

ОСОБИСТІСНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ ЯК МЕХАНІЗМ АДАПТАЦІЇ ДО СОЦІАЛЬНИХ ЗМІН

В статті розглядається феномен самовизначення, визначається його зміст та місце серед інших соціально-психологічних феноменів, аналізується роль особистісного самовизначення в процесі адаптації до соціальних змін.

Ключові слова: адаптація до соціальних змін, самовизначення, соціальна позиція.

Постановка проблеми. Проблема соціально-психологічної адаптації в контексті соціальних змін перебуває в центрі уваги науковців. Дослідниками виявлено психологічні наслідки соціальних змін для особистості, з'ясовано ряд закономірностей взаємодії старого і нового досвіду під час суспільних трансформацій, описано та пояснено низку адаптаційних феноменів (О. Вітенберг, В. Гриценко, О. Донченко, О. Журавльов, О. Злобіна, З. Карпенко, А. Купрейченко, Н. Лебедева, Г. Ложкін, О. Луценко, О. Прихидько, А. Реан, Т. Стефаненко, Т. Титаренко, В. Тихонович, П. Фролов та ін.).

Принципово нові умови життя в країні кардинальним чином змінили зміст соціальної активності людей. Для вивчення поведінки особистості в мінливих, нестабільних умовах стає недостатнім традиційне розуміння адаптації як пристосування або пошуку рівноваги із середовищем. Сучасні дослідники прагнуть розширити зміст даного поняття. У концептуальних моделях багатьох авторів помітним є зростання уваги до ціннісно-смыслових структур особистості та групи, а також посилення ролі суб'єктних властивостей (автономності, активності, відповідальності, рефлексивності, тощо) та більшу значущість самодетермінації порівняно з впливом середовища. Багато робіт сучасних дослідників присвячені проблемі самовизначення [3; 5; 9; 11].

Поняття "самовизначення" розроблялось видатними вітчизняними психологами (К. Абульханова, Л. Божович, С. Рубінштейн та ін.). Предметом спеціального наукового аналізу виступали особистісне самовизначення (М. Гінзбург, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.), національне самовизначення (Д. Фельдштейн). Одним з найбільш широко представлених є напрямок дослідження професійного самовизначення (Є. Климов, М. Пряжников, С. Чистякова та ін.).

Проте вітчизняних досліджень проблеми самовизначення у контексті адаптації небагато, що зумовлює доцільність та перспективність її наукової розробки.

Метою даної статті є розгляд феномену самовизначення в контексті адаптації особистості до соціальних змін.

Теоретичний аналіз проблеми. Соціальна адаптація в сучасній психології розуміється як процес перетворення об'єктивних суспільних форм та умов життя і діяльності особистості в продуктивні індивідуальні, якісно своєрідні форми її організації; як один із способів взаємодії людини із оточуючим середовищем, який забезпечує їй можливості самозбереження та саморозвитку, відповідність вимогам реальності, а також реалізації власного життєвого шляху. В умовах соціальної нестабільності адаптація не лише забезпечує самозбереження, але й виступає потужним стимулом розвитку особистості, сприяє пошуку суб'єктом свого призначення та власного життєвого шляху (К. Абульханова, Л. Анциферова). В численних роботах адаптація та розвиток розглядаються як різні виміри безперервного процесу самоактуалізації (А. Реан, Я. Коломінський, С. Нартова-Бочавер та ін.) [10].

Проблема психологічної адаптації до мінливого середовища ґрунтовно розробляється в психології соціального пізнання. Представники даного підходу (Г. Андреева, Є. Білинська, Є. Дубовська, А. Журавльов, О. Карабанова та ін.) адаптацію розглядають як процес активного конструювання себе в соціальному світі, визначення персональної системи цінностей та ідентифікацій на протигагу традиційному розумінню адаптації особистості як пристосування до жорсткої соціальної структури [3]. Представники психології соціального пізнання вважають, що в ситуації соціальних змін єдиною умовою психологічного благополуччя людини є достатній ступінь розуміння нею того, що відбувається навколо, більш-менш адекватна його інтерпретація. Весь досвід життя закріплюється у вигляді систем значень, переконань та цінностей – саме вони регулюють уявлення про оточуючий світ та дії в ньому суб'єкта.

