

10.5. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ БЕЗРАБОТНЫХ К ТРЕБОВАНИЯМ РЫНКА ТРУДА

Петунова С.А., к.псих.н., доцент кафедры социальной психологии и менеджмента;

Смирнов В.В., к.э.н., доцент кафедры отраслевой экономики, факультет управления и психологии

ФГОУ ВПО «Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова»

Рассмотрена проблема психологического обеспечения адаптации человека к новым социальным условиям жизнедеятельности на фоне сложных социально-экономических преобразований в российском обществе. Отражена безработица в контексте социального явления экономических противоречий развития общества и показаны особенности социально-психологической адаптации безработных к условиям рынка труда. Раскрыты стадии адаптационного процесса и их взаимосвязь с личностными особенностями и эмоциональным состоянием безработных.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема психологического обеспечения адаптации человека к новым социальным условиям жизнедеятельности достаточно остро заявляет о себе на переломных этапах развития любого общества. В связи с этим на фоне довольно сложных социально-экономических преобразований в российском обществе определенным научным интересом представляются проблемы, возникающие на рынке труда. С момента появления первых массовых увольнений работников прошло более десяти лет. Закономерно предположить, что в обществе уже сформировались определенные адаптационные процессы. В условиях социально-психологической напряженности люди выбирают различные модели поведения. В настоящее время считают, что стратегии поведения раскрываются в различных формах адаптации. Особый интерес представляет вопрос о том, как протекает процесс адаптации безработных на современном этапе, какие факторы обуславливают успешность его протекания.

В целом необходимость дальнейшего развития исследований по проблемам адаптации безработных обусловлена рядом причин. Во-первых, относительной новизной проблемы безработицы для российского общества, в связи с чем ее социальные и индивидуальные эффекты не всегда прогнозируемы и однозначно негативны. Во-вторых, динамичностью безработицы, которая обусловлена рядом факторов (изменение ситуации и политики на рынке труда, институциональных и социально-психологических детерминант). Дальнейшее исследование проблем адаптации безработных к рынку труда должно быть направлено на комплексную интерпретацию социальных, экономических и индивидуально-психологических факторов.

1. БЕЗРАБОТИЦА В КОНТЕКСТЕ СОЦИАЛЬНОГО ЯВЛЕНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПРОТИВОРЕЧИЙ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Переход к рыночной экономике в Российской Федерации сопровождается ростом безработицы, превращением ее скрытых форм в открытые. Безработица официально признана реальным фактом российской действительности. Это отнюдь не новое явление, хотя сам термин «безработица» появился лишь в начале XX в. Еще в «Капитале» К. Маркса большое внимание уделялось исследованиям резервной армии труда и ее

причинно следственным связям с так называемым «всеобщим законом капиталистического накопления». В 1920-1930-е гг. в индустриально развитых странах Запаदा было много безработных, их число резко возросло в периоды экономических кризисов и депрессий [4, с. 3]. Откликаясь на социальный запрос общества, экономическая наука стран Запада предприняла обширные исследования проблем безработицы, ее причин, взаимосвязи с темпами экономического роста, динамикой заработной платы и цен, инфляционными процессами, возможностями регулирования уровня безработицы. Этому были посвящены труды таких известных ученых, как А. Маршалл, Дж. Кейнс, Ф. Хайек, А. Филипс, А. Пигу, М. Фридман, П. Самуэльсон и других. Как отмечал английский экономист А. Маршалл, большая армия экономистов и социологов на протяжении XIX и XX вв. упорно доискивалась до корней тех побудительных причин, которые наиболее сильно и наиболее устойчиво воздействуют на поведение человека в хозяйственной сфере его жизни. [14, с. 148].

Начиная с 1950-х гг. в европейских и западных странах вновь возрос интерес к проблемам безработицы (последняя в большинстве европейских стран росла в 1950-е гг., была относительно высокой в 1984 г., снизилась и стабилизировалась в конце 1980-х – начале 1990-х гг. до уровня 7-10%). В настоящее время западные исследователи много внимания уделяют современному рынку труда с его многообразием трудовых контактов, гибкостью рабочего времени и уровнем заработной платы и относительно высокими показателями безработицы. Отслеживается и характер спроса на труд и изменения в самой природе труда. Анализ современных исследований в области занятости показал, что самооценка, установка индивида относительно безработицы и социальная поддержка семьи могут опосредствовать психологическое воздействие безработицы. Но вместе с тем большинство исследователей указывают на наличие большого количества неизученных эмпирических фактов. Так, по-прежнему остается без ответа вопрос более полного понимания эффектов ментального здоровья при потере работы, несмотря на то, что существует достаточно ясная связь между улучшением ментального здоровья и вовлечением в работу. Также одной из важных задач является разработка и использование стандартизированных психологических методик для понимания того, как безработные приспосабливаются к финансовым ограничениям, и сосредоточение на перемещающих нахождение работы [1, с. 127-136].

Безработица в России появилась в пореформенное время в связи с развитием капитализма. А.М. Клейнборг, автор первой обобщающей работы по истории безработицы в России, считал началом массовой безработицы 1880-е гг. В начале 1880-х гг. началось сокращение промышленного производства [13, с. 47-50]. После Октябрьской революции 1917 г., с приходом к власти большевиков, одной из важнейших проблем того времени стала ликвидация безработицы. Первые работы, посвященные безработице в России, появились сразу же после Октябрьской революции. В работах К. Самойловой, А. Аникста, И. Ходоровского и др. содержались сведения о численности и составе лиц, зарегистрированных биржами труда; здесь же рассматривались первые мероприятия по организации общественных работ, созданию коллективов безработных, проведению социального страхования по безработице. [13,

с. 10]. Много книг по проблемам безработицы появилось во второй половине 1920-х гг. Это было связано с переходом к новой экономической политике (НЭП) и увеличением масштабов практической борьбы с безработицей. Работники Народного комиссариата труда, бирж труда и других ведомств и организаций, ведавших вопросами труда, создали обширную литературу, в основном социально-экономическую, о состоянии и динамике безработицы, путях и средствах борьбы с ней, мерах помощи государства безработным.

В работах, созданных в 1920-е гг., наряду с исследованием проблем численности и состава лиц, состоявших на учете бирж труда, началось интенсивное изучение источников безработицы в России. На основании конкретного фактического материала ученые пришли к выводам о специфических особенностях безработицы в СССР и коренном ее отличии от безработицы в капиталистических странах. Было доказано, что если в капиталистических странах безработица является хроническим и неизбежным явлением, то в СССР она имеет временный характер. На рубеже 1920-1930-х гг., когда ликвидация безработицы вступила в решающую фазу, появились работы, в которых показывались резкое сокращение численности безработных, изменения, происходившие в их составе, и констатировался факт ликвидации безработицы в 1930 г. [13, с. 12].

В 1930-1940-е гг. интерес к проблемам безработицы снизился. Новый этап в изучении проблемы ликвидации безработицы в СССР начался с конца 1950-х гг. По проблемам безработицы выступили историки З.А. Астапович и М.И. Зимина. Их работы посвящены анализу проведенных мероприятий по борьбе с безработицей в 1917-1918 гг. В 1958 г. экономист М.П. Довженко в своих работах рассматривал проблемы ликвидации безработицы и осуществления права на труд в СССР [13, с. 18]. С середины 1960-х гг. изучение проблемы ликвидации безработицы в СССР приняло в исторической науке более широкий размах: появились специальные труды по этому вопросу А.С. Сычевой и К.И. Суворова. Исследователи того времени на основании изучения большого фактического материала, сопоставления различных данных развития народного хозяйства, сравнения показателей роста численности рабочего класса с динамикой армии безработных пришли к выводу, что основной причиной безработицы в СССР в 1920-е гг. являлся прилив рабочей силы в город из сельских местностей [13, с. 23].

