

Высшее профессиональное образование

---

БАКАЛАВРИАТ

Л. В. САФОНОВА

# ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ

*Учебник  
для студентов учреждений  
высшего профессионального образования*



Москва  
Издательский центр «Академия»  
2012

УДК 364-78(075.8)  
ББК 88.4я73  
С217

Рецензенты:

доктор философских наук, профессор  
Уральского государственного педагогического университета *Л. А. Беляева*;  
доктор социологических наук, профессор, зав. кафедрой  
социальной работы Уральского федерального  
университета им. первого Президента России Б. Н. Ельцина *А. В. Старшинова*;  
директор Центра психологического консультирования  
и психотерапии «Психея» (г. Киров) *О. В. Зырянова*

### **Сафонова Л. В.**

С217 Психология социальной работы : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Л. В. Сафонова. — М. : Издательский центр «Академия», 2012. — 256 с. — (Сер. Бакалавриат).

ISBN 978-5-7695-9143-3

Учебник создан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки 040400 — Социальная работа (квалификация «бакалавр»).

В нем представлены психологические основы социальной работы; рассматриваются ее теоретические принципы и модели, характеризуется научно-методическое обеспечение; описываются методика и технология первичной психологической помощи человеку, находящемуся в трудной жизненной ситуации.

Для студентов учреждений высшего профессионального образования. Может быть полезен слушателям курсов повышения квалификации и профессиональной переподготовки, обучающимся по специальности «Социальная работа», психологам-консультантам, социальным работникам и государственным служащим, работающим в сфере оказания психологической и социальной помощи населению.

УДК 364-78(075.8)  
ББК 88.4я73

*Оригинал-макет данного издания является собственностью  
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым  
способом без согласия правообладателя запрещается*

© Сафонова Л. В., 2012  
© Образовательно-издательский центр «Академия», 2012  
© Оформление. Издательский центр «Академия», 2012  
ISBN 978-5-7695-9143-3

В России сложилась уникальная ситуация, когда научно-методические аспекты психологии социальной работы вырабатываются в процессе практики. До сих пор не утихают споры о том, какой специалист и какой квалификации требуется для оказания психологической помощи человеку в трудной жизненной ситуации.

Задача данного учебника — обозначить проблемное пространство, в котором читатель может ориентироваться самостоятельно.

Авторская позиция заявлена в содержании, в структуре учебника, она видна в оценке различных психологических учений, научных школ, моделей психосоциальной помощи, в опыте ведения групп и терапевтической практики автора, представленном в различных главах учебника. Однако стремления утвердить свое видение трудных проблем психосоциальной практики как единственно верного у автора нет.

Содержание учебника составили факты, понятия, теории, относящиеся к различным отраслям психологической науки. При структурировании психологического материала не было задачи следовать логике фундаментальной науки. Отбор, синтез и изложение психологических знаний строились с учетом опыта и рефлексией задач, которые предстоит решать специалистам по социальной работе в современном обществе, в своей профессиональной деятельности.

Выражаю искреннюю признательность за помощь и поддержку в работе над книгой моим коллегам, студентам и аспирантам.

Особую благодарность хочется выразить ученым — исследователям и практикам, чьи труды помогли в осознании теории психологии применительно к психологической практике социальной работы и в разработке учебника.

Ссылки на рекомендуемую литературу, помещенную в конце каждой главы, даны в квадратных скобках: первая цифра обозначает номер издания в списке, вторая — номер страницы (дана курсивом).

В учебнике приняты следующие условные обозначения:



— основные понятия



— контрольные вопросы и задания



— рекомендуемая литература

# РАЗДЕЛ I

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ

---

### Глава 1

## ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ, ДЕЗАДАПТАЦИИ И СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ



Адаптация — психическая, социальная, продуктивная социальная, адаптивность, дезадаптация, социализация, механизмы социализации, стратегии социальной адаптации.

### 1.1. Адаптация как феномен научного познания

*Адаптация* (от лат. *adaptare* — «приспосабливать») — в широком смысле приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Адаптация человека имеет два аспекта: биологический и психологический, формируется в процессе его эволюции и направлена на сохранение постоянства его внутренней среды (гомеостаза). Первое, что можно отметить, описывая феномен адаптации человека, это многообразие аспектов и свойств приспособления как состояния и приспособления как процесса.

*Биологический аспект* адаптации включает приспособление организма к устойчивым и изменяющимся условиям внешней среды: температуре, атмосферному давлению, влажности, освещенности и другим физическим условиям, а также к изменениям в организме: заболеванию, потере какого-либо органа или ограничению его функций.

*Психологический аспект* адаптации — приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами [5, 19].

Адаптация происходит всякий раз, когда в системе «организм — среда» возникают значимые изменения, и обеспечивает формирование нового гомеостатического состояния, которое позволяет дости-

гать максимальной эффективности физиологических функций и поведенческих реакций. Поскольку организм и среда находятся не в статическом, а в динамическом равновесии, их соотношения меняются постоянно, следовательно, процесс адаптации должен быть постоянным.

Решающую роль в процессе поддержания адекватных отношений в системе «индивид — среда», в ходе которого могут изменяться все параметры системы, играет психическая адаптация.

*Психическую* адаптацию можно определить как процесс установления оптимального соответствия личности требованиям окружающей среды в ходе деятельности, свойственной человеку. Обозначенное соответствие позволяет индивиду удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели, обеспечивая в то же время максимальное соответствие деятельности и поведения человека требованиям среды.

В психиатрии психическая адаптация определяется в двух аспектах: социальном — как приспособление психической деятельности человека к условиям социума и трудовом (профессиональная адаптация) — как приспособление человека к определенным формам трудовой деятельности (характеру труда и условиям производства), способствующее улучшению его трудоспособности. Адаптация — один из основных критериев разграничения нормы и патологии в психической деятельности человека.

Согласно Федеральному закону от 3 июля 1998 г. «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» социальная адаптация — это активное приспособление человека, находящегося в трудной жизненной ситуации, к принятым в обществе правилам и нормам поведения, а также преодоление последствий психологической или моральной травмы.

Изучение адаптационных процессов тесно связано с представлением об эмоциональном напряжении и стрессе. Адаптационный синдром, по Г. Селье, определяется как неспецифическая реакция защиты, вызываемая воздействием разнообразных внешних раздражителей, стрессоров. Это состояние организма рассматривается как попытка восстановить гомеостатическое равновесие [10, 19].