В умовах високої динаміки суспільних процесів загальне самопочуття людини залежить від особливостей системи ідей та переконань щодо повноцінності власного життя сформованої під впливом певних зразків, ідеалів та культурних традицій. Від того, наскільки адекватно людина сприймає свою соціальну позицію, свої якості та соціальні зв'язки, багато в чому залежить ефективність соціально-психологічної адаптації. Надзвичайно важливим аспектом соціальної адаптації виступає самокатегоризація індивіда, "тлумачення" себе в змінній соціальній ситуації. Тому особлива увага в психології соціального пізнання, приділяється проблемі соціальної ідентичності та соціальної ідентифікації людини.

На думку дослідників, повноцінного аналізу свідомості та поведінки особистості та групи в умовах соціальної невизначеності слід дотримуватись низки умов [5].

По-перше, особистість або група розглядається як індивідуальний чи груповий суб'єкт – активний, самостійний, відповідальний, здатний до саморегуляції та рефлексії.

По-друге, суб'єкт розглядається як такий, що динамічно розвивається та має уявлення про власні можливості, потенціали, основні етапи свого життя, а також цілі та потреби кожного етапу.

По-третє, враховуються ціннісно-сміслові складові активності суб'єкта [5].

Отже, людина, як суб'єкт адаптації до соціальних змін, є: а) особистістю з унікальним досвідом, життєвою історією та особистісними особливостями; б) представником певної групи людей (наприклад, професійної), які мають схожі поведінкові особливості та загальні проблеми; в) носієм специфічного культурного комплексу (норм, цінностей, ментальності); г) індивідуальністю, що переживає кризу (порушення особистісної цілісності та гармонії).

Для вивчення поведінки особистості в умовах змін, коли відсутні загальноприйняті зовнішні орієнтири, розуміння адаптації як процесу та результату пошуку рівноваги із середовищем, узгодження соціальних норм та входження в певні соціальні групи є недостатнім. Транзитивне суспільство не має зовнішніх по відношенню до суб'єкта, чітко окреслених загально визначених морально-ціннісних орієнтирів та соціальних норм поведінки. Процес соціально-психологічної адаптації і її характер визначається тим, як саме суб'єкт сприймає соціальне середовище і самого себе. Саме суб'єктивним властивостям належить вирішальна роль в адаптації до змін, тому предметом аналізу має бути внутрішній світ суб'єкта його цінності, ідеали, потреби, інтереси тощо. Досвід пережитої поведінки, яку індивід усвідомлює і яка містить ієрархію значущих ставлень та смислів, складає його суб'єктивний потенціал, який забезпечує внутрішню спонтанну активність самодетермінації, осмислену С. Рубінштейном, О. Брушлінським, В. Татенком та ін.

Відомо, що ситуація соціальних змін у свідомості суб'єкта адаптації відображується: по-перше, як ситуація невизначеності (недостатність, суперечливість або нечіткість інформації відносно того, що відбувається, наслідком якої є слабка прогнозованість подій та неможливість (об'єктивна або суб'єктивна) контролю з боку суб'єкта; по-друге, як культурна травма, оскільки дійсно глибокі зміни охоплюють ключові складові культури, сферу базових цінностей, правил, ідеалів, сприйняття та інтерпретацію соціальних явищ і мають глибоко особистісний характер.

Отже, сутність адаптації до соціальних змін, на нашу думку, полягає в знаходженні суб'єктом гідного, з його точки зору, місця в зміненому соціальному середовищі та гармонізації стосунків з ним, що створює умови для вільного розвитку його особистості [12].

Для її здійснення необхідним є перегляд життєвих принципів, цінностей та цілей, діяльності та поведінки в нових умовах, усвідомлення соціальної позиції, здібностей та можливостей, наслідком чого є відновлення здатності до ефективної взаємодії із соціальним середовищем та самореалізації в професійній праці. Всі вищеписані явища є умовами та психологічними ознаками самовизначення.

