



УДК 159.923.2

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЙНОЇ ЗДАТНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Галян А.І., здобувач  
кафедри загальної та соціальної психології  
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

У статті висвітлено питання адаптаційної здатності особистості. Розкривається сутність психологічної та соціально-психологічної адаптації, їх місце у професійному становленні майбутнього фахівця. Зазначено, що професійна адаптація є певним етапом становлення професіонала, у ході якого відбувається засвоєння (інтеріоризація) суб'єктом діючих у цій професійній сфері норм, прийомів і засобів професійної діяльності. Представлено концептуально-методичну модель адаптації майбутнього медичного працівника до умов професійної діяльності. Акцентовано увагу на особистісній ресурсності як чинника успішного функціонування адаптаційного процесу.

**Ключові слова:** адаптація, адаптаційна здатність, психологічна адаптація, соціальна адаптація, професійна адаптація, особистісний адаптаційний ресурс, концептуально-методична модель.

В статье освещаются вопросы, касающиеся адаптационной способности личности. Раскрывается сущность психологической и социально-психологической адаптации, их место в профессиональном становлении будущего специалиста. Отмечается, что профессиональная адаптация является определенным этапом становления профессионала, в ходе которого происходит усвоение (интериоризация) субъектом действующих в этой профессиональной сфере норм, приемов и средств профессиональной деятельности. Представлена концептуально-методическая модель адаптации будущего медицинского работника к условиям профессиональной деятельности. Акцентируется внимание на личностной ресурсности как факторе успешного функционирования адаптационного процесса.

**Ключевые слова:** адаптация, адаптационная способность, психологическая адаптация, социальная адаптация, профессиональная адаптация, личностный адаптационный ресурс, концептуально-методическая модель.

### Halian A.I. SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ADAPTIVE CAPACITY OF FUTURE HEALTH PROFESSIONALS

The article highlights the issues about adaptive capacity of the individual. Deeply reveals the essence of psychological and socio-psychological adaptation and their place in the professional formation of the future expert. It is noted that professional adaptation is a definite step in the formation of the professional, where is happening assimilation (internalization) between a person and professional standards, methods and means of professional activities. It is presented conceptual and methodological model of the future medical worker adaptation to the conditions of professional activity. The attention is focused on the personal resources as a factor in the success of the adaptation process.

**Key words:** adaptation, adaptive capacity, psychological adjustment, social adaptation, psychological adaptation, professional adaptation, adaptive personal resource, conceptual and methodological model.

**Постановка проблеми.** Одним із чинників успішності оволодіння професією є здатність майбутнього фахівця адаптуватися до її вимог, умов та інших особливостей. Одним із перших етапів такої адаптації є пристосування на етапі професійного навчання до традицій, норм і системи соціальних ролей, характерних для тієї чи іншої професії. Професійне навчання спричиняє суттєві зміни міжособистісних контактів, соціального статусу, життєвих стереотипів, сформованої системи взаємин з оточенням і потребує перегляду настановлень, відносин, уявлень про соціальні ролі так, щоб вони були адекватними заново сформованим умовам. Ефективність процесу адаптації значною мірою визначає успішність оволодіння студентами новою діяльністю.

Особливо нагальною проблема адаптації є у майбутніх медичних працівників. У них за роки навчання в різних навчальних закладах повинно сформуватися певне ставлення до своєї майбутньої діяльності, виробитися толерантне сприйняття тих проблем і труднощів, з якими їм доведеться зустрітися під час виконання професійних функцій. А для цього вони повинні володіти належним рівнем адаптивних здібностей, розвиток яких, з одного боку, залежить від біологічних факторів, а з іншого – є наслідком дії соціально-психологічних чинників. Володіння інформацією про рівень адаптивної здатності сприятиме ефективному прогнозуванню успішності виконання професійних функцій. Тому розгляд питання, що розкриває сутність адаптації, її різнови-

дів та особливостей прояву, є вельми актуальним.