*Социальная* адаптация (англ. *social adaptation*) определяется как интегративный показатель состояния человека, отражающий его возможности выполнять определенные биопсихосоциальные функции, а именно:

- адекватно воспринимать окружающую действительность и собственный организм;
- выстраивать адекватную систему отношений и общения с окружающими; проявлять способность к труду, обучению, организации досуга и отдыха;
- изменять (адаптировать) поведение в соответствии с ролевыми ожиданиями других [9, 11].

Большинство отечественных психологов выделяют два уровня адаптированности личности: полная адаптированность и дезадаптация. А. Н. Жмыриков выделяет следующие критерии адаптивности личности:

- степень интеграции с макро- и микросредой;
- степень реализации внутриличностного потенциала;
- эмоциональное самочувствие.

В процессе социальной адаптации человек выступает как активный субъект, который приспосабливается к среде в соответствии со своими потребностями, интересами и стремлениями, активно занимается самоопределением.

М. Ан. Гулина и Ю. Л. Ковалева отмечают, что социальная адаптация подразумевает способы приспособления, регулирования, гармонизации взаимодействия индивида со средой.

Если человек не умеет приспособиться и гибко реагировать на изменения внешней среды, в том числе социальной, может произойти **дезадаптация** — нарушение приспособления организма к условиям существования. Деадаптация возникает вследствие кратковременных и сильных воздействий среды на человека или под влиянием менее интенсивных, но продолжительных воздействий. Она проявляется в различных нарушениях деятельности: снижении производительности труда и его качества, нарушениях трудовой дисциплины, повышении аварийности и травматизма.

Для практики психосоциальной помощи очень важно понимать, что человек, находящийся в трудной жизненной ситуации, должен не только приспособиться к изменившимся условиям жизнедеятельности, но и быть способным реализовать в этих условиях свои личные потребности, интересы, устремления. Естественно, что не каждому удастся сделать это самостоятельно, многие вследствие трудных переживаний теряют когнитивный контроль над происходящим. Входя в новое социальное окружение, человек не способен стать его полноправным членом, самоутвердиться, развить свою индивидуальность и самоопределиться.

## 1.2. Психологические подходы к теории социальной адаптации

Научные представления о социальной адаптации определяются с позиций различных психологических школ. Так, **психоаналитическое понимание** социальной адаптации опирается на концепцию З. Фрейда, объясняющего процесс адаптации с трех позиций: *Id, Ego, Superego* — и может быть дано в виде обобщенной формулы: *конфликт — тревога — защитные реакции*. При этом социальная среда рассматривается как изначально враждебная личности и ее стремле-

ниям, а социальная адаптация определяется как процесс установления гомеостатического равновесия между личностью и требованиями социума (среды). При этом З. Фрейд показал, что многое в поведении человека управляется отнюдь не сознанием.

Подсознание — *Id* — содержит инстинкты и энергию не только для себя, но и для других систем; не содержит информации об актуальном внешнем мире, только о себе самом; следует достижению удовольствия и избеганию боли; иррационально.

Сознание — *Ego* — получает энергию от подсознания, имеет дело с внешним миром; имеет информацию как снаружи, так и изнутри; стремится увидеть различия между фантазией и реальностью, для того чтобы удовлетворить потребности организма; должно координировать требования из подсознания, сверхсознания и внешнего мира; рационально.

Сверхсознание — *Superego* — представляет интериоризированные родительские ценности; отличает правильное поведение от неправильного, поощряет за первое и наказывает за второе; плохо отличает субъективное от объективного; подавляет инстинктивные проявления; иррационально.

В ситуации угрозы (реальной или воображаемой) развивается тревожность, которую остро испытывает *Ego*, поскольку сознание реагирует на образы (реальной или воображаемой угрозы) по настоящему. Игнорировать или справиться с угрозой невозможно самостоятельно, так как она слишком велика. Фрейд выделяет следующие ситуации, порождающие тревожность:

1) потеря желаемого объекта (например, ребенок, лишенный значимых отношений: с родителями, другом, любимым зверьком);

2) потеря любви (развод родителей и невозможность поддерживать отношения со значимым взрослым либо невозможность вновь завоевать любовь или одобрение кого-то, кто много для вас значит);

3) потеря личности (себя) — потеря «лица», публичное осмеяние;

4) потеря любви к себе (*Superego* порицает действия или черты характера, что порождает чувство вины или ненависть к себе).

Э. Эриксон развил идеи З. Фрейда, в его подходе появился позитивный выход из ситуации противоречия и эмоциональной нестабильности в направлении гармонического равновесия личности и среды: противоречие — тревога — защитные реакции индивида и среды — гармоническое равновесие или конфликт.

Адаптация индивида к изменившимся условиям жизнедеятельности описана в психосоциальной модели личности, данной Э. Эриксоном (табл. 1).

По психосоциальной модели личность вырастает в динамическом процессе упорядочивания и интегрирования опыта как результата разрешения социального конфликта, возникающего при взаимодей-

Таблица 1. **Жизненные кризисы психосоциального развития (по Э. Эриксону)**

| Возрастной период                          | Психосоциальная стадия  | Предмет конфликта развития   | Социальные условия  | Психосоциальный исход                |
|--|-------------------------|--|---|--------------------------------------|
| <b>Стадия 1</b><br>(от рождения до 1 года) | Орально-сенсорная       | Могу ли я доверять миру?   | Поддержка, удовлетворение основных потребностей, ответственность и безопасность / отсутствие поддержки, депривация, угроза безопасности, непоследовательность и непредсказуемость | Доверие / недоверие                  |
| <b>Стадия 2</b><br>(от 2 до 3 лет)         | Мышечно-анальная        | Могу ли я управлять собственным поведением?  | Разумная дозволенность, поддержка / гиперопека, отсутствие поддержки и доверия  | Автономия / стыд и сомнение          |
| <b>Стадия 3</b><br>(от 4 до 5 лет)         | Локомоторно-генитальная | Могу ли я стать независимым от родителей и исследовать границы своих возможностей? | Поощрение активности, наличие возможностей / отсутствие возможностей, неодобрение активности, критика и наказания   | Инициатива / чувство вины            |
| <b>Стадия 4</b><br>(от 6 до 11 лет)        | Латентная               | Могу ли я стать настолько умелым, чтобы выжить и приспособиться к миру?            | Систематическое обучение и воспитание, наличие хороших примеров для подражания / плохое обучение, отсутствие руководства, поддержки и негативное оценивание себя                  | Трудолюбие / чувство неполноценности |