Самовизначення розуміється як встановлення людиною своїх власних особливостей, можливостей, здібностей, вибір критеріїв, норм оцінювання себе, власних цінностей, виходячи з вимог до самої себе та вимог соціуму, це активний процес та результат розуміння себе, свого місця в суспільстві та призначення в житті. Сутність самовизначення виявляється в актах ствердження особистісної позиції в проблемних ситуаціях, коли людина опиняється перед необхідністю альтернативного вибору і має приймати екзистенціальні або прагматичні рішення. Дослідниками підкреслюється ціннісно-смістова природа самовизначення, що відображається в активному ставленні людини до самої себе та оточуючої дійсності (К. Абульханова, Б. Ананьєв, Л. Анциферова, Л. Божович, О. Киричук, Т. Титаренко, Д. Фельдштейн).

В психологічному плані особистість, що самовизначилась – це суб'єкт, який усвідомив, чого він хоче (цілі, життєві плани, ідеали), що він може (свої можливості, схильності, обдарованість), яким він є (свої особистісні та фізичні властивості) та чого від нього хоче або очікує суспільство; суб'єкт, готовий функціонувати в системі суспільних стосунків.

Аналізуючи підходи А. Маслоу, І. Кона, П. Щедровицького, В. Франкла, К. Ясперса, можна зробити висновок, що саме смисл визначає сутність та об'єднує поняття самовизначення, самоздійснення й самореалізації. Самореалізація, на думку М. Пряжнікова, передбачає "збалансований та гармонійний розвиток різних аспектів особистості шляхом докладання адекватних зусиль, спрямованих на розкриття генетичних, індивідуальних та особистісних потенціалів" [9, с.52]. Такі ж процеси можуть характеризувати й самовизначення, особливо на деяких етапах життя. Проте самовизначення, яке визначається, одночасно, і як перетворення оточуючого світу, і як перетворення самої особистості, включаючи різні процеси, пов'язане не лише з розвитком особистості, але й, наприклад, з її самообмеженням. Натомість самореалізація досягається лише тоді, коли у людини наявний сильний спонукальний мотив особистісного зростання.

Низка взаємопов'язаних з самовизначенням понять була проаналізована Н. Харламенковою. Дослідниця стверджує, що саморозкриття, самовираження та самовизначення – процеси, за допомогою яких особистість пізнає себе: в саморозкритті – через ставлення до неї іншої людини, в самовираженні – через продукти взаємодії та діяльності, в самовизначенні – шляхом встановлення соціальної позиції [11]. Предметом саморозкриття є потреби та мотиви, предметом самовираження – досягнення, предметом самовизначення – соціальні ролі" [11, с. 18]. У низці робіт достатньо чітко розмежовуються вищезгадані та інші "самопроцеси" (Л. Коростильова, Г. Чернявська, Р. Berger, А. Gregg та ін.). Більшість з названих понять по відношенню до поняття "самовизначення" є такими що частково "перетинаються", але не взаємовичерпуються.

Аналогічна тенденція характерна для розуміння близького до самовизначення поняття адаптації.

Багато дослідників вказують на близькість понять "адаптація" та "самовизначення" (О. Зотова, И. Кряжева, Л. Ключникова) [6; 7]. Вони розуміють соціально-психологічну адаптацію як включеність

особистості у взаємодію з середовищем, що є процесом вирішення суперечності двох тенденцій – злиття особистості з соціумом, з одного боку, та її самовизначення, виокремлення власної індивідуальності, з іншого. Російська дослідниця О. Лазебна зазначає, що основне завдання процесу посттравматичної стресової адаптації полягає у "відновленні системи життєвих цінностей та особистісних смислів, відновленні зруйнованої при травматизації здатності адекватно оцінювати і контролювати ситуацію та ефективно взаємодіяти з оточуючим середовищем" [8, с. 83], що за змістом є близьким до змісту процесу самовизначення.

Такі форми самовизначення, як самоактуалізація, саморозвиток, самоздійснення є типовими у відносно стабільних умовах або в умовах із передбачуваною динамікою. У мінливому та нестабільному середовищі більш актуальним є таке неоднозначне з точки зору розвитку та реалізації особистості явище, як адаптація. В ряді випадків суб'єкт, самовизначаючись, може покинути несприятливе середовище, використовуючи стратегію уникнення. І, нарешті, в край несприятливих умовах, коли йдеться про виживання, самовизначення суб'єкта може набувати форми самозбереження та самозахисту.