Огляд літератури з проблеми дослідження. Психологічна адаптація своїм корінням завдячує біології, перші згадки про яку були ще у XVII столітті. Французький натураліст Ж. Бюффон стверджував, що основний механізм пристосування визначається прямим впливом умов середовища на організми, що змінюються відповідним чином [15]. Надалі ця ідея спеціально вивчалася Ж.Б. Ламарком, Ж. Сент-Іллером, Г. Спенсером, Ч. Дарвіним. Проте термін «адаптація» став уживатися в другій половині XVIII століття. Він походить від латинських слів «ad» – до, «aptus» – придатний, зручний, «aptatio» – згладжування, «adaptio» – пристосування. Його появи у психологічній науці передувала низка досліджень у біології, де під адаптацією розуміють комплекс взаємопов'язаних і різнорівневих явищ, які дають змогу цілим видам або окремим особинам краще пристосовуватися до зовнішніх умов існування, при цьому удосконалюючи власні внутрішні функції організму. Відповідний інтерес до явища адаптації став початком серйозного вивчення цієї проблеми, яка потім вийшла за межі еволюційної теорії та загальної біології, стала проникати в інші галузі наукового знання.

На сьогодні є достатньо досліджень, що стосуються адаптації дітей до навчання у початковій, середній та вищій школі. Так, І.Д. Бех, М.Г. Вієвська, Л.О. Красовська, Н.В. Фролова досліджували соціально-психологічну адаптацію підлітка до нових умов навчання. Проблема адаптації студентів до навчання у ВНЗ цікавила О.Г. Солодухову, А.В. Фурмана, Ф.Г. Хайрулліна та ін. Труднощі початкового етапу навчання і чинники, що впливають на процес адаптації, у своїх роботах розкривають А.Д. Андреева, Ю.О. Бохонкова, С.А. Гапонова, В.Д. Острова, О.В. Прудська та ін. У їх працях акцентується увага на важливості адаптації саме на перших етапах оволодіння професією (навчання у виші), позаяк це сприятиме формуванню адекватного образу майбутньої професії у свідомості суб'єкта.

Проте потребують поглибленого вивчення питання адаптації майбутніх медичних працівників, сфера діяльності яких вимагає суттєвого залучення особистісних ресурсів. Адже саме успішність адаптації до майбутньої професії на етапі первинного входження у професію допоможе їм у майбутньому успішно виконувати професійні функції. З огляду на це метою нашої публікації став аналіз сутності адаптації як соціально-психологічної категорії та її місця у професійному становленні майбутніх медичних працівників.

**Виклад основного матеріалу.** Адаптація як пристосування організму до мінливих умов зовнішнього середовища на початковому етапі свого розвитку була психофізіологічною проблемою (вивчення зміни чутливості аналізаторів у різних умовах функціонування). Німецький фізіолог Г. Ауберт одним з перших увів поняття «адаптація» в наукову термінологію і використовував його для характеристики явищ пристосування чутливості органів зору та слуху у відповідь на дію адекватного подразника [15, с. 246].

Надалі проблема адаптації стала предметом вивчення психологічної науки. Зокрема, досліджувалися особливості взаємодії людини з навколишнім соціальним середовищем. Одними з перших стали класичні праці К. Бернара про «внутрішню сталість» організму в умовах зміни навколишнього середовища, виконані у 50-60-ті роки XIX ст. Вони гармонійно вписалися у праці основоположників еволюційної теорії Ж.Б. Ламарка і Ч.Р. Дарвіна і разом з ними заклали міцну теоретичну базу для створення наукової теорії про гомеостаз. Одним із найважливіших компонентів цієї теорії стало поняття «адаптація» як сукупність еволюційно зумовлених пристосувальних процесів, що забезпечують відносну сталість динамічних взаємин організму та зовнішнього середовища [15].

