с е б я	Н е п р и н я т и е с е б я	Э м о ц и о н а л ь н ы й к о м ф о р т	Э м о ц и о н а л ь н ы й д и с к о м ф о р т	В н у т р е н н й к о н т р о ль	В н е ш н и й к о н т р о ль	Д о м о в о д о в о д о в о д	В е д о м о с т ь	Э с к а п и з м
1	Мария К.	9	139	60	38	6	22	15	31	17	57	25	13	7	12
2	Анастасия Р.	5	120	60	20	12	36	29	28	15	54	21	16	16	10
3	Екатерина Ф.	9	140	54	23	4	24	10	30	25	47	30	12	30	24
4	Елена К.	1	148	34	42	16	14	8	15	10	40	16	4	10	8
5	Ольга Р.	7	137	70	47	14	30	12	32	19	14	24	15	26	21
6	Елена Д.	2	64	84	58	18	12	14	14	16	52	8	20	2	5
7	Лариса Р.	7	136	30	49	10	26	24	26	12	48	17	10	11	9
8	Марина Т.	3	135	51	22	15	14	14	29	13	27	19	6	12	19
9	Людмила	9	11	68	5	17	30	4	26	12	51	14	4	10	5

	ила Г.		3		0										
1 0	Ольга С.	7	15 1	32	6 1	20	32	2	4	32	14	42	16	30	25
1 1	Оксана В.	7	12 6	68	1 9	36	28	19	29	10	44	14	12	5	5
1 2	Эльви ра Т.	1	14 9	40	6 0	21	33	3	4	34	15	42	17	30	24
1 3	Екатер ина М.	9	52	11 4	3 0	14	24	28	15	12	30	32	10	16	12
1 4	Роза К.	4	67	12 8	1 6	34	10	36	8	29	20	37	2	26	19
1 5	Евгени я М.	6	14 7	67	3 9	14	12	14	15	10	26	19	7	11	8
1 6	Ольга П.	8	76	15 6	3 6	19	22	29	30	11	47	17	12	20	10
1 7	Мария Д.	7	82	13 8	4 2	12	4	36	28	24	52	20	6	14	15
1 8	Тамара Н.	9	15 9	49	2 2	14	21	12	28	10	32	14	6	10	5
1 9	Татьян а Б.	9	64	12 0	2 0	28	20	26	12	30	14	30	2	30	25
2 0	Оксана Т.	7	54	10 1	4 9	8	2	34	28	28	14	20	10	15	10
2 1	Валент ина П.	9	11 7	62	2 1	24	30	12	15	16	28	18	6	12	7
2 2	Светла на Н.	9	13 8	57	1 0	36	10	30	4	36	50	10	1	30	25
2 3	Крист ина Р.	9	49	98	4 0	14	12	14	14	14	26	18	6	12	10

24	Тамара З.	7	146	58	37	2	40	12	16	7	10	12	8	20	10
25	Дарья Н.	4	67	90	25	14	13	27	25	15	40	16	5	14	3
26	Юлия П.	9	139	63	6	7	25	16	28	19	54	22	18	8	15
27	Ольга К.	5	142	39	40	16	30	26	30	12	52	20	14	14	10
28	Анна Ш.	10	151	57	14	30	25	12	23	15	40	19	9	22	20
29	Алла В.	7	140	49	10	30	10	12	20	34	40	14	8	20	12
30	Марина П.	8	130	54	38	2	22	17	37	16	58	20	15	7	10

Таблица 2.4.

Результаты проведения диагностических заданий социальной адаптации личности по К. Роджерс, Р. Даймонд

№	Имена испытуемых	Интегральные показатели (%)							Уровни
		«Адаптация»	«Самоприятие»	«Приятия и друтих»	«Эмоциональная комфортность»	«Интернальность»	«Стремление к доминированию»	Среднее	
1	Мария К.	70	86	61	64	63	79	70,5	Высокий
2	Анастасия Р.	67	62	60	65	65	67	64	Высокий

									ий
3	Екатерина Ф.	72	85	74	54	53	44	64	Высокий
4	Елена К.	81	72	68	60	64	44	65	Высокий
5	Ольга Р.	66	77	75	63	19	53	59	Средний
6	Елена Д.	43	76	51	47	82	95	66	Высокий
7	Лариса Р.	82	83	56	68	67	64	70	Высокий
8	Марина Т.	72	59	54	69	50	50	59	Средний
9	Людмила Г.	62	75	90	68	72	44	68,5	Высокий
10	Ольга С.	82	75	95	11	19	52	56	Средний
11	Оксана В.	65	34	64	74	69	83	65	Высокий
12	Эльвира Т.	72	74	93	10	20	53	55	Средний