Новый этап в изучении проблемы безработицы в Российской Федерации возник в начале 1990-х гг. Как было отмечено ранее, с 1930 г. безработица в СССР считалась ликвидированной, поэтому для нескольких поколений россиян безработица была абстрактным понятием, ассоциировавшимся с проблемами труда и капитала в западных странах. И даже первые сокращения 1991 г. в стране не были осознаны значительной частью населения, полагавшей, что это явление временное. Но продвижение общества по пути рыночных реформ и преобразований неизменно привело к формированию рынка труда, а это означает, что безработица становится реальным социальным явлением.

Анализ ситуации безработицы в РФ на современном этапе социально-экономического развития показал, что сильных социальных потрясений в сфере занятости пока не наблюдается. Официальная безработица

растет умеренными темпами. Вместе с тем происходит увеличение скрытой безработицы; возрастает количество лиц, обращающихся в государственную службу занятости (ГСЗ), среди всех лиц, испытывающих трудности с поиском работы. Все больше среди безработных оказываются выпускники учебных заведений. Одновременно быстрыми темпами развивается занятость в теневой экономике.

Проблема безработицы заключается не только в том, что люди могут потерять работу, а в практическом отсутствии шансов себя реализовать. Особенно тяжелая ситуация складывается в моно городах, где нет выбора места работы (на весь город одно предприятие), нет даже возможности заняться своим делом, так как у потенциальных покупателей нет денег.

В связи с ухудшением экономической ситуации в стране увольняются в первую очередь женщины и те работники, у которых низок уровень квалификации и недостаточный уровень практической работы. Именно они в последнюю очередь и принимаются на работу. Остро стоит вопрос о безработице среди молодежи: около трети безработных – это молодые люди в возрасте до 30 лет. В этом возрасте происходит становление личности как в общечеловеческом, так и в профессиональном плане. Около 25% безработных молодых людей – это выпускники профессиональной школы. Сокращение спроса на рабочую силу в большей степени затронуло высокотехнологические отрасли, а также науку. Среди незанятого населения увеличилась доля лиц, имеющих высшее и среднее специальное образование (каждый второй безработный имеет среднее общее или начальное профессиональное образование).

Развитие современного российского общества характеризуется как положительными, так и отрицательными тенденциями. К первым относятся рост потребления материальных благ, социальные и экономические инновации, появление новых направлений в бизнесе. К числу положительных моментов можно отнести также появление у людей деловых качеств таких, как социальная мобильность, предприимчивость, целеустремленность, готовность к разумному риску и др. Вместе с тем социально-экономические преобразования повлекли за собой ряд негативных изменений в обществе:

- рост безработицы;
- снижение жизненного уровня значительной части населения;
- обострение криминогенной ситуации и др.

Рост преступности и безработица напрямую взаимосвязаны. Поскольку вынужденная профессиональная бездеятельность заставляет людей искать новые источники дохода, которые в свою очередь не всегда законны. Рост безработицы и ее общественной опасности прямо и сильно коррелируют с динамикой административных и иных правонарушений, аморальных явлений, пьянства, наркомании, суицидов, проституции, бродяжничества, нищенства, распада семей, детской беспризорности, дезадаптации взрослых и детей, психических расстройств и других явлений. Так, повышение уровня безработицы на 1% приводит к росту преступности на 7-8%. Ученые обнаружили несомненную связь между безработицей и убийствами, насилием и тюремным заключением. Изучение дел правонарушителей показывает, что до 70% заключенных в момент ареста не имели работы, что рецидивизм можно объяснить отсутствием работы [7, с. 39].

За последние 10 лет увеличилось количество малоимущих неблагоприятных семей. В первую очередь от этого страдают дети, моральные и нравственные ориентиры и ценности которых еще не сформированы. Имея перед собой негативный пример своих родителей (пьянство, наркомания и т.п.), молодые люди зачастую встают на путь уголовных правонарушений, занимаются попрошайничеством, причиной этого часто является всего лишь желание прокормить себя. В ситуации безработицы многие следуют саморазрушающей стратегии, уходя от проблемы (пьянство, наркомания, суициды). По данным статистики, одной из самых распространенных причин самоубийства граждан является неспособность материально обеспечить свою семью, социальная и профессиональная нереализованность [7, с. 40].

Мало известно о «пороге терпимости», когда члены семьи безработного еще сохраняют способность заботиться друг о друге. К.Х. Брайер отмечает связь между безработицей и ухудшением семейных и супружеских отношений (функционированием семьи). В семьях безработных зачастую искажается здоровая иерархия, потеря работы одним из родителей может повлечь изменение его статуса не только в обществе, но и в семье, потерю самоуважения и уважения со стороны близких людей [3, с. 105]. Исследователи также отмечают связь между безработицей и детской смертностью, жестоким обращением с детьми, отказом от воспитания, конфликтами с родителями и детьми. У детей безработных чаще, чем в семьях работающих, встречаются отклонения в поведении, психосоматические заболевания, что и у самих безработных». Зачастую дети «потомственных безработных», закончив учебные заведения, также не могут реализоваться в профессиональном плане. Женщины-безработные особо обеспокоены дальнейшим образованием детей после окончания средней школы; опасаются, что прервется социально-профессиональная преемственность поколений, и дети будут вынуждены занять более низкое положение в общественной структуре, чем их родители. Отрицательные последствия безработицы не ограничиваются теми, кто стал ее жертвой. Гордус и Макэлинден показали, что работники, избежавшие увольнения, также испытывают стресс, и что чрезмерные психологические нагрузки, переживаемые теми, кто сохраняет работу, могут оказаться даже сильнее, чем стрессы, испытываемые в первый период теми, кто ее потерял [3, с. 106-107].

Таким образом, результаты научных исследований подтверждают существование ряда эмоциональных, социальных, финансовых, семейных, медицинских и политических последствий безработицы. Среди эмоциональных последствий безработицы называют низкую самооценку, депрессию, суицид. Среди медицинских проблем – нарушение здоровья, вызванное стрессами. Причина психологических проблем, вызываемых безработицей, кроется в непростой связи, существующей между осознанием себя как успешной личности и работой как способом зарабатывания на жизнь. К социально-психологическим издержкам безработицы следует отнести серьезные негативные последствия и для семьи, и для непосредственного окружения потерявшего работу, и для общества в целом. Все это лишь подчеркивает актуальность и практическую значимость дальнейшего изучения данной проблемы как в социальном, так и в психологическом пла-

не. Рассматривая психологический аспект безработицы, некоторые исследователи уже обратили внимание на влияние уровня притязаний, структуры трудовой мотивации и локуса контроля на поведение личности после потери работы, на изменения самооценки, сопровождающие состояние безработицы.

По данным зарубежных исследователей, у тех, кто не может найти работу, наблюдаются значительные изменения в оценке своей компетентности, активности, удовлетворенности жизнью, также имеются предпосылки беззанятости, связанные с эмоциональным принятием (или непринятием) состояния безработицы, степенью уверенности в нахождении работы [11, с. 181]. Все исследователи проблем безработицы отмечают, что своеобразной проекцией социального статуса безработного на внутренний мир человека является изменение его актуального психического состояния, связанное в свою очередь с более или менее выраженными «функциональными сдвигами» в целостной системе личностной саморегуляции социального поведения субъекта [11, с. 88]. Человек, потерявший работу, оказывается в сложной жизненной ситуации, испытывая при этом множество тяжелых переживаний, стрессовые состояния.