|  |                            |  |   |  |
|--|----------------------------|--|---|--|
| <p><b>Стадия 5</b><br/>(от 12 до 18 лет)</p>   | <p>Отрочество и юность</p> | <p>Кто я? Каковы мои убеждения, взгляды и позиции?</p>   | <p>Внутренняя устойчивость и преemptивность, наличие четко определенных половых моделей для подражания, положительная обратная связь / неясность цели, нечеткая обратная связь, неопределенные ожидания</p> | <p>Идентичность / смешение ролей</p>       |
| <p><b>Стадия 6</b><br/>(ранняя взрослость)</p> | <p>Молодость</p>           | <p>Могу ли я полностью отдать себя другому человеку?</p> | <p>Душевная теплота, понимание, доверие. Успешное разрешение предыдущих конфликтов / боязнь потерять собственную идентичность, одиночество, остракизм</p>   | <p>Близость / изоляция</p>                 |
| <p><b>Стадия 7</b><br/>(взрослость)</p>        | <p>Взрослость</p>          | <p>Что я могу предложить будущим поколениям?</p>         | <p>Целеустремленность, продуктивность/ обеднение личной жизни, регрессия, чрезмерная поглощенность собой</p>  | <p>Генеративность / стагнация (застой)</p> |
| <p><b>Стадия 8</b><br/>(зрелость)</p>          | <p>Зрелость</p>            | <p>Доволен ли я прожитой жизнью?</p>                     | <p>Чувство завершенности жизненного пути, осуществления планов и целей, полнота и целостности / отсутствие завершенности, неудовлетворенность прожитой жизнью</p>   | <p>Целостность <i>Ego</i> / отчаяние</p>   |

ствиях в узловых точках развития, и приобретения идентичности своего «Я». Итак, согласно концепции Э. Эриксона жизненный цикл человека включает восемь стадий, каждая из которых сопровождается конфликтами.

Немецкий психоаналитик Г. Гартман отмечал, что не всякая адаптация к среде, не всякий процесс научения и созревания конфликтны, он ввел термин «свободная от конфликта сфера “Я”» для обозначения совокупности функций, которая в определенный момент оказывает воздействие на сферу психических конфликтов.

Психоаналитики выделяют две разновидности социальной адаптации:

1) *аллопластическую* адаптацию, которая происходит за счет изменений во внешнем мире, совершаемых человеком для приведения его в соответствие со своими потребностями;

2) *аутопластическую* адаптацию, обусловленную изменениями личности (ее структуры, умений и навыков и т. п.), помогающими приспособляться к среде.

Современные психоаналитики выделяют еще одну разновидность адаптации — поиск индивидом благоприятной для него среды.

Более широкое распространение в зарубежной психологии получило **бихевиористское направление**. Его основатель Дж. Уотсон рассматривал поведение как сумму приспособительных реакций по образцу условного рефлекса. Под поведением понимались ответные двигательные акты организма на раздражения, идущие из внешней среды. Внешние раздражители, простые или сложные ситуации — это *стимулы (S)*; ответные движения — *реакции (R)*. Поведение — это всякая реакция в ответ на внешний стимул, посредством которой происходит приспособление (адаптация) индивида к окружающему миру. Поэтому все поведение человека может быть описано формулой *стимул → реакция (S → R)*. Задача процесса адаптации — установить однозначные отношения между стимулами и реакциями, что позволит заранее предсказать поведение человека, контролировать его, управлять им, особенно при отклоняющемся (девиантном) от социальных норм поведении.

С позиций бихевиористского подхода адаптация определяется как состояние и как процесс. Адаптация как состояние означает, что потребности индивида, с одной стороны, и требования среды, с другой — полностью удовлетворены, что способствует достижению состояния гармонии между индивидом и природой или индивидом и социумом. Адаптация как процесс предполагает определенные изменения (физические, организационные, социально-экономические) в поведении и социальных отношениях, которые способствуют гармонизации состояния. Цель изменений — улучшение способности выживания группы или индивидов. Б.Скиннер, имея в виду опыт приятных и неприятных последствий, предположил, что опыт последствий будет управлять субъектом.

С позиций бихевиоризма акцент в трактовке адаптации делается на биологических механизмах модификации поведения человека в изменяющихся условиях жизни:

- на признании адаптивного характера модификации поведения через научение (обучение, заучивание) для приобретения адаптивных механизмов личности;
- использовании термина «социальная адаптация» для обозначения процесса, посредством которого индивид или группа достигают социального равновесия, что можно констатировать как отсутствие переживания конфликта со средой.

Концепцию **когнитивного диссонанса** (**когнитивное направление**) в психологии можно представить формулой *конфликт — угроза — реакция приспособления*. Процесс адаптации понимается как информационное взаимодействие личности со средой, при котором личность сталкивается с информацией, которая противоречит имеющимся у нее установкам и воспринимается как угроза, переживаемая в виде состояния дискомфорта. Когнитивный диссонанс стимулирует и побуждает личность в поиске возможностей снять или уменьшить состояние дискомфорта. Это достигается при помощи следующих способов: попытаться опровергнуть поступившую информацию, изменить собственные установки, найти дополнительную информацию с целью установления согласованности между прежними представлениями и противоречащей им информацией.

**Гуманистическое направление** не принимает гомеостатическую модель адаптации и определяет социальную адаптацию как оптимальное взаимодействие личности и среды. Равновесие, укорененность в среде уменьшают стремление к самоактуализации, тогда как в основе гуманистической концепции лежит понятие здоровой, самоактуализирующейся личности, которая стремится к достижению своих жизненных целей, развивая и используя свой творческий потенциал.

Основным критерием адаптированности является степень интеграции личности и среды. Цель адаптации — достижение позитивного духовного здоровья и соответствие ценностей личности ценностям социума. Поэтому процесс адаптации можно представить в виде формулы *конфликт — фрустрация — акт приспособления*.

А. Маслоу выделял конструктивные и неконструктивные **поведенческие реакции**. **Конструктивные** реакции соответствуют ряду критериев: согласованность с требованиями социальной среды, направленность на решение определенных проблем, однозначная мотивация и четкая представленность цели, осознанность поведения, наличие в проявлении реакций определенных изменений внутриличностного характера и межличностного взаимодействия.

**Неконструктивные** реакции не осознаются и направлены лишь на устранение из сознания неприятных переживаний, не решая при этом самих проблем. Признаки неконструктивных реакций: агрес-

сия, регрессия, фиксация. А. Маслоу считал, что при определенных условиях, например дефиците времени и информации, неконструктивные реакции играют роль действенного механизма самопомощи и свойственны всем здоровым людям.