									й
1 3	Екатерина М.	31	68	51	55	40	56	50	Средний
1 4	Роза К.	34	32	25	22	28	13	26	Низкий
1 5	Евгения М.	69	73	51	60	49	56	60	Высокий
1 6	Ольга П.	33	65	48	73	66	54	56,5	Средний
1 7	Мария Д.	37	78	12	54	65	46	49	Средний
1 8	Тамара Н.	76	61	68	74	62	54	66	Высокий
1 9	Татьяна Б.	35	41	48	28	25	44	37	Низкий
2 0	Оксана Т.	35	86	7	50	33	57	45	Средний
2 1	Валентина П.	65	47	75	48	53	50	56	средний



22	Светлана Н.	71	22	28	10	78	65	36	Низкий
23	Кристина Р.	33	74	51	50	51	50	51,5	Средний
24	Тамара З.	71	95	80	69	37	44	66	Высокий
25	Дарья Н.	43	64	37	62	64	41	52	Средний
26	Юлия П.	69	84	65	59	64	82	70,5	Высокий
27	Ольга К.	78	71	58	71	65	67	68	Высокий
28	Анна Ш.	72	32	71	60	60	45	56	Средний
29	Алла В.	74	25	50	37	67	44	89,5	Средний
30	Марина П.	71	95	61	70	67	81	74	Высокий

Среднее значение интегральных показателей испытуемых:

A=61

S=66

L=57.5

E=53.5

I=54

D=54

Установленные условные обозначения интерпритации:

Высокий уровень – выше 60%

Средний уровень – от 40% до 60%

Низкий уровень – ниже 40%

В ходе обработке результатов факторы «Адаптация» и «Самоприятие» вышли на самый высокий коэффициент, испытуемые в большей степени хорошо приспособляются к условиям работы в структуре межличностных расположений. Довольство собой достаточно выражено, большой уровень принятия себя как личности. Остальные же шкалы, отобразили средний показатель.

В последующей таблицы представлено общее процентное соотношение уровней социальной адаптации по К. Роджерс Р. Даймонд.

Таблица 2.5.

Общее процентное соотношение уровней социальной адаптации личности по К. Роджерс, Р. Даймонд

Уровни	Группы испытуемых	
	Кол – во испытуемых	%
Высокий	14	47%
Средний	13	43%
Низкий	3	10%

Результаты проведенного исследование представлены наглядно.

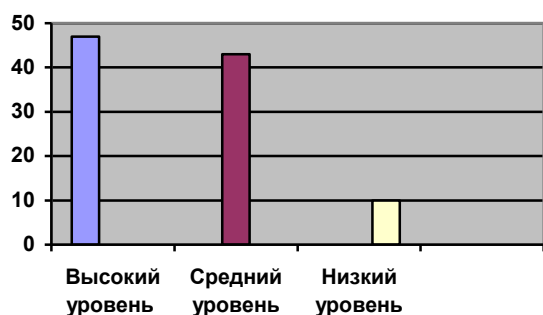


Рисунок 2.2. Результаты уровней социальной адаптации личностей по К. Роджерс, Р. Даймонд.

Итоги проведенного изучения показывают, что в группе преобладает высокий уровень социальной адаптации личности.

Проведем самостоятельный анализ двух методик, для более точного выявления степени социальной адаптации личности тестируемых.

Таблица 2.6.

Общее процентное соотношение уровней социальной адаптации личности по Р. Кетелла и К. Роджерс, Р. Даймонд.

Уровни	16-факторный личностный опросник Р.Кетелла	Тест СПА личности (К.Роджерс, Р.Даймонд);
Высокий	50%	47%
Средний	43%	43%
Низкий	7%	10%

Самостоятельный анализ подтвердил ранее получившиеся результаты. В представленной группе преобладает высокий уровень социальной адаптации личности тестируемых.

## **Выводы по второй главе**

Подобным способом, подводя результат практической части, можно провести цикл заключение, а собственно: в представленной группе выявлен высокий уровень приспособления к жизни в мире, в согласовании с условиями данного сообщества и с своими нуждами, темами и заинтересованностями. Выражены такие личностные качества как: эмоциональная устойчивость, экспрессивность, высокая нормативность поведения, высокий самоконтроль, а так же были выявлены высокие показатели по шкалам общительность и смелость. Достаточная зрелость личности, эмоциональная устойчивость, целеустремленность в достижении поставленных задач. Максимальный результат принятия себя, с высоким коэффициентом самооценки, с личной удовлетворенностью своих характеристик.