Опыт и практика работы психологов служб занятости показывают, что люди, потерявшие работу, жалуются на чувство подавленности, ухудшение самочувствия, беспокойство, усталость и раздражение, что в свою очередь мешает им найти работу. Отсутствие перспектив в будущем, снижение профессионального уровня, опасение снижения социального и профессионального статуса – эти и другие причины могут вызывать депрессию. Дж. Виткин отмечает, что работа и низкий уровень депрессии находятся в прямой зависимости. Исследование психологических затруднений безработных показывает наличие фрустрации, обиды, ощущения несправедливости, усиления тревоги, что в целом отражает усиление стрессового состояния безработных [11, с. 88].

При изучении стресса у людей, потерявших работу, выделено несколько фаз развития специфических стрессовых состояний [10, с. 126-127]. Первая фаза характеризуется состоянием неопределенности и шока. В период второй фазы наступает субъективное облегчение и конструктивное приспособление к ситуации. Однако в ряде случаев негативные переживания оказываются стойкими и не поддаются устранению. Снижение активности, разрушение жизненных привычек, интересов и ценностей появляются на третьей фазе развития стресса у безработных. Четвертая фаза сопровождается чувством беспомощности и примирением с ситуацией, это тяжелое психическое состояние наблюдается даже при отсутствии материальных трудностей. Чем больше длится безработица, тем более усугубляется состояние апатии.

Необходимо отметить, что такие состояния безработных, как чувство вины, страх, комплекс «неудачника», подавленность препятствуют поиску работы, профессиональной самореализации, еще более усугубляя ситуацию, вызывая чувство безысходности. Но вместе с тем необходимо иметь в виду, что нельзя составлять унифицированный «портрет состояния безработного» без учета возраста, образования и половых особенностей, так как ряд исследований указывают на то, что данные различия существуют [11, с. 98].

Таким образом, специфика ситуации безработицы состоит в том, что она отличается относительной устойчивостью. Внутри этой ситуации возникают конкретные узкие «подситуации», связанные с поиском работы. С одной стороны, безработица может оказаться созидательным, мобилизующим волю испытанием, заставляющим человека изменять свое отношение к возможности трудоустройства, стимулировать процесс осознания себя как субъекта рынка труда, а также стимулом высокопродуктивного труда. Но с другой стороны, безработица представляет собой проблему, оказывающую прямое и сильное воздействие на психику человека, на восприятие общей ситуации безработицы, вызывая при этом сильные эмоциональные переживания, состояние фрустрации, агрессии, ведя к потере смыслов общественной активности. В результате сложившегося состояния формируется новая для личности модель поведения, которая раскрывается в различных способах адаптации безработных. Таким образом, формируется психологический аспект безработицы. Психологическое определение безработицы характеризует ее как особое состояние личности, выражающееся в искажении социального восприятия окружающей действительности, активизации негативно-депрессивных комплексов, формирование системы новых ценностных ориентаций.

2. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ АДАПТАЦИИ БЕЗРАБОТНЫХ К ТРЕБОВАНИЯМ РЫНКА ТРУДА

Необходимым условием нормальной, плодотворной жизнедеятельности человека является оптимальная его сбалансированность с окружающей социальной средой, то есть возможность удовлетворения человеком своих значимых потребностей и целей посредством такого поведения, которое соответствует нормам морали и не противоречит требованиям общества. А поскольку цели человека и требования социального окружения изменчивы, то оптимальная сбалансированность личности со средой – понятие динамическое. Для поддержания равновесия необходим постоянный процесс адаптации. Данный процесс начинает действовать, если возникает рассогласованность системы «личность-среда», переживаемый человеком как состояние психического напряжения. Такое состояние возникает в процессе адаптации человека к условиям его жизнедеятельности и является формой мобилизации резервов организма [5, с. 28-30]. Можно говорить о разных факторах, обуславливающих выживание человека как вида, но все они связаны, с одной стороны, со способностью организма регулировать параметры внутренней среды, а с другой – со способностью опосредованного отражения человеком окружающей действительности. Этой способностью человек обладает благодаря нервной системе и психике.

Проблема психологического обеспечения адаптации человека к различным условиям жизни и деятельности достаточно остро заявляет о себе на переломных этапах развития общества, на фоне довольно сложных социально-экономических преобразований, сопровождающихся кризисами, т.е. в ситуации социальной напряженности. Одним из источников возникновения данной ситуации является безработица.

Существуют основания утверждать, что многие россияне, оказавшись в ситуации безработицы, пережили факт изменения своего сознания именно в психологическом и даже психиатрическом смысле слова. Оно проявлялось во множестве конкретных признаков:

- ощущении безысходности своего положения, невозможности изменить ситуацию в лучшую сторону собственными усилиями;
- ощущении не востребоваемости государством физического, интеллектуального и нравственного потенциала населения, и, как следствие этого, социальная анемия и депрессия;
- восприятие государства как враждебной, агрессивной силы, реально, физически угрожающей самой жизни простого человека и др.

Это состояние россиян неизбежно имело свои последствия и результаты. В данных условиях люди выбирают различные модели поведения. В настоящее время популярна точка зрения, что модели поведения, или стратегии, раскрываются в различных формах адаптации.

Понятие адаптации – одно из основных в научном исследовании организма, поскольку именно механизмы адаптации, выработанные в процессе эволюции, обеспечивают возможность существования организма в постоянно изменяющихся условиях внешней среды. Одним из первых, кто стал изучать проблему функционирования живого организма как целостной системы, был французский физиолог К. Бернар [8, с. 439]. Он выдвинул гипотезу о том, что любой живой организм, в том числе и человеческий, существует, так как обладает возможностью постоянно сохранять благоприятные для своего существования параметры внутренней среды организма, а это, в свою очередь, происходит потому, что все системы и протекающие в организме процессы находятся в равновесном состоянии, до тех пор пока это равновесие сохраняется организм живет и действует. Таким образом, постоянство внутренней среды, по мнению Бернара, – это условие свободной жизни. Позднее идея Бернара о постоянстве внутренней среды организма была поддержана и развита американским физиологом У. Кэнноном, который назвал это свойство гомеостазом [8, с. 439]. Однако жизнедеятельность организма обеспечивается не только за счет стремления к внутреннему равновесию всех систем, но и за счет постоянного учета факторов, воздействующих на этот организм извне, так как организм не может существовать вне среды, поскольку постоянно вынужден получать из внешней среды необходимые для жизни компоненты. Вследствие этого, живой организм, стремясь к достижению внутреннего равновесия, должен одновременно приспосабливаться к условиям среды, в которой он живет. Именно это явление и определяет содержание понятия «адаптация». Главным отличием человека по сравнению с другими представителями животного мира является то, что он не может существовать, не соприкасаясь не только с физической, но и с социальной средой, поскольку человеческие качества и свойства конкретный индивид приобретает, только находясь в социуме. Следовательно, адаптация человека протекает на более высоком уровне и осуществляется за счет сложных механизмов физиологической, психической и социальной адаптации [8, с. 440-441]. Таким образом, термин адаптация можно употреблять, с одной стороны, для обозначения свойства человека, которое

характеризует его устойчивость к условиям среды, выражая уровень приспособленности к ней. С другой стороны, адаптация выступает как процесс приспособления человека к меняющимся условиям.

С позиции современных ученых адаптация понимается как активное взаимодействие человека с социальной средой, в отличие от прежнего представления об адаптации как простом приспособлении ради достижения его оптимальных уровней по принципу гомеостаза и относительной стабильности. Адаптивность стратегий поведения в значимых ситуациях обуславливается адаптивными возможностями личности, особенностями восприятия и оценки ею значимой для нее ситуации [9, с. 205]. Целесообразно учитывать взаимный характер адаптации человека и той среды, с которой он вступает в регулятивные адаптационные связи в труде и жизни [12, с. 85]. Устойчивая психическая адаптация (адаптированность) – это уровень психической деятельности (комплекс регуляторных психических реакций), определяющий адекватное заданным условиям среды поведение человека, его эффективное взаимодействие со средой и успешную деятельность без значительного нервно-психического напряжения. Критерием повышения нервно-психической устойчивости можно считать внутреннюю психическую комфортность человека, определяющуюся сбалансированностью положительных и отрицательных эмоций. Понятие «устойчивая адаптация» можно считать синонимом нормы психического и физического здоровья [12, с. 85].

