

**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИАЛЬНЫХ НАУК**

**ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ  
В ТРАНСФОРМИРУЮЩЕМСЯ ОБЩЕСТВЕ:  
СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНАЯ КОММУНИКАЦИЯ  
КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ИНДИВИДА**

**Материалы  
V Международной научной конференции**

**Минск, 23–24 октября 2020 г.**

Научное электронное издание

Минск, БГУ, 2020

**ISBN 978-985-566-947-1**

© БГУ, 2020

УДК 159.9:316.6(06)  
ББК 88.53я431+60.524.224я431

Редакционная коллегия:  
И. А. Фурманов (отв. ред.), В. А. Доморацкий,  
И. А. Коробейников, А. М. Поляков, Е. С. Слепович, Ю. Г. Фролова

Рецензенты:  
доктор социологических наук, профессор *Е. Е. Кучко*;  
доктор социологических наук, профессор *Д. К. Безнюк*

**Психосоциальная** адаптация в трансформирующемся обществе: субъект-субъектная коммуникация как фактор социализации индивида [Электронный ресурс] : материалы V Междунар. науч. конф., Минск, 23–24 окт. 2020 г. / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: И. А. Фурманов (отв. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2020. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – ISBN 978-985-566-947-1.

Представлены результаты теоретических и эмпирических исследований процесса субъект-субъектной коммуникации в различных сферах человеческой жизни, макро- и микросоциальные, индивидуально-личностные факторы коммуникации. Даны практические рекомендации по преодолению коммуникативных затруднений.

---

**Минимальные системные требования:**  
PC, Pentium 4 или выше; RAM 1 Гб; Windows XP/7/10;  
Adobe Acrobat.

Оригинал-макет подготовлен в программе Microsoft Word.

В авторской редакции

Ответственный за выпуск *Ю. Г. Фролова*

Подписано к использованию 06.10.2020. Объем 2,0 МБ.

Белорусский государственный университет.  
Управление редакционно-издательской работы.  
Пр. Независимости, 4, 220030, Минск.  
Телефон: (017) 259-70-70.  
email: [urir@bsu.by](mailto:urir@bsu.by)  
<http://elib.bsu.by/>

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Е.Б. Айвазян, Т.П. Кудрина, Ю.А. Разенкова.</i> ВАРИАНТЫ КОММУНИКАТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СЛЕПЫХ МЛАДЕНЦЕВ КАК ПОКАЗАТЕЛИ РАЗВИТИЯ ОБЩЕНИЯ .....	7
<i>Н.Е. Альшеевская, Л.Д. Бекши.</i> ВИКТИМНОСТЬ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН .....	12
<i>И.Н. Андреева, А.С. Калугина.</i> ПОЛОВЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ВЫРАЖЕННОСТИ ФАКТОРОВ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОБИДЫ .....	15
<i>О.Н. Багаева.</i> СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНАЯ КОММУНИКАЦИЯ БЕРДЯЕВА КАК ВЕРОЯТНОСТЬ ОРГАНИЧЕСКОГО ЕДИНСТВА ОБЩЕСТВА НОВОЙ ФОРМАЦИИ.....	21
<i>И.И. Барабан.</i> ВЛИЯНИЕ КОГНИТИВНО-СТИЛЕВЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБУЧАЮЩИХСЯ УПРАВЛЕНИЮ ВОЗДУШНЫМ ДВИЖЕНИЕМ НА УСПЕШНОСТЬ ТРЕНАЖЕРНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	28
<i>В.С. Белевич.</i> ФАСИЛИТАЦИЯ КАК ИНСТРУМЕНТ ВДОХНОВЛЯЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ.....	34
<i>Л.В. Бессмертная, И.Л. Каракулько.</i> ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ИНТЕРАКТИВНОГО ПОДХОДА В ПРЕПОДАВАНИИ ДИСЦИПЛИН СПЕЦИАЛЬНОСТИ ПЕРЕПОДГОТОВКИ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК (АНГЛИЙСКИЙ)» .....	38
<i>Е.С. Булышко.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОГИ У СПОРТСМЕНОВ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ НА ПРИМЕРЕ ХОККЕЯ.....	42
<i>И.И. Бурлакова.</i> СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ КАК ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБРАЗОВАНИИ .....	47
<i>И. Е. Валитова.</i> ТИПОЛОГИЯ САМООЦЕНКИ ЖЕНЩИН, ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА С ОТКЛОНЕНИЯМИ В РАЗВИТИИ.....	51
<i>В.В. Вильчес-Ногерол, А.С. Машкова.</i> МОДЕЛЬ КОМПЕТЕНЦИЙ И СТИЛИ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ КАК ПРЕДИКТОРЫ УСПЕШНОЙ СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЙ КОММУНИКАЦИИ.....	57
<i>Н.В. Власова.</i> ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ .....	62
<i>Е.С. Гринина.</i> СТРАТЕГИИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ .....	66
<i>А.А. Давидович.</i> ДИСФУНКЦИЯ СЕНСОРНОЙ СФЕРЫ РЕБЕНКА КАК ПРЕДИКТОР ФОРМИРОВАНИЯ РАССТРОЙСТВА АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА .....	71
<i>С.В. Давидовский.</i> ВЫБОР В СИТУАЦИИ СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЙ КОММУНИКАЦИИ.....	75
<i>А.А. Дерюгин, Д.С. Сенников.</i> ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ .....	79
<i>О.А. Дрозд.</i> ПРЕДАБОРТНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ИЛИ ДАВЛЕНИЕ .....	84