**Интеракционистская концепция** адаптации дает определение эффективной адаптации, при достижении которой личность удовлетворяет минимальным требованиям и ожиданиям общества. Считается, что если человек способен гибко и эффективно действовать при встрече с новыми и потенциально опасными условиями, придавать событиям желательное для себя направление, осуществлять свои цели и устремления, то он является активным субъектом адаптационного процесса, значит он адаптивен.

Таким образом, **адаптивная личность** — это личность, которая может оптимально для себя приспособиться к условиям функционирования в изменяющейся среде и дальнейшему психическому, личностному и социальному развитию.

Анализ научных исследований показал, что критериями адаптивной личности являются:

- способность контролировать события, понимать причины стресса, осознавать действия, которые необходимо предпринять;
- способность мобилизовать новые ресурсы, внешние и внутренние источники помощи;
- гибкость в решении проблем;
- низкий уровень тревожности;
- проявления индивидуальной эмоциональной, интеллектуальной и когнитивной организации жизни;
- баланс напряженности/расслабленности.

С 1980-хх г. учеными и практиками были разработаны и апробированы различные программы социальной адаптации и психолого-педагогической помощи детям, подросткам и семьям с асоциальным поведением, основанные на теории социальной компетенции В. Слота [4, 4].

*Социальная компетенция* рассматривается В. Слотом как состояние равновесия, поэтому можно говорить о наличии компетенции, если индивид обладает навыками, достаточными для реализации задач, стоящих перед ним в повседневной жизни. Компетенция может пониматься как эффективная модель действия. Ее эффективность рассматривается с точки зрения развития, факторов окружения и культурного контекста. Если возрастные задачи слишком сложны или их приходится слишком много на один момент времени, равновесие может быть нарушено: тогда человек функционирует некомпетентно. То же происходит, если он обладает недостаточным количеством навыков и умений [4, 9— 11].

Компетенция представляется как равновесие между возрастными задачами и наличием необходимых навыков (ожидаемых социумом).

Факторы, положительно влияющие на это равновесие, — гибкость и защитные свойства, а факторы, негативно влияющие и нарушающие равновесие, — стрессовые ситуации и поведенческие отклонения.

Происходит взаимное влияние компетенции, стрессовых ситуаций, поведенческих отклонений, защитных факторов и гибкости. Недостаток компетенции в выполнении определенной возрастной задачи может привести к стрессу или отклонению, которые, в свою очередь, в более поздние возрастные периоды жизни могут сказаться на выполнении возрастных задач.

То же можно сказать о факторах, влияющих на компетенцию. Если человек рано начинает функционировать компетентно, то он обретает большую уверенность в себе или проявляет более широкий интерес к окружающему миру. У него формируется гибкость как фактор, который может облегчить выполнение задач в более позднем возрасте. Уверенность в себе и широкие интересы могут сделать его более привлекательным для окружающих, вследствие чего скорее могут быть мобилизованы защитные факторы.

Одна из теорий, на которой базируются многие европейские и западные реабилитационные и профилактические программы, — *теория социального научения* А. Бандуры [3, 373—405]. Согласно этой теории личность человека изменяется под воздействием требований социальной среды, в результате чего происходит обучение определенным формам поведения.

По мнению А. Бандуры, поведение человека — результат воздействий, которые оказывает на него социальная среда. Человек накапливает поведенческий опыт реагирования на требования среды: он меняет стиль своего поведения таким образом, чтобы проблемы взаимодействия с окружающей социальной действительностью были менее травматичными, а само поведение — более эффективным. В детстве этот процесс происходит преимущественно неосознанно, по мере взросления человек действует более сознательно и целенаправленно.

В связи с этим А. Бандура предлагает осевое, наиболее важное, по его мнению, понятие — *самоэффективность*. Это понятие комплексное, оно характеризует степень осознания человеком эффективности своего поведения, умение управлять поведением и контролировать его для достижения определенных жизненных целей.

Развитие самоэффективности является одной из основных превентивных целей. В представленных программах не только достигается самоэффективность, но и измеряется ее уровень, повышение которого является одним из критериев эффективности профилактической программы в целом.

Существенное влияние на разработку современных профилактических программ оказала также *транзактная теория стресса и копинга* Р. Лазаруса. По мнению Р. Лазаруса, развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации личности, определяется меха-

низмами преодоления стресса. Поведение рассматривается как результат взаимодействия человека и окружающей среды. Р.Лазарус вводит понятие «копинг» (*coping*), обозначающее преодоление стресса, совладание с ним [8, 52—67].

Обобщая вышесказанное, можно констатировать: независимо от различий в представлениях об адаптации в различных концепциях психологических школ можно отметить, что личность выступает в ходе адаптации как активный субъект этого процесса.

### 1.3. Деадаптация личности

Важным для понимания факторов социальной адаптации является анализ понятия «социальная деадаптация». Деадаптация может возникнуть вследствие кратковременных и сильных воздействий среды на человека или под влиянием менее интенсивных, но продолжительных ее воздействий. Деадаптация проявляется в различных нарушениях деятельности: снижении производительности труда и его качества, нарушениях дисциплины труда, повышении аварийности и травматизме.

**Деадаптация** — это нарушение приспособления организма к условиям существования. Это процесс и результат отсутствия у индивида умения приспособливаться и гибко реагировать на изменения внешней среды, в том числе социальной. Нарушения проявляются в ригидности, социальной «тупости», социальной дезинтеграции и изолированности личности.

Критериями психофизиологической адаптации считаются состояние здоровья, настроение, тревожность, степень утомляемости, активность поведения. В зависимости от жизненной сферы выделяют следующие виды социальной деадаптации.

*Физическая* деадаптация связана с врожденными или приобретенными физическими особенностями индивида, снижающими трудоспособность, затрудняющими передвижение в пространстве, самообслуживание и др.

*Психологическая* деадаптация понимается как нарушение в психоэмоциональной сфере человека, сопровождающееся искаженной оценкой ситуации, рассогласованием целей, средств и результата предпринимаемой деятельности, утратой самоконтроля, неадекватным поведением.

*Экономическая* деадаптация выражается в неспособности человека или группы, например семьи, удовлетворить свои потребности в жизнеобеспечении пищей, жильем, одеждой в актуально существующих экономических условиях. Иными словами, экономическая деадаптация — это бедность, низкий уровень жизни.

*Профессиональная* деадаптация проявляется в различных нарушениях профессиональной деятельности человека, например: отсут-

ствии работы, несоответствие между уровнем подготовки и выполняемой деятельностью, хроническая неудовлетворенность работой, вредное воздействие профессиональной деятельности, отсутствие на рабочем месте необходимых условий.