Современное представление об адаптации основывается на работах И.П. Павлова, И.М. Сеченова, П.К. Анохина, Г. Селье и др. Несмотря на наличие многочисленных определений феномена адаптации, объективно существует несколько ее проявлений, которые позволяют утверждать, что адаптация:

- во-первых, свойство организма;
- во-вторых, процесс приспособления к изменяющимся условиям среды, суть которого состоит в достижении одновременно равновесия между средой и организмом;
- в-третьих, результат взаимодействия в системе «человек – среда»;
- в-четвертых, цель, к которой стремится организм [8, с. 442].

Таким образом, можно выделить два общих подхода к рассмотрению феномена адаптации. С одной стороны, адаптация рассматривается как свойство любой саморегулирующейся системы, обеспечивающее ее устойчивость к условиям внешней среды (что предполагает наличие определенного уровня развития адаптационных способностей). При другом подходе адаптация рассматривается как динамическое образование, как непосредственный процесс приспособления к условиям внешней среды.

Поскольку человек это не просто живой организм, а прежде всего биосоциальная система и элемент социальной макросистемы, поэтому при рассмотрении проблемы адаптации человека принято выделять три функциональных уровня: физиологический, психологический и социальный, при этом говорят о физиологической, психологической и социальной адаптации, а иногда к этому добавляют психофизиологическую и социально-психологическую адаптацию. Более того, существуют определенные физиологические и психологические механизмы, обеспечивающие процесс адаптации на этих трех уровнях [8, с. 442]. Выделенные три уровня адаптации взаимосвязаны между собой самым тесным образом, оказывают друг на друга

непосредственное влияние и определяют интегральную характеристику общего уровня функционирования всех систем организма. Эта интегральная характеристика представляет собой весьма динамичное образование, которое принято называть функциональным состоянием организма [2, с. 33].

По мнению П.К. Анохина, основной характеристикой функционирования систем организма в период адаптации на психофизиологическом уровне – это функциональное состояние. Особую привлекательность при рассмотрении психических состояний в рамках общей проблемы адаптации человека приобретает подход Е.П. Ильина. В своей концепции он выделяет особый вид состояний – психофизиологические. По определению Е.П. Ильина, психофизиологическое состояние – это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата. Данное Ильиным определение психофизиологического состояния предполагает, что оно – причинно обусловленное явление, реакция не отдельной системы или органа, а личности в целом, с включением в реагирование характеристик трех уровней: психического (переживания), физиологического (соматические и вегетативные механизмы) и поведенческого (мотивированное поведение). Психологические особенности личности играют ведущую роль в образовании психофизиологических состояний. Следовательно, механизмы регуляции психических состояний надо искать в самой личности. Поскольку субъективная сторона переживаний играет одну из ведущих ролей в регуляции состояний, т.е. отражает уровень функционирования как отдельных систем, так и всего организма. Поэтому вполне логично говорить не о психических, или психофизиологических, состояниях, а о функциональных состояниях [8, с. 445-446].

Понятие «функциональное состояние» как научная категория первоначально сформировалось в физиологии. В отечественной психологической литературе это понятие появилось сравнительно недавно и связано с именами А.Б. Леоновой и В.И. Медведева. Они определяют функциональное состояние как «интегральный комплекс характеристик тех функций и качеств человека, которые прямо или косвенно обуславливают выполнение деятельности, т.е. создают возможность деятельности» [8, с. 447-448]. Так, Медведев рассматривает адаптацию как постоянный процесс взаимодействия в системе «человек – среда», протекающий на двух уровнях: физиологическом и социально-психологическом. При этом связь в системе «человек – среда» является системообразующей и определяет функциональное состояние организма.

Таким образом, в приведенных выше определениях подчеркивается взаимосвязь функционального состояния и процесса адаптации. Функциональное состояние непосредственно отражает особенности процесса адаптации. Достижение того или иного уровня функционирования, следовательно и адаптации, осуществляется благодаря деятельности механизмов регуляции. Особенности личности являются одними из ведущих механизмов регуляции в процессе адаптации организма к условиям среды. Личностный принцип регуляции в настоящее время является общепризнанным. Личностные механизмы регуляции весьма разнообразны. Их организация соответствует иерархии структуры личности, которая включает свойства нервной системы, тип тем-

перамента, общую эмоциональную направленность, способность к нейтрализации негативных эмоциональных следов, волевые качества [8, с. 447].

Процесс адаптации может осуществляться на разных уровнях (физиологическом, психологическом и социальном), при этом можно выделить психофизиологическую и социально-психологическую адаптацию. Социально-психологическая адаптация – постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, а также результат этого процесса. Соотношение этих компонентов, определяющих характер поведения, зависит от целей, ценностных ориентаций, возможностей их достижения в социальной среде и от индивидуальных личностных качеств субъекта [9, с. 205].

Адаптивность в широком смысле слова – это соответствие результата деятельности индивида принятой им цели. Обычно это связывают с периодами принципиальных, качественных изменений в жизни индивида, хотя на самом деле социально-психологическая адаптация идет непрерывно. Основные типы адаптационного процесса формируются в зависимости от структуры потребностей, мотивов индивида и психологических свойств его личности. Есть два типа – активный и пассивный. Активная адаптация – это преобладание собственного воздействия индивида на социальную среду. Пассивная адаптация – это конформное принятие индивидом целевых и ценностных ориентаций внешней социальной среды [9, с. 206]. Основным критерием эффективности адаптационного процесса является максимально возможное удовлетворение актуальных потребностей индивида в условиях соответствия его поведения и деятельности условиям среды. Важный аспект социально-психологической адаптации – принятие индивидом своей социальной роли. Эффективность адаптации существенно зависит от того, насколько адекватно индивид воспринимает себя и свои социальные связи. Искаженное или недостаточно развитое представление о себе ведет к возникновению внутриличностных или межличностных конфликтов и, как следствие, к деструктивным моделям поведения.

На психологическом уровне адаптация осуществляется посредством успешного принятия решений, проявления инициативы, принятия ответственности, адаптации результатов предполагаемых действий и т.д. Социальная адаптация – это процесс эффективного взаимодействия с социальной средой, в ходе которого индивид овладевает механизмами социального поведения и усваивает его нормы, имеющие адаптивное значение. Социально-психологическая адаптация выступает и как средство защиты личности, с помощью которого ослабляются и устраняются внутреннее психическое напряжение, беспокойство, дестабилизационные состояния, возникающие у человека при взаимодействии с другими людьми, обществом в целом. Защитные механизмы психики выступают при этом как способы психологической адаптации человека. В проблемных ситуациях, не связанных с переживанием препятствий на пути достижения цели, адаптация осуществляется с помощью конструктивных механизмов (познавательных процессов, целеобразования, целеполагания, конформного поведения). Конструктивные механизмы позволяют адекватно реагировать на изменение социальных условий жизни, используя возможность осуществлять оценку ситуации, анализ, синтез и прогноз событий.

В ситуации, где ощущается наличие внешних и внутренних барьеров, адаптация осуществляется с помощью защитных механизмов. Защитные механизмы представляют собой систему адаптивных реакций личности, позволяющую снижать тревожность, обеспечивающую целостность Я-концепции и устойчивость самооценки благодаря удержанию соответствия между представлениями об окружающем мире и представлениями о себе.