Розкриваючи взаємоперетин понять "самовизначення" та "адаптація" А. Журавльов і А. Купрейченко припускають, що самовизначення може виступати частиною чи конкретною формою процесу адаптації. Підкреслюється, що процес адаптації, як і самовизначення, ґрунтується на системі цінностей, смислів та ідеалів особистості. Водночас між цими поняттями є відмінність. У всіх відомих визначеннях адаптації підкреслюється зміна суб'єкта або перебудова структури гомеостатичної саморегуляції у відповідності з вимогами середовища, тоді як особливість самовизначення полягає в тому, що зміна (перебудова) у відповідь на вплив середовища можлива лише у випадку, якщо сам суб'єкт бажає такої відповіді [5].

Дослідження К. Абульханової, Б. Ананьєва, Л. Анциферової, С. Рубінштейна, В. Татенка, Т. Титаренко, Е. Еріксона та інших відомих авторів, присвячені аналізу життєвого шляху і розвитку особистості протягом всього життя, суттєво збагатили розуміння сутності самовизначення. Б. Ананьєв, аналізуючи життєвий шлях, зазначав, що на кожній його стадії відбуваються зміни соціальних статусів і ролей, норм і правил поведінки, виникнення нових ціннісних орієнтацій, набуття людиною нових ідеалів, переосмислення суб'єктивних ставлень до світу тощо [2].

У підходах до тлумачення самовизначення найчастіше вживається термін "вибір" стосовно зовнішніх умов, професії, місця роботи, виду діяльності та занять, форм ділової активності тощо. Проте, крім вибору, особистість здатна до того ж корегувати та істотно перетворювати оточуюче, передусім, соціальне середовище, по суті, формувати свій соціально-психологічний простір, створювати нові види занять та діяльності, виробляти нові соціальні норми, еталони, стандарти та правила поведінки. Ці перетворення стосуються не лише зовнішніх умов, форм, видів діяльності спілкування чи поведінки, такого ж творчого переосмислення та перетворення може зазнати й сама людина.

Таке "перевизначення" раніше вважалось можливим лише в результаті життєдіяльності в екстремальних умовах або переживання потужного внутрішнього особистісного конфлікту, особистісної кризи тощо. В наш переломний, мінливий, кризовий історичний час найбільш ефективним стає особливий спосіб життя, який Л. Анциферова називає "продуктивним способом життя" [3]. На її думку, він ґрунтується на системі життєтворчих здібностей особистості: "здатності особистості розглядати життя та його події в різних системах координат; виявляти латентні можливості життєвих ситуацій; сприймати несподіваність, невизначеність, багатозначність обставин життя як стимул для свого розвитку тощо. До життєтворчих прагнень особистості відноситься також потреба в експериментуванні з суспільними нормами, настановами, ролями" [3, с. 35].

Отже, самовизначення, як перетворення самого себе, як основний критерій визначення вищого рівня суб'єктності людини і, водночас, умова успішності її самовизначення, на нашу думку, є безперервним процесом, що триває все життя. Перетворення людиною самої себе може мати різні цілі та способи на різних етапах її життя. Таке перетворення є одним з можливих шляхів адаптації до нових умов життєдіяльності. У більшості випадків метою такого перетворення є не стільки досягнення значних результатів у одному з обраних напрямків, сфер чи видів життєдіяльності, скільки усвідомлення найбільш значущих для суб'єкта життєвих смислів, принципів, цінностей, цілей та потреб.

Висновки. Аналіз суб'єкта з позиції його самовизначення є перспективним з точки зору розуміння та пояснення різноманітних проявів адаптивної поведінки людини в умовах соціальних змін.

Сутність особистісного самовизначення розуміється як пошук суб'єктом свого способу життєдіяльності на основі базових ставлень до світу, до інших та до самого себе, а також на основі власної системи життєвих цінностей та ідеалів, можливостей та здібностей, очікувань та домагань.