Так же представлено, что в данной группе высокий уровень социальной адаптации личности. Работники в большей части без затруднений прошли этап адаптации к новому месту работы, без ущемления личных мотивов и качеств.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель настоящего исследования состояла в выявлении и изучении системы психологических условий и некоторых факторов социальной адаптации личности. На основании полученных результатов мы сделали следующие выводы:

1. В настоящей работе под социальной адаптацией личности мы понимаем процесс выработки и появления при общении и взаимодействии бесконфликтного и комфортного поведения. Это обусловлено предъявляемыми требованиями и условиями жизнедеятельности субъекта.

2. Понятие «социальная адаптация личности» имеет собственные характеристики:

- процесс социальной адаптации личности протекает при наличии осознанной саморегуляции этого процесса с целью достижения полезного результата;

- при этом личность выступает как субъект социальной среды к которой она адаптируется;

3. Социальная адаптация личности является «текучим», динамическим процессом, благодаря которому субъект поддерживает устойчивость своего существования, при любых изменениях социальной среды.

4. Процесс социальной адаптации личности субъекта согласно полученным результатам и во многом зависит от сформированных качеств и особенностей самого субъекта. Всему этому сопутствуют условия и факторы, способствующие и наоборот препятствующие процессу социальной адаптации личности.

5. В результате нашего исследования нами были обнаружены факторы, влияющие на процесс социальной адаптации субъекта: фактор уверенности в себе, составляющими которого являются принятие себя, принятие других, внутренний контроль поведения, смелость и доминирование в социальных отношениях, отсутствие чувства вины, отсутствие астенического состояния и сниженного настроения. Анализ научной литературы позволил утвердить ее

один фактор – фактор саморегуляции психических состояний, в состав которого вошли такие признаки, как нервно-психическая устойчивость, самоконтроль поведения, отсутствие нервно-психического напряжения, отсутствие астенического состояния и сниженного настроения.

6. В результате проведенного экспериментального исследования нами было подтверждено положительное влияние обнаруженных факторов на процесс социальной адаптации субъекта.

7. Сделанное ранее предположение, о выраженности личностных качеств таких как: эмоциональная устойчивость, экспрессивность, высокая нормативность поведения и высокий самоконтроль, было подтверждено эмпирическими результатами исследования.

Таким образом, проведенная работа по выявлению психологических факторов и условий социальной адаптации с работниками дошкольного учреждения показала свою эффективность.

Наличие у работников дошкольного учреждения успешной социальной адаптации личности зависит от степени выраженности личностных качеств.

Следовательно, выдвинутая гипотеза подтвердилась.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова–Славская, К. А. Психология и создание личности (Проблемами методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды [Текст] / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Московский психолого – социальный институт, 2009. – 224 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности [Текст] / К.А. Абульханова-Славская // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь. – М.: Наука, 2003. - С. 110-134.
3. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни [Текст] / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 2001. – 302 с.
4. Айвазян, С. А. Прикладная статистика: Основы моделирование и первичная обработка данных [Текст] / С.А. Авазян, И.С. Енюков, Л.Д. Мешалкин. – М.: Финансы и статистика, 2003. – 472 с.
5. Алексеева, Л. Ф. Проблемы активности личности в психологии [Текст] / Л.Ф. Алексеева / Автореф. дис. д-ра психол. наук. / Л.Ф. Алексеева. – Томск, 2007. – 41 с.
6. Ананьев, В. Г. Избранные психологические труды [Текст] / Б.Г. Ананьев. – М.: Педагогика, 2000.
7. Ананьев, В. Г. Человек как предмет познания [Текст] / Б.Г. Ананьев. - Л.: ЛГУ, 2008. – 337 с.
8. Анастаси, А. Психологическое тестирование [Текст] / К.М Гуревич, В.И. Лубовский / А. Анастаси. - М.: Педагогика, 2012. – 320 с.
9. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] / Г.М. Андреева. - М.: Аспект Пресс, 2007. – 376 с.
10. Анцыферова, Л. И. Личность позиции динамического подхода [Текст] / Л.И. Анцыферова / Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь. - М.: Наука, 2010. - С. 7-17.