Подход к исследованию механизмов адаптации, предвзятый работами Ф.Б. Березина, основан на следующих положениях:

- адаптация протекает на всех уровнях организации человека, в том числе в психической сфере;
- психическая адаптация является центральным звеном в общей адаптации человека, поскольку именно характер психической регуляции определяет характер адаптации в целом.

Березин считает, что механизмы психической адаптации, а следовательно, и регуляции психических состояний, лежат в интрапсихической сфере [2]. К числу механизмов, обуславливающих успешность адаптации, Березин относит механизмы противостояния тревоге – разнообразные формы психологической защиты и компенсации. Он выделяет четыре типа психологической защиты:

- препятствующие осознанию факторов угрозы;
- вызывающие тревогу;
- позволяющие фиксировать тревогу;
- снижающие уровень побуждений;
- устраняющие тревогу.

Проведенные им исследования обнаружили закономерную смену механизмов интрапсихической адаптации и позволили говорить о том, что различные формы психологической защиты обладают различными возможностями противостоять тревоге и другим негативным состояниям. Нарушение механизмов психической адаптации или использование неадекватной формы защиты могут приводить к соматизации тревоги, т.е. направлению тревоги на формирование предболезненных состояний, или к окончательному срыву адаптации. Использование индивидом неадекватной формы психологической защиты и возникновение гипертревоги всегда сопровождается сверхнапряжением, более значительным по своей интенсивности, чем обычное мотивационное. Как правило, в этой ситуации возникает состояние, обусловленное блокадой мотивационного поведения, известное как фрустрация [8, с. 462-463]. Фрустрация – это психическое состояние человека, вызванное объективно непреодолимыми трудностями, возникшими при достижении цели или решении задачи. Фрустрация является почти неизбежным следствием конфликта между потребностями человека и ограничениями, налагаемыми обществом, условиями деятельности и т.д. [12, с. 88].

Невозможность удовлетворить ту или иную потребность вызывает определенное психическое напряжение. В случае реорганизации или рассогласованности, когда человек пытается решить две или более взаимоисключающие задачи, психическое напряжение достигает наивысших пределов и в результате формируется состояние, вызывающее нарушение адекватности поведения, т.е. фрустрация. Как правило, это состояние возникает в результате некоего конфликта, который принято называть интрапсихическим конфликтом, или конфликтом мотивов. Характерная для

интрапсихического конфликта несогласованность и столкновение целостного интегративного поведения увеличивают риск срыва адаптации. Вероятность возникновения интрапсихического конфликта в значительной степени обусловлена особенностями когнитивной сферы [8, с. 463-464].

Таким образом, процесс адаптации человека к измененным условиям жизни и деятельности – сложное и многогранное явление, призванное обеспечить формирование комплекса психических реакций, определяющих его адекватное поведение и эффективное взаимодействие с изменяющейся средой. Процесс адаптации протекает на трех функциональных уровнях: физиологическом, психологическом и социальном. Причем все три уровня представляют интегральную характеристику общего уровня функционирования всех систем организма. Обеспечение процесса адаптации на этих трех уровнях осуществляется благодаря деятельности определенных физиологических и психических механизмов. Особенности личности непосредственно влияют на характер адаптации и являются одними из ведущих механизмов регуляции в процессе адаптации. Процесс социально-психологической адаптации необходимо рассматривать как сложное комплексное явление, включающее в себя два критерия: внешний, отражающий соответствие социальным требованиям, и внутренний, связанный с общим психическим благополучием.

Ситуация безработицы требует от человека продуцирования новых моделей поведения, связанных с адаптацией, переоценкой привычных представлений относительно роли собственной активности в процессе повышения уровня его социального и материального благополучия. Обобщая теоретические подходы к изучению проблем адаптации, определяем понятие социально-психологической адаптации в ситуации безработицы, как процесс активного приспособления индивида к условиям рынка с целью самореализации личности в социальном и профессиональном плане посредством трудовой деятельности. В результате данного процесса у безработных происходит психологическая перестройка системы знаний, умений и навыков, ценностных ориентаций, самооценки, мотивации, структуры Я-образа, а также формируются социальные и профессиональные качества, позволяющие конкурировать на рынке труда. При этом развитие процесса адаптации неоднородно по своему конечному результату и значению с точки зрения успешности его завершения. Достижение того или иного уровня адаптации в ситуации безработицы, выбор модели адаптационного поведения осуществляется благодаря деятельности механизмов регуляции, прежде всего личностных механизмов.

3. СТАДИИ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА И ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ С ЛИЧНОСТНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ БЕЗРАБОТНЫХ

Анализируя психологические особенности ситуации безработицы, мы пришли к выводу, что незанятость воспринимается многими людьми как личная трагедия, вызывая при этом состояние фрустрированности, тре-

воги и эмоционального стресса, приводя к дезорганизации психической деятельности, регулирующей поведение человека. Возникает необходимость в новых психических реакциях на раздражители, вызванные изменившимися условиями, конечный результат действия которых – организация нового уровня психической деятельности в соответствии с изменившимися условиями среды, т.е. включается механизм адаптации.

Г. Селье в своих работах по изучению стрессовых состояний доказал, что состояние стресса является неотъемлемой частью адаптационного процесса. Это связано с тем, что стресс имеет свои стадии, которые, в свою очередь, характерны для любого процесса адаптации. Основываясь на работах Г. Селье, рядом исследователей были предприняты попытки изучения стресса у людей, потерявших работу. В результате выделено несколько фаз развития специфических реакций стрессовых состояний [10, с. 126-127].

- Первая фаза характеризуется как состояние неопределенности и шока. Это тяжелое субъективное переживание, причем страх и эмоции выступают как факторы риска.
- Вторая фаза – наступление субъективного облегчения и конструктивное приспособление к ситуации. Эта фаза длится три-четыре месяца после потери работы.

Однако некоторые люди уже в первые недели начинают испытывать облегчение и даже радость из-за наличия свободного времени. Появляется удовлетворенность жизнью, улучшается самочувствие, начинаются активные поиски работы. Однако в ряде случаев негативные переживания оказываются стойкими и не поддаются устранению. Человек начинает преувеличивать опасность своего положения и тогда уже не видит в нем ничего положительного. Во многом сила и длительность стресса зависит не только от субъективных личностных характеристик, но и от объективных факторов. Кроме того, на стрессовое состояние оказывает влияние длительность безработицы. Обычно после шести месяцев отсутствия работы состояние становится более тяжелым. Обнаруживаются деструктивные изменения в здоровье, психике, финансовом положении человека. Наблюдается снижение активности, разрушение жизненных привычек, интересов и целей. Это третья фаза стресса. Состояние беспомощности и примирение с ситуацией возникает на четвертой фазе. Это тяжелое психическое состояние наблюдается даже при отсутствии материальных трудностей. Чем больше времени длится безработица, тем более усугубляется состояние апатии. Отсутствие успехов в поиске работы ведет к потере надежды, прекращению поисков и смирению с ситуацией.

В случае неспособности успешно адаптироваться к заданной среде возникают деструктивные последствия фрустрации, которые проявляются в двух формах – агрессии и бегстве от ситуации. Агрессивную форму можно представить как атаку на препятствие или барьер. Агрессия направляется на любой случайный объект, на посторонних людей, не причастных к самой причине агрессии. Форма бегства от ситуации характеризуется «уходом» человека в свои переживания, обращение всей энергии на генерацию собственных негативных состояний, самообвинений и т.п. Человек начинает видеть самого себя источником всех бед, а отсюда – чувство полной безысходности, так как повлиять на среду и ситуацию он считает себя неспособным. Следовательно, в случае развития адаптации по пути неустойчивой психической деятельности дезадаптивное состояние может привести к нервно-психическим расстройствам.