У кризові періоди життя, в динамічному мінливому соціальному середовищі, самовизначення суб'єкта здійснюється шляхом усвідомлення своєї соціальної позиції, відновлення або перегляду головних життєвих принципів, цілей та смислу життя, змін у професійній діяльності на основі співвіднесення власних прагнень, наявних здібностей і, можливостей та вимог, що ставлять перед ним оточуючі та суспільство внаслідок чого відбувається відновлення здатності до ефективної взаємодії із соціальним середовищем.

Використані джерела

1. Абульханова К.А. Психосоциальный и субъектный подходы к исследованию личности в условиях социальных изменений / К.А. Абульханова, М.И. Воловикова // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28, №5. – С. 5–14.

2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. – 338 с.
3. Андреева Г.М. Психология социального познания: Учеб. пособие для студентов вузов / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 303 с.
4. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 20, №1. – С. 6-19.
5. Журавлев А.Л. Структура и личностные детерминанты экономического самоопределения субъекта / А.Л. Журавлев, А.Л. Купрейченко // Психологический журнал. – 2008, Т. 29. – №2. – С. 5-15.
6. Ключникова Л.В. Взаимосвязь социально-психологической адаптации переселенцев и межгруппового восприятия в новых социальных условиях / Л.В. Ключникова // Современная психология: состояние и перспективы исследования: [материалы юбил. науч. конф. ИП РАН]. – М.: Ин-т психологии РАН, 2002. Ч.1. – С. 233-249.
7. Кряжева И.К. Социально-психологические факторы адаптированности личности: автореф. дис. на соиск. науч. степ. канд. психол. наук: спец. 19.00.05 "Социальная психология" / И.К. Кряжева. – М.: МГУ, 1980. – 21 с.
8. Лазебная Е.О. Посттравматическая стрессовая адаптация как системный процесс / Е.О. Лазебная // Современная психология: состояние и перспективы исследования. Часть 1. Общая психология, психология труда и инженерная психология: [материалы юбилейной научной конференции ИП РАН, 28-29 января 2002 г.] / Отв. ред. А.Б. Брушлинский, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2002. – С. 83-95.
9. Пряжников Н.С. Методы активации профессионального и личностного самоопределения / Н.С.Пряжников. – М., Воронеж: Изд-во НПО МОДЭК, 2002. – 400 с.
10. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашов, А.А. Баранов. – СПб.: Прайм – Еврознак, 2006. – 479 с.
11. Харламенкова Н.Е. Самоутверждение подростка / Н.Е. Харламенкова. – М.: Изд-во ИП РАН, 2004. – 296 с.
12. Ющенко І.М. Особливості адаптації вчителів загальноосвітніх навчальних закладів до соціальних змін: автореф. дис. на здоб. наук. ступен. канд. психол. наук: "Соціальна психологія; психологія соціальної роботи" 19.00.05. / Ірина Миколаївна Ющенко. – К., 2012. – 20 с.

Yuschenko I.M.

PERSONAL SELF-DETERMINATION AS A MECHANISM OF ADAPTATION TO SOCIAL CHANGE

The article considers the phenomenon of personal self-determination in the context of adaptation to social change. The contemporary theoretical approaches in the study of adaptation to social change are analyzed, particular attention is paid to ideas of social cognition psychology. The importance of individual's subjective activity and self-determination in comparison with adaptation external factors influence in an unstable social environment is emphasized. The role of person's subjective characteristics (autonomy, activity, responsibility, reflectivity, etc.) to adapt to social change is presented.

The essence of the self-determination is revealed, psychological characteristics of personality that has constituted oneself is shown. Different types and manifestations of personal self-definition are described, its value and semantic nature is presented.

The difference in the meaning and functions between self-determination and such interrelated concepts as self-disclosure, self-expression, self-realization, which are different forms and measures of self-identity is explained. Possible options of intersection adaptation and self-determination concepts are analyzed.

The role of self-determination as a means of restoring values and personal meanings destroyed as a result of deep social transformations and social uncertainty, the ability to adequately assess and control one's own live and to interact effectively with the social environment is presented.

Key words: *adaptation to social change, self-determination, personal position.*

Стаття надійшла до редакції 17.09.2013