Подальші дослідження проблеми адаптації в різних сферах психологічного знання показали багатогранність і складність проблеми психологічної адаптації та створили різні концептуальні підходи і напрями в її вивченні вітчизняними та зарубіжними психологами. Узагальнення розуміння сутності адаптації, що представлені у цих концепціях, дали підстави виокремити види процесів адаптації, серед яких психологічна, медико-психологічна, соціальна, навчальна, професійна, функціональна, соціально-психологічна. У кожному з них по-своєму тлумачиться процес адаптації. Так, психологічна адаптація, на думку Ф.Б. Березіна, це явище, що характеризує найоптимальніше пристосування психіки людини до умов середовища життєдіяльності, окремих умов [3]. У медико-біологічному контексті адаптація – це пристосування будови та функції організму, його органів і клітин до умов середовища, спрямоване на збереження гомеостазу (В.П. Казначеев) [11]. У соціальній адаптації розкривається процес активного пристосування індивіда до умов соціального середовища, а також результат цього процесу (Ю.А. Миславський) [12]. А в соціально-психологічному розумінні адаптація



полягає в оптимізації взаємин особистості та групи, зближення цілей їх діяльності (О.І. Зотова, І.К. Кряжева) [10]. Пристосування до умов навчання в освітніх закладах середньої та вищої професійної освіти описує навчальна адаптація (В.Г. Асеев) [2]. А пристосування, звикання людини до вимог професії, засвоєння виробничих, технічних і соціальних норм поведінки і способу життя, необхідних для виконання професійних функцій, тлумачиться як професійна адаптація (І.А. Жданов) [9]. Нарешті, функціональна адаптація розглядається як пристосування людини до виконання обов'язків, зумовлених функціональним призначенням службової діяльності людини [4].

У контексті нашого дослідження цікавими є усі різновиди адаптацій, позаяк у професійній діяльності важливою є психологічна, професійна, функціональна і соціально психологічна складові. А медико-біологічна є тією основою, завдяки якій згадані вище різновиди можуть виявлятися. Проаналізуємо ті з них, що забезпечують соціально-психологічне пристосування суб'єкта до умов професійної діяльності.

Соціально-психологічна адаптація співзвучна з проблемою соціалізації особистості. Що ж об'єднує соціалізацію та психологічну адаптацію? Серед різноманітності визначень соціалізації найбільш вдалим, на наш погляд, є те, що наведено в одному з визначень у світі соціологічних слівників англійських авторів Н. Аберкромбі, С. Хілла, Б.С. Тернера [1]. У ньому зазначається, що «соціалізація – термін, який використовується соціологами для опису процесу, у ході якого люди вчаться дотримуватися соціальних норм, процесу, що робить можливим існування суспільства та передачу його культури від покоління до покоління» [1, с. 430]. «Адаптація є пристосуванням, що виявляється в конформності, погодженні та поступливості стосовно вимог ситуації або оточення» [1, с. 599]. Отже, обидва поняття об'єднує здатність до толерантності стосовно тієї ситуації, у якій перебуває людина.

Г.П. Безсокирна та А.Л. Темницький пропонують визначити соціально-психологічну адаптацію як процес взаємодії індивіда та соціального середовища, у результаті якого індивід привласнює (споживає) матеріальні умови життєдіяльності, що забезпечують формування його як повноцінного члена суспільства. У період трансформації суспільства соціально-психологічна адаптація тісно пов'язана з інтеріоризацією індивідом культурних норм, цінностей і еталонів дій нового середовища. Автори підкреслюють не лише «матеріальну» складову соціально-

психологічної адаптації, але й ціннісну, яка особливо важлива в період трансформації саме ціннісних уподобань людей [5].