*Социально-бытовая* дезадаптация выражается в том, что условия быта не отвечают потребностям человека. Например, в результате военного конфликта человек приобретает статус беженца, попадая в лагерь беженцев, оказывается совершенно неприспособленным к полевым условиям жизнедеятельности.

*Правовая* дезадаптация выражается в неопределенности или утрате правового статуса в обществе. В этом случае человек не может реализовать свои права и не получает гарантированных государством социальных благ. Например, лица без определенного места жительства (бомж), утратившие документы и жилье, теряют статус гражданина, избирателя, инвалида, пенсионера.

*Ситуационно-ролевая* дезадаптация предполагает такое состояние личности или группы, которое не позволяет ей успешно справиться с определенной социальной ролью, необходимой в складывающейся ситуации.

О ситуационно-ролевой дезадаптации свидетельствуют:

- неприятие социальной роли, т. е. внутреннее несогласие с ней, нежелание ее выполнять;
- противоречие выполнения данной роли существующим ожиданиям, выраженным в нормах и ценностях конкретной социальной группы, общества в целом;
- острые межролевые противоречия, к которым приводит выполнение социальной роли.

Например, вследствие утраты работы человек приобретает непривычный для себя статус безработного, при этом он теряет и определенный уровень финансового обеспечения, а привычка покупать дорогие продукты, одежду и обувь остается. Рано или поздно это противоречие порождает конфликт между потребностями и невозможностью их удовлетворения и, как следствие, приводит к фрустрации. Одна безработная женщина (37 лет), имеющая 15-летний стаж работы в госучреждении, была сокращена вследствие обновления аппарата власти в администрации города в связи с избранием нового мэра. Она не могла осуществлять роль домохозяйки и описывала свое состояние так: «...мне страшно выходить из дома, я не могу сходить в магазин, особенно днем, мне кажется, что все кругом смотрят на меня и осуждают, что я не на работе, что я покупаю дешевые продукты и т. д.».

*Социокультурная* дезадаптация характеризуется неспособностью или неготовностью, а также нежеланием субъекта социализации усвоить необходимый объем знаний, ценностей, социальных и культурных норм, принятых в обществе. Например, женщина, воспользовавшись услугами Интернета, выходит замуж за иностранца, попадая



в новую для себя социокультурную ситуацию. Слабое знание или вообще незнание языка, незнание законов, традиций и норм построения взаимоотношений в данной стране зачастую приводят к социальной изоляции и депривации, порождают ущербность моральных установок, смысложизненных ориентаций, приводят к социокультурной дезадаптации, девиантному поведению и другим социальным отклонениям.

По продолжительности дезадаптации можно разделить на временные и устойчивые. Если человек оказывается в проблемной ситуации и должен адаптироваться (он имеет соответствующую мотивацию, и социальная среда ждет от него исполнения определенных действий), это означает, что он находится в состоянии *временной* дезадаптации. Временная дезадаптация характерна, например, для людей, которые оказались в новых учебных заведениях или производственных группах, где их роли и взаимоотношения с другими членами еще не определились, поскольку находятся в процессе становления. Процесс адаптации как система действий, постепенно развертывающихся во времени и в пространстве, может привести к ликвидации временной дезадаптированности. Однако предпринимаемые человеком действия могут и не дать желательных результатов, затягивая состояние дезадаптации, которое постепенно перейдет в *устойчивую* форму.

По своей природе дезадаптации могут быть обусловлены индивидуальными особенностями человека, социальными условиями или природными явлениями.

Дезадаптация как понятие имеет свою специфику. Отклоняющееся поведение является результатом неблагоприятного психосоциального развития и нарушений процесса социализации, что выражается в различных формах дезадаптации: зависимость (аддиктивном) от химических веществ в поведении, в том числе от алкоголя, табака, наркотических трав, лекарственных препаратов, деликвентном и суицидальном поведении, проституции и т. п.

Дезадаптация — психическое состояние, возникающее в результате несоответствия психосоциального или психофизиологического статуса человека требованиям изменившейся, возможно критической социальной ситуации. В зависимости от природы и характера выделяют патогенную, психосоциальную и социальную дезадаптации, которые могут быть представлены как отдельно, так и в сложном сочетании.

*Патогенная* дезадаптация вызвана отклонениями психического развития и нервно-психическими заболеваниями, в основе которых лежат функционально-органические поражения центральной нервной системы. Патогенная дезадаптация по степени и глубине своего проявления может носить устойчивый, хронический характер (психозы, психопатии, органические поражения головного мозга, отставание в умственном развитии, дефекты анализаторов и т. д.). Проявляется она чаще всего в форме психогенной дезадаптации (фобии,



тики, навязчивые дурные привычки, энурез и т.д.), причины которой кроются в неблагоприятной социальной или семейной ситуации.

Среди форм патогенной дезадаптации выделяются проблемы социальной адаптации умственно отсталых людей. У олигофренов отсутствует фатальная предрасположенность к преступлениям. При методах социализации, адекватных их психическому развитию, они в состоянии осваивать определенные социальные программы, получить несколько профессий, трудиться в меру своих возможностей и быть полезными членами общества. Вместе с тем умственная неполноценность этих людей, безусловно, затрудняет их социальную адаптацию и требует специальных социально-психологических условий и коррекционно-развивающих программ.

*Психосоциальная* дезадаптация — определяется половозрастными и индивидуально-психологическими особенностями индивида, которые проявляются в определенной нестандартности поведения в ситуациях социального взаимодействия, требуют индивидуального подхода в работе с ними, а в отдельных случаях — специальных коррекционных программ, например: психосоциальная дезадаптация вследствие насилия, психической травмы, тяжелого стресса и т.д. По своей природе и характеру различные формы психосоциальной дезадаптации делятся на устойчивые и временные неустойчивые формы.

Устойчивые формы психосоциальной дезадаптации могут возникнуть за счет таких индивидуально-психологических особенностей, как акцентуация характера, снижение порога эмпатийности, индифферентность интересов, низкая познавательная активность, неадекватная самооценка, нарушение эмоционально-волевой и эмоционально-коммуникативной сферы, т.е. импульсивность, расторможенность, безволие, податливость чужому влиянию, аддиктивность.

К временным неустойчивым формам психосоциальной дезадаптации можно отнести психофизиологические особенности кризисных периодов развития: неравномерное психическое развитие, состояния, вызванные психотравмирующими обстоятельствами, такие, как утрата значимых отношений, трудоспособности или здоровья, влюбленность, развод, потеря близких, и т.д.