<i>К.Э. Ибрагимова.</i> СОЗАВИСИМОСТЬ В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ: ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРЕДПОСЫЛОК.....	88
<i>Е.А. Клещева.</i> СПЕЦИФИКА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ МАТЕРИ И РЕБЁНКА В ДЕТОЦЕНТРИЧЕСКОЙ СЕМЬЕ .....	92
<i>Н.Ю. Клышевич.</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ЗРЕЛОЙ ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНОЙ САМОЭФФЕКТИВНОСТЬЮ .....	98
<i>Т.Н. Ковалевская.</i> ОСОБЕННОСТИ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ, РОЖДЕННЫХ С ЗАДЕРЖКОЙ РАЗВИТИЯ ПЛОДА. ....	103
<i>Ю.Г. Коляго.</i> ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ: ПОСТАНОВКА ВОПРОСА .....	108
<i>И.А. Красильников.</i> КОНЦЕПТ «ЗНАЧИМЫЙ ДРУГОЙ» В КОНТЕКСТЕ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ ЛИЧНОСТИ .....	112
<i>Н.В. Круглова.</i> СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ КОНСТРУКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА: РАЗРАБОТКА ДИЗАЙНА ЭКСПЕРИМЕНТА.....	118
<i>Т.Л. Крюкова, Т.П. Опекина, Е.А. Силина.</i> ГЕНДЕРНОЕ НЕРАВЕНСТВО: КАК СВЯЗАН СЕКСИЗМ С АГРЕССИЕЙ У МОЛОДЫХ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН ....	123
<i>О.Г. Ксенда, А.Г. Измер.</i> РЕЧЕВЫЕ ПАТТЕРНЫ МАНИПУЛЯТИВНЫХ ВЫСКАЗЫВАНИЙ (НА ПРИМЕРЕ ПОЛИТИЧЕСКИХ ТЕКСТОВ В ИНТЕРНЕТ-СРЕДЕ) .....	128
<i>А.А. Кудряшов, П.А. Байгужин.</i> ТОЛЕРАНТНОСТЬ К ОТВРАЩЕНИЮ, АГРЕССИВНОСТЬ И КОНФЛИКТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ .....	132
<i>Ю.Ф. Лахвич, О.О. Леонович.</i> ПРИВЯЗАННОСТЬ ЧАСТО БОЛЕЮЩЕГО РЕБЕНКА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К МАТЕРИ .....	136
<i>А.А. Легчилин, Е.А. Гриневич.</i> СУБЪЕКТ КАК ОБЪЕКТ В ФИЛОСОФИИ А. ШОПЕНГАУЭРА .....	141
<i>К.В. Лепешко.</i> ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ИНДИВИДОВ С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНО-СРАВНИТЕЛЬНОЙ РЕВНОСТИ .....	145
<i>А.И. Лукашев, Е.А. Бычкова, Э. Казлаукас, А.Н. Крутолевич.</i> КОГНИТИВНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИЙ И МЕТАКОГНИТИВНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С СИМПТОМАТИКОЙ РАССТРОЙСТВА АДАПТАЦИИ.....	151
<i>Е.Б. Микелевич.</i> АГРЕССИЯ СУБЪЕКТА ЗАВИСТИ В СЛУЖЕБНЫХ ОТНОШЕНИЯХ С ДЕСТРУКТИВНЫМИ СТРАТЕГИЯМИ СОВЛАДАНИЯ ....	157
<i>В.М. Навицкая-Гаврилко.</i> РАЗВИТИЕ СЕМАНТИКИ УМСТВЕННО ОТСТАЛОГО ПОДРОСТКА КАК СРЕДСТВА ЕГО ОСМЫСЛЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К МИРУ .....	163
<i>Л.А. Нагорная, Н.Н. Нагорный.</i> РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ ГЛУХОГО ЧЕЛОВЕКА .....	167