Ряд исследователей отмечает, что состояние человека оказывает существенное влияние на эффективность прохождения определенного этапа адаптации и результативность процесса в целом. Основной целью социально-психологической адаптации является не приспособление к среде, а самореализация личности. Являясь сложным комплексным явлением, процесс адаптации динамичен и приводит к изменению – перестройке личности. Эффективность этого процесса определяется личностным потенциалом человека и его адаптационными способностями. По данным исследований, к наиболее важным адаптационным способностям в ситуации безработицы большинство опрошенных относят предприимчивость, инициативность, способность к риску, деловую компетентность и коммуникабельность. А также умение самостоятельно принимать решения, адекватно оценивать свои способности и умение брать ответственность на себя [6, с. 83]. Необходимо отметить, что ситуация безработицы в РФ существует на фоне изменения в целом всей системы социально-экономических отношений. Эти обстоятельства предъявляют новые требования к поведению населения, переоценке привычных представлений относительно роли собственной активности в процессе повышения уровня его социального и материального благополучия. Нельзя ожидать, что приспособление большинства населения к новым социальным условиям произойдет в какое-то ближайшее время. Процесс этот очень долгий и сложный, так как за этим кроется глубокая и серьезная по своим последствиям проблема психологической и мировоззренческой перестройки человека.

Психологическая перестройка – это изменение сформировавшихся ранее психологических особенностей человека или социальной общности в связи с необходимостью приведения их деятельности в соответствие с новыми, изменившимися условиями. Перестройка может коснуться различных «слоев» психики. Она может быть поверхностной или глубокой. В первом случае меняются лишь психические состояния личности, лежащие как бы «на поверхности» и легко поддающиеся корректировке. Так, относительно пластичны познавательные образования – состояние знаний, затем – настроения (эмоциональные состояния – радость, огорчение, недовольство и др.), простейшие умения и навыки. Во втором случае перестройка захватывает глубинные, устойчивые свойства личности, затрагивающие ее наиболее значимые отношения с окружающим миром и составляющие мотивационно-побудительную сферу ее социальной активности. Так, нелегко изменить устоявшиеся интересы, вкусы, ценностные ориентации и установки, еще труднее совершить изменения в качествах личности, в чертах ее характера и в производном от них образовании – в стиле деятельности. Самой же сложной задачей является перестройка мировоззрения – целостной системы убеждений, выражающих стержень личности [15, с. 8].

Психологическая перестройка характеризуется не только степенью глубины, но и широтой, масштабом. Одно дело изменить психологию отдельного человека, совершенно другое – психологию группы, больших социальных общностей. Особенности социальных групп воспроизводятся и поддерживаются благодаря сходству образа жизни, взаимовлиянию, с помощью общих ценностей, норм, традиций, обычаев, передаются от человека к человеку путем подражания, внушения, заражения, под давлением общественного мнения, утверждающего одни стереотипы поведения и отвергающего другие. Логика общественной психологии – это трудный, болезненный и длительный процесс. Поэтому нельзя ожидать быстрого перехода от социального иждивенчества, зависимости и пассивности людей, сформированного под влиянием административного типа хозяйствования, господство-

вавшего долгое время в РФ, к новому экономическому поведению, к активности личности, способности к риску и формированию материальной заинтересованности в труде [15, с. 8-9]. Необходимость в психологической перестройке возникает в связи с изменением объективных требований к деятельности, когда есть проблемная ситуация – противоречия между сложившимся ранее уровнем психической деятельности (качествами людей, стилем их работы, знаниями, умениями, ценностными ориентациями, убеждениями и др.) и новыми условиями и требованиями. Именно такая ситуация сложилась сейчас в РФ.

Изменения в системе экономических отношений повлекли за собой и изменения в общественной жизни (спад производства, перестройка системы подбора, расстановки и повышения квалификаций и т.п.). А отсюда – необходимость решительной психологической перестройки людей в целях совершенствования их деятельности с учетом новых, более сложных требований. И речь идет не о поверхностной, а о глубокой психологической перестройке значительной части населения РФ, которую ни в коем случае нельзя сводить лишь к вооружению новыми знаниями и обучению. Естественно, что для такой перестройки необходима настойчивая, терпеливая, многоплановая работа, предполагающая прежде всего использование психологических методов воздействия, опираясь на научные знания о закономерностях и технологии воздействия на поведение людей.

Психологическая перестройка в структуре личности затрагивает в первую очередь внешние «слои» психики – психические состояния, так как они наиболее устойчивы, достаточно легко поддаются влиянию со стороны внешних и внутренних условий (места человека в системе общественных отношений, успехов и неудач, состояния здоровья и др.). В психических состояниях выделяются интеллектуальные и эмоционально-волевые компоненты. Если первые выполняют в процессе деятельности ориентирующую (познавательную) функцию, то вторые побуждают субъект совершать определенные действия, образуют мотивационную основу его поведения. Однако изменение психических состояний не сразу приводит к перестройке личности – оно должно пройти определенные фазы, прежде чем возникнет необходимый поведенческий эффект. Эти последовательно сменяющиеся этапы развития психических состояний можно было бы назвать фазами осознания проблемной ситуации (возникновения проблемного сознания), формирования предполагающего целеполагающего («ищущего») и активно-деятельного сознания [15, с. 19-27].

Перестройка поведения начинается с формирования проблемного сознания, которое рождается в проблемной ситуации, когда возникает противоречие между деятельностью человека и предъявляемыми к ней требованиями. Но для возникновения проблемного сознания субъект должен осознать указанное противоречие, «увидеть» его. Суть главного противоречия сегодня состоит в том, что люди привыкли рассчитывать на помощь и поддержку со стороны государства, занимая при этом пассивную, иждивенческую позицию. В то время как рыночные отношения диктуют новые требования к поведению людей, в первую очередь способность к активным действиям, личной инициативе в решении проблемных ситуаций, в том числе и в ситуации, связанной с потерей работы. Осознание проблемной ситуации дает импульс к движению при условии, если оно сопровождается достаточно сильной эмоциональной реакцией, соответствующими переживаниями. Эмоциональная сторона проблемного сознания проявляется в состоянии неудовлетворенности достигнутым (существующим положением), тревоги, беспокойства, огорчения (из-за неудач, неоправданных потерь), гнева против тех, кто мешает движению вперед. Все это образует тот эмоциональный заряд, который в конечном счете вы-

зывает созидательную деятельность личности. Таким образом, осознание проблемной ситуации, достигаемое благодаря знаниям, мышлению, должно сопровождаться чувством неудовлетворенности – только тогда у личности возникает социально-созидательный импульс, активизирующий ее деятельность [15, с. 28]. Но чувство неудовлетворенности служит позитивным фактором психологической перестройки у некоторых людей лишь при условии, если оно носит характер недовольства своей собственной деятельностью. Тенденция искать изъяны и ошибки лишь в окружающих людях и со стороны государственных структур делает эмоциональную активность человека неконструктивной, превращает ее порой в разрушительную силу, поэтому главная задача состоит в том, чтобы «переключить» энергию недовольства на свои собственные недостатки, повысить уровень самокритичности. Иными словами, формирование критичного и самокритичного сознания, представляющего собой сплав понимания и переживания проблемной ситуации, является первым шагом в психологической перестройке личности.