*Социальная* дезадаптация проявляется в нарушении норм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, референтных и ценностных ориентаций, социальных установок.

Например, молодой человек, прошедший военную службу в одной из «горячих точек», привыкший жить по законам военного времени, усвоивший кодекс чести военного, демобилизовавшись из армии, испытывает серьезные трудности в адаптации к условиям мирного существования. Он хорошо усвоил роль «воина», «защитника», но ему не знакомы социальные роли «труженика», «семьянина», ему

трудно найти свое место в системе межличностных отношений, в обществе. Он затрудняется отстаивать свою точку зрения без давления и напора, в любом незнакомом человеке видит потенциальную угрозу и врага. Пережить все это настолько трудно, что он нуждается в измененном сознании, как на войне, ему нужны фронтовые 100 грамм, и тогда, все знакомо, он знает, как действовать. Защищая свою честь и достоинство, он чаще всего бессознательно совершает противоправные поступки (при помощи кулаков и грубой силы) и, как следствие, несет за это административное, а иногда и уголовное наказание.

При социальной запущенности наряду с асоциальным поведением резко деформируется система ценностно-нормативных представлений, ценностных ориентаций, социальных установок, формируются негативное отношение к труду, стремление к нетрудовым доходам и «красивой жизни» за счет сомнительных и незаконных средств к существованию, происходит приобщение к бродяжничеству, наркомании, алкоголизму, правонарушениям. Социальная дезадаптация характеризуется не только разрывом социальных связей человека, но и нарушениями важнейших видов деятельности: учебной, трудовой, социальной, бытовой. С позиций социализации человек выступает в трех ипостасях — объекта, субъекта, а иногда и жертвы как в стихийной, так и в направляемой, социально-контролируемой социализации. Поэтому в широком смысле слова социальная дезадаптация является одновременно и объектом, и предметом психосоциальной работы.

## 1.4. Социально-психологическая адаптация как механизм социализации личности

Социальную адаптацию следует рассматривать как механизм социализации личности. Приспособление человека в социуме (социальная адаптация) — процесс и результат встречной активности субъекта и социальной среды (Ж. Пиаже, Р. Мертон). Адаптация предполагает согласование требований и ожиданий социальной среды по отношению к человеку с его установками и социальным поведением, согласование самооценок и притязаний с его возможностями и реалиями социальной среды.

Таким образом, **адаптация** — это процесс и результат становления индивида социальным существом.

Обособление — процесс автономизации человека в обществе. Результат этого процесса — потребность иметь собственные взгляды и наличие таковых (ценностная автономия), потребность иметь собственные привязанности и оценки (эмоциональная автономия), по-

требность самостоятельно решать вопросы, касающиеся лично человека, способность противостоять тем жизненным ситуациям, которые мешают его самоизменению, самоопределению, самоутверждению (поведенческая автономия).

Следовательно, **автономия** — процесс и результат становления человеческой индивидуальности.

Резюмируя, можно сказать, что в процессе социализации заложен внутренний, до конца не разрешимый конфликт между мерой приспособления и степенью обособления человека в обществе. Другими словами, эффективная социализация предполагает определенный баланс, равновесие адаптации и автономии субъекта.

Способность самостоятельно достигать относительного равновесия в отношениях с самим собой и окружающими людьми как в благоприятных, так и в неблагоприятных жизненных ситуациях, определяется как **адаптивность**.

Формирование адаптивности — главного жизненного качества — должно быть основной целью и результатом психосоциальной работы.

Адаптивность предполагает принятие жизни и себя как ее части во всех проявлениях: относительной автономности, готовности и способности изменяться во времени и изменять условия жизни, быть автором и творцом собственной жизнедеятельности.

Каждый человек независимо от возраста является объектом социализации. Об этом свидетельствует то, что содержание процесса социализации определяется заинтересованностью общества в том, чтобы человек успешно овладел социальными ролями:

- мужчины или женщины (полоролевая социализация);
- семьянина, т.е. был бы способен к созданию прочной семьи (семейная социализация);
- труженика, т.е. мог и хотел бы компетентно участвовать в социальной и экономической жизни общества (профессиональная социализация);
- гражданина, т.е. был бы законопослушным гражданином общества (политическая социализация).

Следует иметь в виду, что требования к человеку в том или ином случае предъявляют не только общество в целом, но и конкретные группы и организации, в которые включен индивид. Содержание требований социума зависит от возраста и социального статуса человека. Сущность социализации состоит в сочетании адаптации и обособления человека в условиях конкретной социально-культурной ситуации.

Важнейшую роль в социализации играют агенты социализации — люди, в непосредственном взаимодействии с которыми находится объект социализации и роль которых различается в зависимости от того, насколько они значимы для объекта. На разных возрастных этапах состав агентов специфичен. Так, по отношению к детям

и подросткам таковыми могут быть тренер, педагог, сверстники, родители, старшие братья и сестры, родственники; для молодого человека 25 — 30 лет значимым человеком может стать коллега, в котором он видит опытного и зрелого профессионала, того, кому хочется подражать, опыт профессиональной и жизненной зрелости которого хочется перенять.

Каждое общество, каждая социальная группа вырабатывают в своей истории набор позитивных и негативных формальных и неформальных санкций — способов внушения и убеждения, предписаний и запретов, мер принуждения и давления вплоть до применения физического насилия, способов выражения признания, отличия, наград. С помощью этих способов и мер поведение человека приводится в соответствие с принятыми в данной культуре ценностями, нормами, образцами.

Социализация протекает во взаимодействии человека с огромным количеством разнообразных условий, более или менее активно влияющих на его развитие. Эти действующие на человека условия принято называть факторами. Фактически не все они даже выявлены, а известные не все изучены достаточно. В современной науке более или менее изученные факторы выделяют в четыре группы:

1) мегафакторы, безусловно влияющие на социализацию всех жителей Земли.