<i>Г.Ю. Одинокова.</i> О ВОЗМОЖНОСТИ ОБЩЕНИЯ РЕБЕНКА С ТЯЖЕЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ С УХАЖИВАЮЩИМ ВЗРОСЛЫМ .....	171
<i>О.Ю. Одинцова, Т.Л. Крюкова.</i> СТРАХ БЕРЕМЕННОСТИ И РОДОВ У ЖЕНЩИН,ОЖИДАЮЩИХ РЕБЕНКА, И СПОСОБЫ СОВЛАДАНИЯ С НИМ. 176	
<i>Т.П. Опекина.</i> ПЕРЕЖИВАНИЕ СКУКИ В БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЯХ МОЛОДЫХ ВЗРОСЛЫХ КАК ИНДИКАТОР СНИЖЕНИЯ ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ .....	182
<i>Т.П. Опекина, О.А. Екимчик.</i> РОЛЬ ПРИВЯЗАННОСТИ В СОВЛАДАНИИ С ТРУДНОСТЯМИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛА СОВМЕСТНОГО ПРОЖИВАНИЯ РОМАНТИЧЕСКИХ ПАРТНЕРОВ.....	189
<i>Л.А. Пергаменцик.</i> К СОЗДАНИЮ СОБЫТИЙНОЙ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ.....	196
<i>А.А. Петелина, В.Н. Дворак.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ГЕНДЕРНОЙ АГРЕССИИ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН .....	200
<i>Е.В. Плакса.</i> ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ВНУТРЕННЕЙ МОТИВАЦИИ К УЧЕНИЮ У СТУДЕНТОВ ВУЗОВ .....	204
<i>Ю.А. Полещук, С.И. Бойко.</i> ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТИЛЯ РЕАГИРОВАНИЯ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИ КОММУНИКАЦИИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ .....	210
<i>А.М. Поляков.</i> ПРИМЕНЕНИЕ КУЛЬТУРНЫХ ФОРМ В РАЗВИВАЮЩИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРАКТИКАХ .....	216
<i>Т.В. Полянская.</i> КОММУНИКАТИВНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ КАК ФАКТОР МЕЖКУЛЬТУРНОЙ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ .....	222
<i>Л.М. Пономарева.</i> ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЙ КОММУНИКАЦИИ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ .....	227
<i>Н.А. Пронина.</i> ФОРМЫ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА.....	231
<i>А.В. Рубанов.</i> НАСИЛИЕ И ПРЕСТУПНОСТЬ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ: ОПЫТ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИЗУЧЕНИЯ .....	235
<i>М.В. Сапоровская, С.А. Хазова.</i> ЖИЗНЕННЫЙ СТИЛЬ СЕМЬИ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ЕЕ БЛАГОПОЛУЧИЯ / НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ (НА ПРИМЕРЕ СЕМЕЙ С АЛКОГОЛЬНОЙ АДДИКЦИЕЙ) .....	239
<i>А.Я. Сарна.</i> ИЗОЛЯЦИЯ И КОММУНИКАЦИЯ: ОБЩЕНИЕ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ .....	243
<i>Т.И. Синица.</i> ПРИМЕНЕНИЕ АЛЬТЕРНАТИВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ В ПРАКТИКЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ .....	249
<i>Т.И. Синица, А.А. Канавал.</i> СПЕЦИФИКА ДЕЦЕНТРАЦИИ СЛАБОВИДЯЩИХ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ МЕЖЛИЧНОСТНОЙ КОММУНИКАЦИИ.....	254
<i>В.И. Слепкова.</i> СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПАРТНЕРОВ КАК ПРИЗНАК ЗРЕЛОСТИ СУПРУЖЕСТВА .....	260