11. Асмолов, А. Г. Психология личности [Текст] / А.Г. Асмолов. - М.: МГУ, 2005. – 267 с.
12. Барбашов, З. И. Адаптация человека [Текст] / З.И. Барбашов, И.И. Лихницкая. - Л.: Наука, 2012. – 267 с.
13. Березин, Ф. Б. Методика многостороннего исследование личности [Текст] / Ф.Б. Березин, И.Ю. Мирошников, И.Т. Розовкая. - М.: Медицина, 2006. -186 с.
14. Брушлинский, А. В. Психология субъекта: Некоторые итоги и перспективы [Текст] / А.В. Брушлинский // Известия Российской академии образования. - М., 2009.
15. Галкави, Л. Х. Адаптационные реакции и резистентность организма [Текст] / Л.Х. Галкави, Е.Б. Квакина, Н.А Уколова. – Ростов-на-Дону: РГУ, 2010. – 224 с.
16. Гуревич, К. М. Психологическая диагностика [Текст] / К.М. Гуревич, Е.М. Борисова. – М.: УРАО, 2000.
17. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология [Текст] / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 2000.
18. Иванов, С. П. Мир личности: контур и реальность [Текст] / С.П. Иванов. - М.: Московский психолого-социальный институт Флинта, 2009. – 160 с.
19. Казначеев, В. П. Биосистема и адаптация [Текст] / В.П. Казначеев. – Новосибирск: МГУ, 2003. – 74 с.
20. Квин, В. Прикладная психология [Текст] / В. Квин. – СПб.: Питер, 2000. - 560 с.
21. Кукликов, Л. В. Психологическое исследование: методические рекомендации по проведению [Текст] / Л.В. Куликов. – СПб.: Речь, 2001. - 184 с.
22. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность [Текст] / А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 2015. – 234 с.
23. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики [Текст] / А.Н. Леонтьев. - М.: МГУ, 2012. - С. 341-401.



24. Леонтьев, В. Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования [Текст] / В.Г. Леонтьев. – Новосибирск: «Новосибирский полиграфкомбинат», 2002. – 264 с.
25. Логвиненко, А. Д. Измерения в психологии [Текст] / А.Д. Логвиненко. – М.: МГУ, 2003. – 480 с.
26. Ломов, Б. Ф. Личность в системе общественных отношений [Текст] / Б.М. Ломов // Психологический журнал. – 1981. - Т.2. - №1. - С. 3-17.
27. Майерс, Д. Социальная психология [Текст] / Д. Майерс. – СПб.: Питер КОМ, 2008.
28. Марищук, В. Л. Оценка эмоциональной устойчивости (по внешним проявлениям) [Текст] / В.Л. Марищук // Практикум по инженерной психологии руда. – Л.: ЛГУ, 2003. - С. 130-137.
29. Мартете, В. К. Оценка адаптации человека – оператора [Текст] / В.К. Мартете, В.Ю. Щебланов, А.А. Талалаев // Психологический журнал. – 2007. - Т.1. - №4. - С. 121.-125.
30. Меерсон, Ф. З. Адаптация и стресс [Текст] / Ф.З. Меерсон. – М.: Просвещение, 2001.
31. Меерсон, Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф.З. Меерсон. – М.: Наука, 2001.
32. Налчаджян, А. А. Социально-психологическая адаптация личности «формы, механизмы и стратегии» [Текст] / А.А. Налчаджян, Э.А. Александрян. – Ереван, 2008.
33. Немчин, Т. А. Состояние нервно-психического напряжения [Текст] / Т.А. Немчин. – Л.: ЛГУ, 2003. – 163 с.
34. Налчаджян, А. А. Личность, психологической адаптации и творчества [Текст] / А.А. Налчаджян. – Ереван, 2003. – 98 с.
35. Психология [Текст] / Словарь под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – Л.: Политиздат, 1990. – 494 с.

36. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект [Текст] / М.В. Ромм. - Новосибирск: Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 2005. – 275 с.
37. Ромм, М. В. Социальная адаптация личности как объект философского анализа [Текст] / М.В. Ромм / Автореф. дис. д-ра философ. наук. – Томск, 2003.
38. Свенцицкий, А. Л. Понятие о производственной адаптации личности [Текст] / А.Л. Свенцицкий // Организационная психология. Хрестоматия. - СПб.: Питер, 2000.
39. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. – М.: Прогресс, 2009.