А.С. Готліб у своєму дослідженні адаптаційну поведінку розглядає як діяльність індивіда, мета якої – досягнення певної рівноваги у взаємодії з мінливим соціальним середовищем, забезпечення виживання в цьому середовищі [8]. Це визначення підкреслює насамперед діяльнісний характер адаптації без урахування її ціннісної складової. На наш погляд, процес соціально-психологічної адаптації має подвійний характер: з одного боку, це формування суспільних практик (Т.І. Заславська), пристосувальна діяльність, а з іншого – формування нових, ціннісних орієнтацій, що дають змогу вижити в мінливому суспільстві. За результатами дослідження автор виокремлює три групи факторів, що впливають на соціально-психологічну адаптацію в нових для індивіда умовах: соціальні (освіта, досвід керівництва), особистісні (ціннісні орієнтації, статево-вікові характеристики) та індивідуально-психологічні (особливості особистості індивіда).

На психологічному рівні адаптація здійснюється за допомогою успішного прийняття рішень, прояву ініціативи, прийняття відповідальності, антиципації результатів передбачуваних дій тощо. Ж. Піаже розглядав адаптацію як один з головних процесів інтелектуального розвитку дитини [14]. Ним було виділено дві складові адаптації – акомодация й асиміляція. Акомодация визначалася Ж. Піаже як перебудова механізмів розумової активності з метою засвоєння нової інформації, а асиміляція – як привласнення зовнішньої події та перетворення її на уявну. Іншими словами, адаптація передбачає, що відбувається набуття знань, умінь і навичок, компетентності та майстерності, а також змінюється психічна організація людини, когнітивні (сенсорні, перцептивні, мнемічні тощо) та особистісні (мотивація, цілетворення, емоції тощо) процеси.

Отже, узагальнюючи представлені міркування дослідників, варто зазначити, що вони визначають адаптацію, з одного боку, як процес пристосування до системи, а з іншого – як стан відносин з цією системою (процес і результат). Наслідком цього процесу є адаптованість – рівень фактичного пристосування людини, рівень її соціального статусу та самовідчуття – задоволеності або незадоволеності собою і своїм життям. Протилежним до адаптованості явищем є дезадапованість, яка завжди є психосоматичною (як душі, так і тіла). Виразитися дезадаптація може у трьох формах: невро-

тичний (неврози), агресивно-протестній та капітулятивно-депресивній (психосоматичні захворювання та порушення поведінки).

Які чинники сприяють розвитку адаптивності суб'єкта? Насамперед слід розуміти, що бути толерантним до навколишнього світу (а саме в цьому і полягає зміст адаптації) неможливо без психологічної зрілості особистості, тобто досягнення визначеного, досить високого рівня психологічного розвитку. Основною рисою такого розвитку є поява у людини здатності поводитися незалежно від обставин, що безпосередньо впливають на неї, керуючись при цьому власними усвідомленими та обґрунтованими цілями. Така здатність зумовлює активний характер її поведінки. Саме ця обставина свідчить про те, що особистість оволодіває зовнішніми обставинами. Словом, людина не просто засвоює соціальний досвід, але й перетворює його на власні цінності, настановлення, орієнтації.

Чинників, що сприяють соціально-психологічній адаптації, багато. Так, значною мірою вона залежить від комунікації, що має зовнішню та внутрішню спрямованість. Зовнішня комунікація передбачає стосунки зі сторонніми людьми, а також між батьками і дитиною. Внутрішня комунікація складається з висловлювань і питань переважно всередині сім'ї. Зовнішня комунікація сприяє розвитку самосвідомості, а внутрішня інколи шкодить.

Успішна соціалізація та адаптація супроводжуються такою ж ідентифікацією. Соціальна ідентичність розвивається нормально, якщо в людині реально втілюються вимоги до неї з боку «близького» соціального оточення. Формування ідентичності є

динамічним процесом розвитку уявлень про себе. Раптове усвідомлення неадекватності наявної ідентичності викликає не лише заміщення, але й розуміння необхідності пошуку нової ідентичності. Перелом, який в таких випадках відбувається в усвідомленні себе, є кризою ідентичності. Але ця криза дає поштовх в розвитку особистості.