<i>Е.С. Слепович, А.М. Поляков.</i> ПРОБЛЕМА ГРАНИЦ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗНАНИЯ ПСИХОЛОГА, ОКАЗЫВАЮЩЕГО ПОМОЩЬ ДЕТЯМ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В РАЗВИТИИ.....	264
<i>Ю.С. Смирнова.</i> КОГНИТИВНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ КОНФЛИКТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ.....	270
<i>А.С. Солодухо, Г.А. Фофанова.</i> «ПАНДЕМИЧЕСКИЙ ВЫЗОВ» ВЫСШЕМУ ОБРАЗОВАНИЮ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ, СОЦИАЛЬНЫЙ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ АСПЕКТЫ.....	275
<i>Л.Г. Степанова.</i> КОНСТРУКТИВИСТСКИЙ ПОДХОД К ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ: ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ И ОСНОВНЫЕ ШКОЛЫ .....	280
<i>К.И. Татарко.</i> СОЦИАЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ ОТНОСИТЕЛЬНО СТАРЕНИЯ КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ К ВОЗРАСТНЫМ ИЗМЕНЕНИЯМ.....	285
<i>В.А. Толочек, В.В. Вильчес-Ногерол, А.С. Машикова.</i> СТИЛИ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ «СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТ» ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ.....	290
<i>Е.А. Трухан, Ю.В. Слиж.</i> КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПОДРОСТКОВ С ОНКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ .....	296
<i>М.С. Фабрикант.</i> УЧЕБНИКИ ИСТОРИИ КАК ИНСТРУМЕНТ КОНСТРУИРОВАНИЯ ИСТОРИЧЕСКОЙ ПАМЯТИ: МЕТОДЫ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ.....	302
<i>Ю.Г. Фролова.</i> ЗАКОНОМЕРНОСТИ ВОСПРИЯТИЯ И ОЦЕНКИ ПОПУЛЯРНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ИНФОРМАЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ .....	307
<i>И.А. Фурманов.</i> ВЛИЯНИЕ АГРЕССИВНОСТИ НА НАСИЛЬСТВЕННЫЕ АТТИТЮДЫ В СОЦИАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЯХ .....	311
<i>Е.И. Цюхай.</i> ОСОБЕННОСТИ МЕЖСУБЪЕКТНОЙ КОММУНИКАЦИИ ПЕДАГОГОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ .....	315
<i>В.А. Чемеревская.</i> ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СВОЕМ ТЕЛЕ У ДЕТЕЙ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ КОММУНИКАЦИИ .....	321
<i>О.Ф. Шаблюк.</i> БИПОЛЯРНЫЕ МОТИВАЦИОННЫЕ ФЛУКТУАЦИИ КАК ОСНОВА ПРОГРЕССИВНОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ЛИЧНОСТИ .....	325
<i>Е.Г. Швайко.</i> ПРОГНОЗИРОВАНИЕ И КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПАЦИЕНТОВ НЕВРОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ.....	330
<i>Е.В. Шестакова, Т.В. Рогачева.</i> НОВЫЕ ФОРМЫ МОБИЛЬНОСТИ КАК КОМПОНЕНТ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ УСЛУГ ДЛЯ ЛИЦ С СЕНСОРНЫМИ ДЕФЕКТАМИ .....	334
<i>С.М. Ширко.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ДИСПОЗИЦИОННОЙ ЖАДНОСТИ КАК АДАПТАЦИИ К НЕОПРЕДЕЛЁННОСТИ.....	338

УДК 159.99:316.6  
**ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ:  
ПОСТАНОВКА ВОПРОСА**

**Ю.Г. Коляго**

*Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка  
ул. Советская 18, 220050, Минск, Республика Беларусь  
Julia.kolyago@gmail.com*

Статья посвящена вопросу психосоциальной адаптации в кризисных ситуациях. Кризисные явления могут быть спровоцированы объективными факторами, связанными с циклическим развитием системы, воздействием внешних факторов и субъективными факторами, отражающими несовершенство управления системой. Происходящие в это время в обществе и с человеком процессы можно описать, с позиции общей теории систем. На каком бы уровне функционирования системы ни возникал кризис, он неизбежно затрагивает другие уровни, обуславливая нарушения в их функционировании. В этой ситуации своевременная диагностика кризиса, его адекватное истолкование и оказание психологической помощи на индивидуальном уровне способствуют психосоциальной адаптации личности к кризисной ситуации, правильному соотношения целей и ценностей личности и группы, переходу на следующий уровень развития системы.