Следующим шагом является переход к поиску выхода из кризисной ситуации (фаза «ищущего» сознания). Такой поиск завершается четким определением целей и задач деятельности. Что необходимо предпринять для выхода из трудного положения – вот главный вопрос, который решается на данном этапе. Это целеполагающая деятельность субъекта, готовящегося изменить себя и окружающий мир. Ее результаты выражаются не только в определении целей и задач, но и в появлении у человека желаний и стремления их осуществить. Сами по себе знания (целей, задач и путей их решения) и мысли о предстоящей деятельности, не подкрепленные настоящим желанием, не могут решить проблемной ситуации [15, с. 29]. Непосредственным толчком к деятельности служит принятое человеком решение действовать определенным образом. Решение выступает как внутренняя установка к действию. Оно является результатом перебора и критической оценки субъектом различных альтернативных возможных вариантов, оценивается прежде всего с точки зрения его рациональности, путем сопоставления ожидаемых результатов (степени удовлетворения определенных потребностей) и затрат (духовных и физических). Вариант воспринимается как предпочтительный, если цель достигается наиболее рациональным путем. Именно на данном этапе безработный выбирает тот или иной стиль адаптационного поведения: положиться на помощь со стороны государства в лице центров занятости или проявить личную инициативу в поиске работы.

Задача социальных структур, прежде всего ГСЗ, создать такую систему стимулирующих условий, при которых безработный выберет наиболее эффективный способ решения проблемы безработицы. Необходимо показать безработным необходимость проявления большей заинтересованности в своем профессиональном росте и совершенствовании, важности приобретения новых знаний и умений, возможности перекалфикации, формирования деловой компетентности, предприимчивости, способности преодолевать препятствия. Безработный должен осознать, что только конкурентоспособная личность может справиться с кризисной ситуацией и занять достойное место на рынке труда [15, с. 20].

Оценка вариантов и выбор решения предшествуют ключевой фазе психологической перестройки – активной деятельности. Психологическая функция этой деятельности состоит в том, чтобы обеспечить практическое овладение людьми новыми приемами и методами работы, превращения их в привычный стиль повседневного поведения, закрепления в структуре всей сферы жизни [15, с. 21]. Новые способы деятельности вначале используются неуверенно,

легко оттесняются старыми стереотипами, поскольку психологические барьеры, привычки очень сложно преодолеть. В связи с этим, необходимо создать прежде всего стабильные стимулирующие условия, направляющие активность в нужное русло в течение длительного времени и обеспечивающие закрепление нового опыта, нового стиля поведения. Эпизодические воздействия способны вызвать лишь временные изменения в поведении, которые затем легко подавляются старыми привычками и бесследно исчезают. Следовательно, важно подчеркнуть, что, даже устроившись на работу, человеку постоянно придется повышать свою квалификацию и самосовершенствоваться, так как во многом от умения и желания работать будет зависеть его профессиональный рост и материальная оплата. Большинство безработных активизируют прежде всего положительные стимулы – возможность получения более престижной профессии, повышение материального положения, возможность проявления творчества и инициативы и др. Но есть безработные, для которых наиболее значимы негативные стимулы – угроза снижения материального уровня, снижение социального статуса и др. Это так называемые тревожные типы, страдающие часто мнительностью. Они опасаются серьезных изменений, поэтому цепляются за привычные условия, согласны даже остаться безработными (стоять на бирже, получать пособие), либо соглашаются на любую, даже низкооплачиваемую работу. Для активизации их усилий может оказаться более целесообразным применение негативных стимулов [15, с. 21].

На основе изложенного выше, можно сделать вывод, что психологическая перестройка представляет собой сложный многоступенчатый процесс, который может затронуть все пласты человеческой психики. Она может стать реальностью лишь при условии прохождения всех трех ее фаз. Задержка на любой из них создает у субъекта внутренние механизмы торможения – барьеры непонимания, нежелания, безволия, инертности и др. Следовательно, важно создать объективные условия, обеспечивающие энергетический переход от одной фазы перестройки в другую. Психологическая перестройка познавательных и эмоциональных образований обеспечивает возможность получения знаний о том, как улучшить свое материальное благосостояние, повышает чувство уверенности в своих силах, меняет отношение к себе и к жизни, т.е. дает толчок глубокой психологической перестройке, которая, в свою очередь, подразумевает перестройку социально-трудовых мотиваций, систему ценностных ориентаций, установок и мировоззрения в целом [15, с. 28].

Таким образом, российская социально-экономическая и социально-психологическая ситуации ставят перед субъектом деятельности новые требования – проявление инициативы, способности к риску, деловой компетентности и в целом активной жизненной позиции, так как эти качества позволяют человеку справиться с любой кризисной ситуацией, в том числе и с потерей работы. Быстрота и эффективность психологической перестройки зависит от индивидуально-психологических качеств человека, в частности гибкости и подвижности нервных процессов, а также от возраста. Как показывает практика, процесс адаптации проходит легче и быстрее у молодежи и лиц среднего возраста. Скорее всего, это связано с тем, что их ценностные ориентации и установки, а также личностные качества и в целом мировоззрение еще не достаточно устойчивы, находятся на стадии формирования. Они готовы принять новые требования рыночной экономики. Важно подчеркнуть, что, начиная со школьного возраста, необходимо ориентировать учащихся на то, что даже высококвалифицированный специалист должен быть психологически готов к смене специальности, а также к постоянному повышению квалификации, поскольку быстро изменяющаяся экономическая

среда деятельности постоянно предъявляет к личности новые требования к качеству работы, к приобретению новых знаний, к освоению смежных или новых профессий.

Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод, что ситуация безработицы характеризуется наличием состояния неопределенности и утраты стабильности, которое приводит к психологической перестройке сложившихся структур личности. В результате формируется новая для личности модель поведения, раскрывающаяся в различных способах адаптации безработных. Базовой закономерностью развития состояния безработицы выступает характеристика динамики формирования стресса.

ВЫВОДЫ

Процесс адаптации безработных подразумевает привыкание к новым требованиям рынка труда и статусу безработного. Эффективность прохождения данного процесса зависит от ряда факторов:

- адекватность представлений уровня объективной и субъективной оценки конкурентоспособности;
- индивидуальные особенности личности безработных (интернальность, адекватная самооценка, экстравертированность, активность и пластичность нервной системы);
- взаимосвязь структурных элементов мотивационной сферы (ценностные ориентации и установки, отдельные мотивы), а также наличие высокой мотивации к трудовой деятельности.

Процесс адаптации безработных представляет собой целостное многокомпонентное образование, включающее в себя внутреннюю и внешнюю стороны. Данный процесс имеет четко выраженную динамику, проявляющуюся в формировании состояния безработицы. Состояние безработицы имеет стадийный характер и включает ряд устойчивых этапов. Базовой закономерностью развития состояния безработицы является характеристика динамики формирования стресса. В результате у безработных постепенно формируется психологическая готовность к принятию нового статуса. Данный процесс происходит неравномерно, что обуславливается влиянием как субъективных факторов (возраст безработных, фрустрационная толерантность, эмоциональная уравновешенность, ригидность нервных процессов), так и объективных причин (время пребывания в статусе безработного, наличие социальной поддержки).