Например, необдуманное вторжение человека в мир природы (осушение болот, «выкачивание» из недр земли ископаемых, повороты рек вспять и многое другое) приводит подчас к непредсказуемым экологическим катастрофам: наводнениям, ураганам, засухам, что порождает социальную напряженность в бедствующих регионах;

2) макрофакторы — страна, этнос, общество, государство, которые влияют на социализацию населения, живущего в определенных странах (это влияние опосредовано двумя другими группами факторов). К ним относят: идеологию, религию, нормы и ценности общества, населяемого страну, его культуру и традиции, образ жизни и установки;

3) мезофакторы, включающие в себя условия социализации больших групп людей. Как правило, большие группы населения различают по местности (региону, области, городу, селу, поселку, деревне) и типу поселения или по принадлежности:

- к аудитории сетей массовой коммуникации — Интернету, радио, телевидению;
- к конкретной субкультуре — подростковой, студенческой, клубной, профессиональной. Обычно это представители сообщества людей, обладающего своей специфической профессиональной культурой: военные, спасатели, художники, дизайнеры, физики, врачи, психологи, юристы и т. п.;
- к какому-то сообществу по интересам — садоводы, рыбаки, игроки и т. п.;

- к определенному социальному статусу — дошкольник, школьник, студент, трудящийся, служащий, интеллигент, пенсионер, бизнесмен, инвалид, бомж и т. п.

Мезофакторы влияют на социализацию как прямо, так и опосредованно, через микрофакторы;

4) микрофакторы — условия, непосредственно влияющие на людей: семья и домашний очаг, соседство, различные сообщества, в том числе школьные, спортивные, театральные и другие, разные общественные, государственные, религиозные и частные организации, которые принято называть микросоциумом.

Наибольшее значение для социализации личности имеет микросоциум, или социальная среда, которая непосредственно влияет на включение человека в социум и интеграцию его в обществе. В целом процесс социализации условно можно представить как совокупность четырех составляющих:

1) стихийной социализации человека во взаимодействии и под влиянием объективных обстоятельств жизни общества, содержание, характер и результаты которой определяются социально-экономическими и социокультурными реалиями;

2) относительно направляемой социализации, когда государство предпринимает определенные экономические, законодательные, организационные меры для решения своих задач, которые объективно влияют на изменение возможностей и характера развития, жизненный путь тех или иных возрастных групп (определяя обязательный минимум образования, возраст его начала, сроки службы в армии и т. д.);

3) относительно социально-контролируемой социализации (социальной политики, воспитания) — планомерного создания обществом и государством правовых, организационных, материальных и духовных условий для развития человека;

4) сознательного самоизменения человека, имеющего просоциальный, асоциальный или антисоциальный вектор (самоопределения, самосовершенствования, саморазрушения) в соответствии с индивидуальными ресурсами или вопреки объективным условиям жизни.

В науке выделяют три группы задач, решаемых человеком на каждом возрастном этапе, или этапе социализации. К ним относят естественно-культурные, социально-культурные и социально-психологические задачи.

*Естественно-культурные задачи* — это достижение определенного уровня физического и полоролевого развития. На каждом возрастном этапе человеку необходимо:

1) достичь определенной степени познания своего тела, свойственного той культуре, в которой он живет; усвоить элементы этикета, символики, кинестетического языка, связанные с телом и полоролевым поведением;

- 2) развить и реализовать физические и полоролевые задатки;
- 3) вести здоровый образ жизни, адекватный полу и возрасту (соблюдать гигиену, режим, в том числе питания, знать способы сохранения здоровья и оздоровления организма, физического саморазвития, управления своим психофизическим состоянием);
- 4) перестраивать свое отношение к жизни и стиль жизни в соответствии с полоролевыми и индивидуальными особенностями.

*Социально-культурные задачи* социализации относят к познавательным, морально-нравственным, ценностно-смысловым аспектам личностного развития, поэтому они специфичны для каждого возрастного этапа и конкретного социума в определенный период исторического развития.

В соответствии с возрастными возможностями от человека ждут приобщения к культуре, определенного уровня кругозора, степени функциональной грамотности, сформированной структуры ценностей.

*Социально-психологические задачи* нацелены на становление самосознания личности, ее самоопределение в сегодняшнем дне и в перспективе, потребности в самореализации и самоутверждении.

Решение задач названных групп является объективной необходимостью для социализации и развития человека. Если какая-либо группа задач или существующие задачи какой-либо группы остаются нерешенными на том или ином возрастном этапе, это делает социализацию человека неполной. Возможен и такой случай, когда какая-то из задач, не решенная в определенном возрасте, внешне не влияет на успешность социализации человека, но через некоторый период времени, иногда довольно значительный, всплывает, что приводит к немотивированным поступкам и решениям, к дефектам социализации, нарушениям социальной адаптации. Социализация человека всегда протекает в определенных условиях, человек сам влияет на создание этих условий и может стать не только субъектом или объектом социализации, но и жертвой тех или иных обстоятельств или условий.

## **1.5. Стратегии социальной адаптации**

Изучение стратегий социальной адаптации и их роли в общественном развитии занимает одно из важнейших мест в отечественной и зарубежной психологии.

Круг проблем адаптации требует обоснования с позиции системного подхода и достаточно полно представлен в исследованиях К. А. Абульхановой-Славской, И. С. Кона, В. П. Кузьмина, В. А. Маркова, А. А. Налчаджяна и др.

Одним из неперемennых условий стабильного устойчивого развития любого государства является успешная социальная адаптация

населения. Под успешной социальной адаптацией понимается выработка достаточно большим числом людей эффективных стратегий социального поведения, обеспечивающая непрерывность воспроизводства социальной жизни.

В изменившихся условиях жизнедеятельности человек вынужден приспособливаться не столько к внешней, объективно существующей среде, сколько к социальному пространству, которое он создает сам. Особенностью нового мира становится процесс перехода к самостоятельному проектированию своей жизни, открывающий новые пути самореализации и способы социальных отношений, что ведет к увеличению степени социальной неопределенности и росту количества рисков.

В современной науке часто используют термин «стратегия», в социологии — «стратегия жизни», в психологии — «стратегия поведения», «стратегия выживания», «стратегия совладания». Хотя понятие «стратегия» очень древнее и происходит от греческого *strategia*, что означало поначалу часть военного искусства и, охватывая вопросы подготовки и ведения войн, представлялось как искусство или наука быть полководцем.

М. Армстронг обобщил множество высказываний и предложил рассматривать стратегию как «констатацию того, каким человек хочет себя видеть, куда он хочет идти и в общих чертах, как он собирается это сделать».

Стратегия адаптации к изменившимся условиям жизнедеятельности должна дать ответ на следующие вопросы: в какой я ситуации? как я собираюсь в этой ситуации выживать?

Стратегия — это также констатация намерения, определяющего средства для достижения целей, связанного с долгосрочным распределением значительных ресурсов адаптанта, гибким соответствием этих ресурсов и способностей особенностям внешнего окружения. Стратегию можно рассматривать как перспективу в процессе определения ключевых стратегических вопросов и факторов успеха, при этом принимаемые стратегические решения должны быть направлены на создание значительного и долгосрочного влияния на поведение и эффективность самого человека.