**Ключевые слова:** психосоциальная адаптация; кризисные ситуации; психологическая помощь.

**PSYCHOSOCIAL ADAPTATION IN CRISIS SITUATIONS:  
STATEMENT OF THE QUESTION**

**J.G. Kolyago**

*Belarusian State Pedagogical University named after M. Tank  
Sovetskaya Street 18, 220030, Minsk, Republic of Belarus*

The article is devoted to the issue of psychosocial adaptation in crisis situations. Crisis phenomena can be triggered by objective factors associated with the cyclical development of the system, the impact of external factors and subjective factors that reflect the imperfection of the system's management. The processes taking place at this time in society and with a person can be described from the perspective of a general theory of systems. At whatever level of functioning of the system a crisis arises, it inevitably affects other levels, causing disruptions in their functioning. In this situation, timely diagnosis of the crisis, its adequate interpretation and the provision of psychological assistance at the individual level contribute to the psychosocial adaptation of the individual to the crisis situation, the correct balance of goals and values of the individual and group, and the transition to the next level of development of the system.

**Keywords:** psychosocial adaptation; crisis situations; psychological help.

Любая цивилизация в своем развитии не застрахована от кризисов (природные катаклизмы, длительные годы засухи, наводнения, вторжение извне). В обществе одновременно происходят как созидательные, так и разрушительные процессы. Кризисные явления сопровождают человечество на протяжении всего его исторического развития, становятся фактором,

испытывающим его жизнеспособность. Причины кризиса могут быть: объективными – связанными с циклическим развитием системы, потребностями модернизации, реструктуризации, воздействием внешних факторов, и субъективными отражающими ошибки в управлении, недостатки в организации производства, несовершенство инновационной и инвестиционной политики. Данной проблеме уделяли внимание многие ведущие мыслители, в том числе К. Маркс, Г. Зиммель, О. Шпенглер, А. Тойнби, П. Сорокин и др. [1, с. 104].

Наиболее опасны кризисы, затрагивающие систему в целом. Данный тип кризисов связан с наличием ситуаций, содержащих угрозу потери здоровья или жизни субъекта, что нарушает базовое чувство безопасности и может сопровождаться развитием травматических кризисных состояний. В такой ситуации образуется ряд сложных проблем. Происходящие в это время в обществе и с человеком процессы можно описать с позиции общей теории систем – научной и методологической концепции исследования объектов, представляющих собой системы. Она тесно связана с системным подходом и является конкретизацией его принципов и методов. Сложность анализа системы заключается в необходимости учитывать тот факт, что любая система является частью других, более крупных систем и находится с ними в непосредственном взаимодействии и взаимовлиянии. Кризис, возникающий на уровне общества, оказывает влияние на другие уровни. На каком бы уровне функционирования системы ни возникал кризис (индивидуальном, микро-, макро- или мегасистемном), он неизбежно будет затрагивать другие уровни, обуславливая нарушения в их функционировании. Это связано с тем, что структурные, процессуальные и исторические параметры системы не позволяют ей остаться в состоянии гомеостаза, что проявляется через регресс или возврат к ранним моделям функционирования, «застревание» на какой-либо стадии развития, сохранение или усиление негибких способов реагирования, социальная изоляция, социальная дезадаптация, нарушения метакоммуникации, рост негативных эмоций и критики. В этот период наиболее актуальной становится внутренняя неспособность системы адекватно оценить и пережить кризисную ситуацию. Однако кризис является кратковременным переломным периодом в естественном процессе развития, он способен стать исходной точкой нового этапа существования и развития системы.

В обществе возможно возникновение различных типов кризисов (экономические, политические, социальные, демографические, психологические, организационные, экологические). Наиболее часто психологу в работе приходится сталкиваться с факторами психологического кризиса и такими его проявлениями на индивидуальном уровне как: повышенная тревожность; неэффективность или невозможность коммуникации; чувство одиночества; страх смерти; безысходность и/или тщетность предпринимаемых с целью изменения ситуации усилий; неспособность обнаружить новые направления развития; смещение локуса контроля (экстернальность); закрытость для нового опыта; формирование симптоматического поведения. Все это является показателями того, что во время кризиса, в результате взаимодействия с социальной средой, возникла дезадаптированность – переживание длительных внешних и внутренних конфликтов без нахождения форм поведения, необходимых для их разрешения.