Литература

1. Аканде А. Психологические последствия безработицы у женщин Южной Африки [Текст] / А. Аканде // Психологический журнал. – 2003. – №1. – С. 127-136.
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека [Текст] / Ф.Б. Березин. – Л. : Наука, 1988. – 270 с.
3. Брайер К.Х. Безработица и неполная занятость [Текст] / К.Х. Брайер // Социологические исследования. – 1993. – №10. – С. 101-108.
4. Гильденгерш М.Г. Безработица в России: сущность, формы, социальные последствия в условиях перехода к рынку [Текст] / М.Г. Гильденгерш. – СПб. : УЭФ, 1995.
5. Гусева А.С. и др. Технологическая адаптация человека к экстремальным условиям [Текст] / А.С. Гусева, О.Н. Жданов, Е.А. Яблокова // Банковское дело. – 1996. – №11-12. – С. 28-30, 32-37.
6. Дановский С.А. Социологическая и психологическая характеристика безработных [Текст] / С.А. Дановский // Социологические исследования. – 1994. – №5. – С. 82-89.
7. Лунев В.В. Преступность в 21 веке (методология прогноза) [Текст] / В.В. Лунев // Социологические исследования. – 1996. – №7.
8. Маклаков А.Г. Общая психология [Текст] / А.Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2000.
9. Мокшанцев Р.И. Социальная психология [Текст] : учеб. пособие для вузов / Р.И. Мокшанцев, А.В. Мокшанцева. –

Новосибирск : Сибирское соглашение ; М. : ИНФРА-М, 2001. – С. 205-209, 213-217, 219-234.

10. Пельцман Л. Стрессовые состояния у людей, потерявших работу [Текст] / Л. Пельцман // Психологический журнал. – 1992. – №1. – С. 126-130.
11. Прохоров А.О. Психические состояния безработных и их динамические характеристики [Текст] / А.О. Прохоров, И.М. Городецкая // Психология и экономика: проблемы интегрированного взаимодействия [Текст] : мат-лы республиканской науч.-практ. конф. – Чебоксары, 1999. – С. 87-92.
12. Рабочая книга практического психолога [Текст] : технология эффективной профессиональной деятельности : пособие для специалистов, работающих с персоналом. – М. : Красная площадь, 1996.
13. Рогачевская Л.С. Ликвидация безработицы в СССР 1917-1930 гг. [Текст] / Л.С. Рогачевская. – М. : Наука, 1973.
14. Соколова Г.Н. Экономическая социология [Текст] : учеб. / Г.Н. Соколова. – М. : Филин, 2000. – 283 с.
15. Шпак Л.Л. Социокультурная адаптация личности в современном обществе [Текст] / Л.Л. Шпак. – Красноярск, 1991.

Ключевые слова

Адаптация; безработица; жизнедеятельность; занятость; личность; мотивация; регуляция; статус; стресс; фрустрация; функционирование.

*Петунова Светлана Александровна;
Смирнов Валерий Владиславович*

РЕЦЕНЗИЯ

Актуальность исследуемой темы обусловлена объективной потребностью в изучении теоретических аспектов социально-психологической адаптации безработных к требованиям рынка труда на фоне сложных социально-экономических преобразований в российском обществе. Для адекватного отражения научных положений социально-психологической адаптации безработных к требованиям рынка труда были поставлены следующие задачи:

- рассмотреть безработицу в контексте социального явления экономических противоречий развития общества;
- раскрыть социально-психологические механизмы адаптации безработных к требованиям рынка труда;
- показать стадии адаптационного процесса и их взаимосвязь с личностными особенностями и эмоциональным состоянием безработных.

Научная новизна представленного материала не вызывает сомнений, в частности авторы выявили, что ситуация безработицы требует от человека продуцирования новых моделей поведения связанных с адаптацией, переоценкой привычных представлений относительно роли собственной активности в процессе повышения уровня его социального и материального благополучия. При этом перестройка поведения начинается с формирования проблемного сознания, которое рождается в проблемной ситуации, когда возникает противоречие между деятельностью человека и предъявляемыми к ней требованиями.

Вывод: название рецензируемой статьи «Теоретические аспекты социально-психологической адаптации безработных к требованиям рынка труда» подготовленной Петуновой С.А. и Смирновым В.В. соответствует ее содержанию. Общий научный уровень статьи отвечает требованиям, предъявляемым к результатам диссертационных исследований на соискание ученой степени доктора наук, публикуемых в ведущих рецензируемых научных журналах и изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией РФ. С учетом изложенного статья Петуновой С.А. и Смирнова В.В. «Теоретические аспекты социально-психологической адаптации безработных к требованиям рынка труда» рекомендуется к опубликованию.

Резюкова Л.В., к.э.н., доцент, зам. декана факультета управления и психологии ФГОУ ВПО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова».

10.5. THEORETICAL ASPECTS OF SOCIALLY-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE UNEMPLOYED TO LABOUR MARKET REQUIREMENTS

S.A. Petunova, Candidate of Sciences (Psychological), the Senior Lecturer of Faculty of Social Psychology and Management;

V.V. Smirnov, Candidate of Science (Economic), the Senior Lecturer of Faculty of Branch Economy, of Faculty of Management and Psychology

Federal State Educational Establishment of the Supreme Professional Education «The Chuvash State University of a name of I.N. Ulyanov»

The problem of psychological maintenance of adaptation of the person to new social conditions of ability to live against difficult social and economic transformations to the Russian society is considered. Unemployment in a context of the social phenomenon of economic contradictions of development of a society is reflected and features of socially-psychological adaptation of the unemployed to labour market conditions are shown. Stages of adaptable process and their interrelation with personal features and an emotional condition of the unemployed are opened.

Literature

1. A. Akande. Psychological consequences of unemployment at women of Southern Africa [Text] / A. Akande // Psychological magazine. 2003. №1. – pp. 127-136.
2. F.B. Berezin. The mental and psychophysiological adaptation the person [Text] / F.B. Berezin. – L.: the Science, 1988. – 270 p.
3. K.H. Brajer. Unemployment and a partial employment [Text] / K.H. Brajer // Sociological researches. 1993. №10. – pp. 101-108.
4. M.G. Gildengersh. Unemployment in Russia: essence, forms, social consequences in the conditions of transition to the market [Text] / M.G. Gildengersh. – SPb.: UEF, 1995.
5. A.S. Guseva. Technological adaptation of the person to extreme conditions [Text] / A.S. Gusev, O.N. Zhdanov, E.A. Yablokova // the Banking. №11-12. 1996. – pp. 28-30, 32-37.
6. S.A. Danovsky. Sociological and the psychological characteristic of the unemployed [Text] / S.A. Danovsky // Sociological researches. 1994. №5. – pp. 82-89.
7. V.V. Luneev. Criminality in 21 century (forecast methodology) [Text] / V.V. Luneev // Sociological researches. 1996. №7. – p. 30.
8. A.G. Maklakov. The general psychology [Text] / A.G. Maklakov. – SPb.: Peter. 2000. – p. 438.
9. R.I. Mokshantsev. Social psychology [Text]: Studies. The grant for high schools / R.I. Mokshantsev, A.V. Mokshantseva. – Novosibirsk: the Siberian agreement; M.: INFRA TH. 2001. – pp. 205-209, 213-217, 219-234.
10. L. Peltzman. Stressful conditions at people lost work [Text] / L. Peltzman // Psychological magazine. №1. 1992. – pp. 126-130.
11. A.O. Prokhorov. Mental of a condition of the unemployed and their dynamic characteristics // Psychology and economy: problems of the integrated interaction [Text] (Materials of republican scientifically-practical conference) / A.O. Prokhorov, I.M. Gorodetsky. – Cheboksary, 1999. – pp. 87-92.
12. The Working book of the practical psychologist: Technology of effective professional work [Text] // the Grant for the experts working with the personnel. – M: Red Square, 1996.
13. L.S. Rogachevkaja. Unemployment liquidation in the USSR 1917-1930 [Text] / L.S. Rogachevkaja. – M.: Science, 1973.
14. G.N. Sokolov. Economic sociology [Text]: the Textbook / G.N. Sokolova. – M.: the Eagle owl, 2000. – 283 p.

15. L.L. Shpak. Sotsiokulturnaja adaptation of the person in a modern society [Text] / L.L. Shpak. – Krasnoyarsk. 1991.

Keywords

Adaptation; unemployment; ability to live; employment; the person; motivation; regulation; the status; stress; frustration; functioning.