У проблемних ситуаціях, не пов'язаних з переживанням труднощів на шляху досягнення мети, адаптація здійснюється за допомогою конструктивних механізмів (пізнавальних процесів, цілетворення, цілепокладання, конформної поведінки). У ситуації, де відчувається наявність зовнішніх і внутрішніх бар'єрів, адаптація здійснюється за допомогою захисних механізмів (регресії, заперечення, формування реакції, витіснення, придушення, проєкції, ідентифікації, раціоналізації, сублімації, гумору тощо). Окрім цього, наслідування, навчання, саморегуляція, самоконтроль є тими механізмами, які також будуть визначати процес соціально-психологічної адаптації.

На основі представлених вище міркувань ми розробили теоретичну, концептуально-методичну модель адаптації майбутніх медичних працівників до умов професійної діяльності (див. рис.1). У її основі лежить така особистісна властивість, як ресурсність. Ми вважаємо, що саме ресурси людини утворюють реальний потенціал для успішної адаптації до певних життєвих подій загалом та умов професійної діяльності зокрема. К. Муздибаєв виокремлює два великі класи ресурсів: психологічні (особистісні) та середовищні. Психологічні ресурси містять навички та здібності індивіда, а середовищні – відображають доступність



Рис. 1. Концептуально-методична модель адаптації майбутніх медичних працівників до умов професійної діяльності



інструментальної, моральної та емоційної допомоги з боку соціального оточення [13]. Детальний аналіз проблеми ресурсності в адаптації майбутніх медичних працівників до умов професійної діяльності зроблений нами у низці публікацій [6; 7].

З огляду на це у своїй моделі ми виокремили три різновиди ресурсів, що забезпечують адаптацію майбутніх медичних працівників до професійної діяльності: **соціально-психологічний, особистісний та фахово-компетентний**, що реалізуються через їх потенціал. Так, соціально-психологічний ресурс характеризується соціально-професійною компетентністю: уявленнями суб'єкта про професію, її труднощі та проблеми тощо. Потенціалом реалізації фахово-компетентного адаптаційного ресурсу є професійні знання, уміння та навички. А особистісний адаптаційний ресурс реалізується через мотиваційно-ціннісний (самооцінка, професійна ідентичність, професійна мотивація, особистісна спрямованість), регуляторний (самоконтроль, локалізація контролю, механізми захисту «Я», адаптивні копінг-механізми) та емотивний потенціал (стресостійкість, толерантність до стресу, тривожність, агресивність, фрустрація).

Реалізуються згадані потенціали на індивідному, суб'єктно-діяльнісному та особистісному рівні. Індивідний рівень містить енергетичний (психофізіологічні характеристики, що зумовлюють енергетичний та динамічний діапазони реагування) та когнітивний (рівень розвитку пізнавальних процесів, когнітивна гнучкість) компоненти, суб'єктно-діяльнісний – інструментальний (здатності, навички, уміння) та творчий (творчі здібності, здатність до творчого вирішення виникаючих адаптаційних завдань), а особистісний рівень складають мотиваційний (ієрархія мотиваційної сфери, допитливість, інтереси й уподобання, мотиваційна напруженість) та комунікативний (комунікативні особливості особистості, система ставлень тощо) компоненти.

Згадані структурні компоненти функціонують як цілісний процес, забезпечуючи ефективність адаптації. А останній сприяє творчій особистісній і професійній самореалізації майбутнього медичного працівника.

**Висновки та подальші перспективи досліджень.** Отже, соціально-психологічна адаптація – це процес, за якого особистість без значних зовнішніх і внутрішніх суперечностей задовольняє основні соціогенні потреби, приймає рольові очікування, які пред'являє до неї середовище, переживає стан самоствердження та свободи ви-

раження творчих здібностей, які сприяють розкриттю та розвитку її індивідуальності. Рівень фактичного пристосування людини до умов середовища, вираженого у відчутті задоволеності або незадоволеності собою і своїм життям, характеризує її адаптивну здатність.