Чаще всего в кризисные периоды человек сталкивается с прохождением стадий горевания, о которых писала Кюблер-Росс: отрицание, злость, торг, депрессия, принятие. Проживание кризисного события становится проблематичным, если происходит застревание на первых четырех стадиях, когда нет выхода на стадию принятия и, соответственно, реорганизации. Для перехода на стадию принятия и реорганизации должна произойти психосоциальная адаптация, сложный многоуровневый и иерархический процесс взаимодействия личности и социальной среды, это процесс согласования и изменения свойств общающихся систем.

Психологическая адаптация определяется активностью личности и выражается в усвоении правил среды, в способности ее преобразовывать через социальные нормы, способы их достижения и санкции за отклонения от этих норм. Среда воздействует на личность, которая избирательно воспринимает и перерабатывает эти воздействия в соответствии со своей внутренней природой, а личность воздействует на среду. Таким образом, психосоциальная адаптация проявляется в зависимости от того, в каких внешних условиях и на каком уровне осуществляется взаимодействие человека со средой. Но, для адаптации личности к изменившимся условиям, необходим качественный скачок, развитие, смещение локуса контроля с экстернального (склонность приписывать причины происходящего внешним факторам) на интернальный (ответственность за события, происходящие в жизни, человек в большей мере принимает на себя). Одной из причин невозможности адаптироваться становится ригидность психики, неспособность быстро перестроиться.

В психологии выделяют 3 вида ригидности:

1) когнитивная, когда человек «застревает» в своей картине мира, жизненных представлениях, которые уже не соответствуют реальности, мешают пересмотру собственных взглядов и устаревших концепций;

2) аффективная, когда у человека неизменны чувства, эмоциональная реакция и оценка событий и объектов остается неизменной;

3) мотивационная, когда человек не меняет сложившуюся у него концепцию поведения и действий, вопреки объективной необходимости [2, с. 20].

Оказание психологической помощи базируется на взаимодействии двух личностей – личности психолога и личности клиента. Главной целью в этом процессе является не социализация человека с точки зрения его полезности для общества, а адаптированность человека – переживание цельности с существующей микро- и макросредой [3, с. 203].

Р. Беккер формулирует три главных компонента адаптированности:

- душевное и физическое хорошее самочувствие (с первичными факторами: полнота чувств, альтруизм, отсутствие жалоб);
- самоактуализация (развитие и автономия);
- уважение к себе и другим (чувство собственной ценности, способность любить) [4, с. 56].

Следует отметить, что целью оказания психологической помощи в ситуации кризиса является психосоциальная адаптация личности к изменившейся ситуации, переход из зоны страха (не уверен в себе, зависит от чужого мнения, испытывает тревогу, жалуется, раздражается, ждет помощи от других или того, что все само собой разрешится), через зону обучения (начинает отпускать то, что не контролирует, приобретает новые умения и навыки, распознает свои эмоции, думает как действовать, справляется с вызовами и проблемами), в зону роста (ставит новые цели, живет в настоящем

и фокусируется на будущем, чуток по отношению к себе и окружающим, ищет способы адаптироваться к изменениям, достигает цели, выходит на новый уровень жизни). В результате становится возможен наиболее конструктивный подход к использованию позитивного потенциала кризиса, создание адекватной поддержки для развития системы. Преодоление кризисной ситуации можно считать процессом психосоциальной адаптации личности, в ходе которой используются приобретенные на предыдущих этапах развития и социализации навыки и механизмы поведения или открываются новые способы поведения и решения задач, новые программы и планы внутрипсихических процессов.

Таким образом, кризис – это ситуация, требующая значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Кризисным ситуациям присущи как позитивный потенциал, так и опасность. Опасность состоит в том, что система может вернуться на более низкий уровень развития, произойдет регресс. Позитивный аспект состоит в том, что кризис способствует обновлению, стимулирует появление новых способов решения проблем, адаптацию к изменяющимся условиям существования. Наиболее благоприятным сценарием выхода из кризиса является прогресс, переход на следующий уровень развития системы.

#### **Библиографические ссылки**

1. Чекменева Т.Г. Кризисы в общественном развитии: теоретический аспект // Вестн. Воронеж. гос. техн. ун. 2010. Т. 6, № 12. С. 103–106.
2. Вараксин В.Н., Казанцева Е.В. Психолого-педагогический практикум. М., 2019.
3. Деструктивные эмоциональные состояния / В. Б. Пархомович. Минск, 2010.
4. Клиническая психология / под ред. М. Перре, У. Бауманна. СПб., 2002.