Квинн сформулировал задачи стратегии применительно к адаптации организации к изменившимся условиям жизнедеятельности, но они, как нельзя кстати, подходят и для психосоциальной практики. По мнению Квинна, стратегия должна:

- содержать ясные цели, достижение которых является решающим для общего исхода дела;
- поддерживать инициативу;
- концентрировать главные усилия в нужное время в нужном месте; предусматривать такую гибкость поведения, чтобы использовать минимум ресурсов для достижения максимального результата;



- обозначать скоординированное руководство;
- предполагать корректное расписание действий;
- обеспечивать гарантированные ресурсы.

В самом обобщенном виде выделяют стратегии активности и пассивности в процессе социальной адаптации. При этом под стратегией активности понимается стремление человека подчинить жизненные обстоятельства своей воле (например, при социальной адаптации к инвалидности). В данном случае активность соприкасается с понятием свободы, так как у личности есть свобода выбора целей, средств ее достижения. Способность выбирать характеризует ее относительную самостоятельность.

Способы адаптации — это такие действия или поведение, которые принимают формы экономического, социального и иного участия в трудовой, познавательной или иной деятельности, позволяют реализовать адаптивный потенциал и укреплять адаптационные ресурсы.

К адаптивным относят не только активные действия, позволяющие приспособиться к изменившимся условиям жизнедеятельности, но и наличие интереса к происходящим событиям. К ним также относят озабоченность как осознание степени их важности, информированность, т. е. осведомленность о происходящем. Определенная система устойчивых и повторяющихся способов адаптации, которые отличаются некоторым единством, представляют собой *модель адаптации*.

Выбор цели, стратегии и способа адаптации — это оценка существующих альтернатив и принятие определенного решения. Активность личности проявляется в способности достигать баланса между желаемым, необходимым и возможным.

Применительно к процессу социальной адаптации критерий оптимальности является главным признаком его эффективности. Под критерием оптимальности принято рассматривать показатель, выражающий меру эффекта от выбранного решения, когда сравниваются всевозможные решения-альтернативы и выбирается оптимальное.

Выбор стратегии социальной адаптации предполагает процесс отбора из всех возможностей, которые реализуются в действительности. Способность адаптироваться и мобилизовать личностные ресурсы означает найти такой вид деятельности, который бы мобилизовал ресурсы адекватным для ситуации способом.

Например, активной стратегией социально-экономической адаптации можно считать: открытие собственного дела, включение в предпринимательскую, торгово-посредническую деятельность, в процесс оказания платных услуг населению по ремонту, строительству, пошиву и т. д.; сдачу в аренду имущества, приобретение и использование ценных бумаг, экономическую мобильность (смену профессии, специальности, места работы и т. д.); наращивание образовательных, профессиональных и других ресурсов.



Примером пассивной адаптации может стать поведение, которое не носит рыночного характера, а скорее, стремится к рационализации потребностей и экономии на питании, предметах первой необходимости, лекарствах, отпуске и т. п.

Индивидуальная адаптация проявляется в своеобразии применения способов приспособления к изменяющейся среде, которое детерминировано личными качествами и психологическими особенностями, мировоззренческими установками и взглядами, мотивами, принципами и нормами для организации используемых способов в систему, наконец, набором и уровнем профессиональных качеств.

В индивидуальной адаптации проявляются специфика ситуации, факторы среды, тип адаптивного поведения индивида.

*Адаптивные стратегии* — взаимосвязь осуществляемых человеком адаптивных усилий и их результатов в материальном и статусном выражении. Стратегия — система перспективного ориентирования личности в своем жизненном мире, включающая в себя сознательные и поведенческие характеристики, которые необходимы и достаточны для формирования и реализации будущей жизни.

*Активные адаптивные стратегии* позволяют человеку выбирать те пути самореализации, которые являются наиболее комфортными и оптимальными с точки зрения социализации в социуме. В то же время этот процесс сопряжен с непредсказуемыми последствиями как для личности, так и для общества.

Активные стратегии можно разделять на конформные и неконформные. Конформизм рассматривается в качестве активной адаптивной стратегии, реализующейся не только как пассивное приспособление под влиянием внешних обстоятельств, но и как императивное поведение, подкрепляемое социально-когнитивным алиби, оправдывающим ту или иную деятельность либо бездеятельность.

Выбирая активные стратегии социальной адаптации, индивид кроме минимизации адаптивного риска, максимизации адаптивного успеха, минимизации ресурсов затрат и времени ориентируется на специфические критерии, объясняющие выбор той или иной направленности стратегии, как конформной, так и неконформной. Данные критерии играют решающую роль при выборе адаптивного поведения.

## ? КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

1. Проблема адаптации — это изначально биологическая, психологическая или социальная проблема?
2. Каковы критерии социальной дезадаптации?
3. Почему именно проблема адаптации так активно дискутируется практиками психосоциальной работы?
4. Какую роль социализация выполняет в процессе социальной адаптации?

5. Каким требованиям должна отвечать стратегия социальной адаптации?
6. На основе обзора зарубежных и отечественных теорий заполните предложенную ниже таблицу.

### Представления о социальной адаптации в различных психологических школах

| Психологические школы, направления, концепции   | Модель и компоненты социальной адаптации | Процесс и механизмы социальной адаптации |
|---|--|--|
| Психодинамические теории социальной адаптации:<br>теория адаптации по З. Фрейду<br>теоретические подходы Э. Эриксона<br>Идеи Г. Гартмана о понимании социальной адаптации |  |  |
|   |  |  |



### РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

#### *Основная*

1. Психология социальной работы / под общей ред. М.А. Гулиной. — СПб., 2002.
2. Сафонова Л. В. Содержание и методика психосоциальной работы: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2006.
3. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. — СПб., 1997.
4. Шульга Т. И., Слот Н. В., Спаниард Х. Методика работы с детьми «группы риска». — М., 2001.

#### *Дополнительная*

5. Абульханова К. А. Стратегии жизни. — М., 1991.
6. Армстронг М. Стратегии управления человеческими ресурсами. — М., 2002.
7. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. — СПб., 2003.
8. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс: Труды международного симпозиума. Стокгольм: пер. с англ. — Л., 1970.
9. Психология: словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — 2-е изд., испр. и доп. — М., 1990.
10. Селье Г. Стресс без дистресса. — М., 1979.