Професійна адаптація є певним етапом становлення професіонала, у ході якого відбувається засвоєння (інтеріоризація) діючих у конкретній професійній сфері норм, прийомів і засобів професійної діяльності. Професійна адаптація функціонує не самостійно, а у єдності з іншими різновидами, серед яких домінуючими є психологічна та соціально-психологічна адаптація. Кінцевий результат успішності адаптації значною мірою залежить від індивідуально-психологічних особливостей, які складають особистісний адаптаційний ресурс. Останній є досвідом усвідомлення суб'єктом власних можливостей, який стає потенціалом для саморозкриття та творчого саморозвитку у професії.

Подальші дослідження процесу адаптації можливі з позиції емпіричного вивчення ресурсів, що забезпечуватимуть її ефективність.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Аберкромби Н. Социологический словарь / Н. Аберкромби, С. Хилл, Б.С. Тернер ; пер. с англ. ; / под ред. С.А. Ерофеева ; 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ЗАО «Издательство «Экономика», 2004. – 620 с.
2. Асеев В.Г. Теоретические аспекты проблемы адаптации / В.Г. Асеев // Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности : межвузовский сборник научных трудов. – Иркутск : ИркГПИ, 1986. – С. 3–19.
3. Березин Ф.Б. Психическая адаптация и тревога / Ф.Б. Березин // Психология мотивации и эмоций : [учебное пособие] / ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. – Изд. 2-е, стереотип. – М. : ЧеРо, Омега-Л, МПСИ, 2006. – С. 350–357.
4. Бим-Бад Б.М. Человек и новые информационные технологии : завтра начинается сегодня / Б.М. Бим-Бад, Е.В. Поведская, А.Д. Масейра. – М. : Речь, 2007. – 320 с.
5. Братусь Б.С. Психология. Нравственность. Культура / Б.С. Братусь – М. : Менеджер, Роспедагенство, 1994. – 60 с.
6. Галян А.І. Особистісні ресурси як чинник подолання напружених ситуацій у медичних працівників / А.І. Галян // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. – 2015. – III (35), Issue 71. – С. 78–81.
7. Галян А.І. Психологічний ресурс особистості як чинник подолання стресу (огляд досліджень з проблеми) / А.І. Галян // Проблеми гуманітарних наук : збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Серія

«Психологія» / Н.А. Скотна (гол. ред.), А.І. Галян (ред. розділу) та ін. – Дрогобич : Видавничий відділ ДДПУ імені Івана Франка, 2015. – Випуск 35. – С. 214–226.

8. Готлиб А.С. Введение в социологическое исследование. Качественный и количественный подходы. Методология. Исследовательские практики / А.С. Готлиб. – М. : Московский психолого-социальный институт ; Изд-во ФЛИНТА, 2014. – 383 с.

9. Жданов И.А. Адаптация и прогнозирование деятельности / И.А. Жданов. – Казань : Изд-во Казанского ун-та, 1991. – 255 с.

10. Зотова О.И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности / О.И. Зотова, И.К. Кряжева / Психологические механизмы регуляции социального поведения. – М. : Наука, 1979. – С. 219–232.

11. Казначеев В.П. Феномен человека / В.П. Казначеев. – Новосибирск : Новосибирское книжное издательство, 1991. – 128 с.

12. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте / Ю.А. Миславский. – М. : Педагогика, 1991. – 152 с.

13. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – № 2. – С. 100–111.

14. Пиаже Ж. Психология интеллекта / Ж. Пиаже ; пер.с англ. и фр. – СПб. : Питер, 2003. – С. 6–24.

15. Ярошевский М.Г. Краткий психологический словарь / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М. : Политиздат. 1985. – 431 с.